



TIRSDAG D. 8. DECEMBER
FREDERICIA IDRÆTSCENTER

IDRÆT FOR SINDET KONFERENCE

2026

NYE VEJE TIL FÆLLESSKAB, RECOVERY OG DELTAGELSE FOR PSYKISK SÅRBARE

Flere og flere mennesker lever med psykiske udfordringer, og derfor står kommuner, regioner, civilsamfund, foreninger, NGO'er og uddannelsesinstitutioner over for en fælles opgave: Hvordan skaber vi stærke fællesskaber, der styrker trivsel, deltagelse og livskvalitet?

Idræt for Sindet inviterer til konference om, hvordan samarbejdet mellem offentlige aktører og civilsamfund kan skabe nye veje til recovery, uddannelse, beskæftigelse og aktiv deltagelse i samfundet.

Når mennesker med psykisk sårbarhed bliver en del af et idrætsfællesskab, handler det om langt mere end motion. Det handler om relationer, mestring, fællesskab og mening med livet. Erfaringer viser, at deltagelse i foreningslivet kan mindske ensomhed, styrke tilknytningen til uddannelse og arbejdsmarked og bidrage til øget livskvalitet.

På konferencen møder du blandt andre psykolog David Madsen, der sætter fokus på idræt som kilde til mental sundhed, recovery og livsmening, samt Idræt for Sindets erfaringer med Idræts certificeringer.

Maja Pilgaard fra IDAN præsenterer ny viden om effekterne af Idræt for Sindets metode og model, og du får indblik i erfaringer med idræts certificering, stærke samarbejder på tværs af sektorer samt personlige fortællinger fra deltagere i Idræt for Sindet.

Du bliver klogere på:

- Hvordan idrætsfællesskaber kan styrke recovery og mental sundhed.
- Hvilke menneskelige og samfundsøkonomiske gevinster der er forbundet med deltagelse i Idræt for Sindets tilbud.
- Hvilken betydning fællesskaber har for uddannelse, beskæftigelse og livskvalitet.
- Hvad forskningen viser om effekterne af Idræt for Sindets metode og model.
- Hvordan fagprofessionelle kan understøtte deltagelse i meningsfulde fællesskaber.
- Hvordan samarbejdet mellem civilsamfund og offentlige aktører skaber værdi for både mennesker og samfund.

PROGRAM

VI VINDER NÅR
ALLE ER MED!

Kl. 09.30 **Ankomst**, kaffe og morgenbrød

Kl. 10.00 **Velkomst** og introduktion til Idræt for Sindet

Kl. 10.15 **Oplæg ved David Madsen**, Cand.psych. aut.

"Mere end bare motion – idræt som kilde til livsmening og mental sundhed"

Kl. 11.00 **Pause**

Kl. 11.15 **Oplæg ved Maja Pilgaard**, Ph.d., Chefanalytiker og udviklingsansvarlig hos IDAN - *"Hvad viser forskningen om Idræt for Sindets metode og model?"*

Kl. 12.15 **Frokost og netværk**

Kl. 13.00 **Forenings-cases fra Idræt for Sindet**

Bliv inspireret af konkrete erfaringer fra etablerede Idræt for Sindet-foreninger. På fire stationer deler foreningerne deres erfaringer med opstart, drift, samarbejde og den forskel, idrætsfællesskaber kan gøre for mennesker med psykisk sårbarhed. Undervejs bliver der mulighed for dialog og erfaringsudveksling.

Kl. 14.15 **Opsamling og fælles perspektiver**

Kl. 14.30 **Tak for i dag**

PRAKTISK INFORMATION

Sted

Fredericia Idrætscenter,
Vestre Ringvej 100, 7000
Fredericia

Tid & dato

Tirsdag d. 8. december kl.
9.30-14.30

Pris

Det er gratis at deltage.
Frokost er inkluderet.

Tilmelding

Tilmeld dig her senest d. 26.
november