

Til  
kommuner



Vær med i  
Danmarks  
Motionsuge



# Danmarks Motionsuge sætter spot på motion, fællesskab og bevægelsesglæde i hele uge 41

Med Danmarks Motionsuge sætter vi landet i bevægelse og skaber gode aktive oplevelser for alle - i byen, ved vandet, i skoven, i skolen, på arbejdspladsen eller i den lokale idrætsforening. Vi håber, I vil være med.

Derfor skal **jeres kommune** være med i Danmarks Motionsuge:

- I kan styrke, synliggøre og bygge bro mellem de lokale idrætsfællesskaber og -foreninger.
- I kan inspirere jeres borgere til at prøve noget nyt og få en aktiv hverdag sammen med andre borgere i de mange udbudte idrætsfællesskaber.
- I kan opfordre til, at flere støtter op om det lokale foreningsliv som frivillig.
- I kan sætte fokus på sundheds- eller socialpolitiske dagsordener eller opmærksomhedspunkter i netop jeres kommune.
- I kan vise, hvad jeres by og kommune kan i byrummene, i naturen, i foreningerne, i hallen, i kulturinstitutionerne, i handelslivet og i alle andre tænkelige arenaer.
- I kan gøre plads til det skæve, det anderledes, det nye og de specielle arrangementer. Det er oftest disse arrangementer, som får borgere og mediers opmærksomhed.

Læs mere om DANMARKS MOTIONSUGE



# SÅDAN KOMMER I GODT I GANG

I kan bruge Danmarks Motionsuge på mange forskellige måder. Det afhænger af, hvad der giver bedst mening for jer. Her er tre måder at se det på. I kan vælge en, to eller gå all-in og bruge alle tre, og I kan skrue op og ned for hver enkelt del.

På [danmarksmotionsuge.dk](http://danmarksmotionsuge.dk) kan du læse om, hvordan Viborg og Varde kommune deltager i Danmarks Motionsuge.

## KOMMUNIKERENDE

Brug jeres netværk til at informere om muligheden for at være med i Danmarks Motionsuge til foreninger, skoler, arbejdspladser, selvorganiserede fællesskaber og andre arrangører. Brug hjemmeside, bypølner, infoskærme i sportshaller og SoMe, som kanaler til at få budskabet ud til både arrangører og borgere.

I første kommunikationsbølge handler det om at aktivere og motivere arrangørerne af enhver art. I anden bølge handler det om at motivere borgerne til at deltage i arrangementerne. Find gode billeder og andet PR-materiale [her](#).

## KOORDINERENDE

I kan være med til at indkalde, samle, understøtte og koordinere den samlede indsats fra de mange interessenter og arrangører, som I har berøring med.

Der kan være stort udviklingspotentiale i at involvere et bredere defineret foreningsliv med andre typer arrangører som civilsamfundsorganisationer, haller, handelsstandsforeninger og ikke mindst skolerne igennem Skolernes Motionsdag, som også er en del af Danmarks Motionsuge.

## ARRANGERENDE

I kan selv eller sammen med andre blive arrangør, og på den måde kan I invitere kommunens borgere ind til sjove og anderledes arrangementer.

Derudover kan kommunen også selv deltage som arbejdsplads igennem Arbejdspladsernes Motionsuge og dermed gå forrest i at skabe arrangementer, der motiverer til bevægelse.

## Mere information

Ønsker I mere information om Danmarks Motionsuge, så gå ind på [www.danmarksmotionsuge.dk](http://www.danmarksmotionsuge.dk) eller kontakt os, hvis I vil høre mere eller få inspiration til, hvordan I kan bruge Danmarks Motionsuge.

Kontakt din [lokale DGI landsdel](#) eller Danmarks Idrætsforbund ved Eva Krarup Hatt på [ekr@dif.dk](mailto:ekr@dif.dk). I er også velkommen til at tage fat i Ricco Victor, leder af Danmarks Motionsuge, på tlf. 20467913 eller [ricco@danmarksmotionsuge.dk](mailto:ricco@danmarksmotionsuge.dk)

Som en del af Danmarks Motionsuge er også Skolernes Motionsdag og Arbejdspladsernes Motionsuge. Er I nysgerrig på at høre mere om de to initiativer, så få mere information hos hhv. [Dansk Skoleidræt](#) eller [Dansk Firmaidræt](#)

