

VERKSTAD

UTEGYM/FITNESS JUSTICE

MÅL

Uppnå bättre hälsa genom

- Naturliga rörelser på olika platser
- Näringsriktig kost
- Återhämtning, vila, healing
- Jämställdhet mellan kvinnor och män

AKTIVITETER

- Utbilda hälsocoacher
- Mindre workshops
- Hälsocoacher har aktiviteter
- Ta fram digitala hjälpmedel



Fitness Justice handlar om fysisk, psykisk och social hälsa. Det handlar om att stärka tilliten och tryggheten hos människor så att de kan skapa sig en hållbar och hälsosam livsstil. Konceptet Revolutionary FitnessAcademy Sweden vill förverkliga detta! Verkligheten ser olika ut för alla och därför tar vi extra hänsyn till människors verklighet som tex området vi bor i, vilket kön man har, identitet, sexuell läggning, religion, etnicitet osv. Våra ambassadörer vill utbilda och öka kunskapen om hälsa&välmående på riktigt, i en ny folkrörelse med ett inkluderande perspektiv. Och självklart ge Malmös bästa träning!

Arbetet utvärderas enligt forskningsmodellen CBPR – Community Based Participatory Research med hjälp av bland annat fokusgruppsintervjuer. En doktorand kommer att följa arbetet i verkstaden och arbetet kommer att dokumenteras bland annat med hjälp av en hälsoenkät.

MEDVERKANDE PROJEKTPARTNERS

Malmö Universitet | Malmö stad | Region Skåne | Länsstyrelsen i Skåne
Samordningsförbundet FINSAM i Malmö | Röda Korset | Rädda Barnen
Skåneidrotten | TePe Munhygienprodukter | Semcon | Radix Kompetens
Needsdrive AB | Apotek Hjärtat | Trianon



KONTAKT

Ansvarig hälsofrämjare Oscar Salazar Aros

 073-615 89 68  revfitsweden@gmail.com

Projektledare Margareta Rämngård margareta.ramgard@mau.se | www.jamlikhalsa.se

ورشه عمل اللياقة البدنيه في الهواء الطلق

الهدف

- الحركات الطبيعية في أماكن متفرقة
- نظام غذائي مغذي
- الانتعاش والراحة والشفاء
- منظور النوع الاجتماعي

الأنشطة

- تعليم وتدريب عشر اشخاص مدربين للصحة
- ورشات عمل صغيره
- المدربين الصحيين يكون لديكم أنشطه
- توفير المساعدات الرقميّه



اللياقة تعني الصحة الجسدية والعقلية والاجتماعية وكذلك تعزيز الثقة والأمن من الناس حتى يتمكنوا من إنشاء فط حياة مستدامة وصحية!!!! أكاديمية السويد للياقة التوريه البدنية تريد ان يدرك هذا الحقيقة هي مختلفة عند الجميع، لذلك سنأخذ عناية إضافية للواقع البشري على هذا النحو مثلا المنطقة التي نعيش فيها وكذلك الجنس اذكر ام أنثى والهوية وكذلك التوجه الجنسي وايضا الدين والعرق وووووووووالكثير أيضا سفرائنا يريدون تثقيف وزيادة الوعي الصحة والرفاهية الحقيقية للناس وكذلك بالطبع قدم أفضل تدريب لمدينة مالمو

البحث التشاركي CBPR يتم تقييم العمل وفقا لنموذج البحث

القائم على المجتمع المحلي باستخدام من بين أمور أخرى مقابلات

مجموعه التركيز وسيتبع طالب الدكتوراه العمل في

ورشه العمل وسيتم توثيق العمل في جملة أمور باستخدام الاسئلة والاستفسار عن الصحة العامه

الجهات الفاعله والمعتنيه

Malmö Universitet | Malmö stad | Region Skåne | Länsstyrelsen i Skåne
Samordningsförbundet FINSAM i Malmö | Röda Korset | Rädde Barnen
Skåneidrotten | TePe Munhygienprodukter | Semcon | Radix Kompetens
Needsdrive AB | Apotek Hjärtat | Trianon



تواصل

Ansvarig hälsofrämjare Oscar Salazar Aros

☎ 073-615 89 68 ✉ revfitsweden@gmail.com

Projektledare Margareta Rämngård margareta.ramgard@mau.se | www.jamlikhalsa.se