

Workshop med IF Silkesind

Tirsdag d. 24. januar 2023 kl. 13.00-15.00

i Lunden, Vestergade 74

Vi vil gerne invitere alle frivillige og instruktører hos IF Silkesind samt sundhedstovholderne til en hyggelig og lærerig workshop om

Den Gode Velkomst og dét at håndtere angst



Hvordan hjælper man eksempelvis én, der bliver angst under aktivitet?

- Konkrete redskaber, som tager udgangspunkt i en situation, hvor en person får et angstanfald v. Camilla Sødequist, Psykolog hos Team for OCD og Angst

Hvordan bliver vi bedre til at tage imod vores deltagere og fastholde dem i vores tilbud?

- Gode råd, oplæg og diskussion om dét at skabe en positiv kultur omkring vores forening og indsatser v. Kaspar Ginnerup Knudsen fra IF Silkesind

Der vil være indlagt kaffepause undervejs og det er ganske gratis, men tilmeld dig senest fredag d. 20. januar 2022 til os på tlf. 20281099 eller mail:

idratomdagen@silkeborg.dk.

De bedste hilsner fra IF Silkesinds bestyrelsen



- idræt for psykisk sårbare

