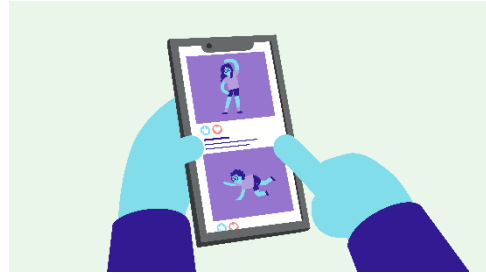


5 tips - information och kommunikation

Trygghet, enkelhet och gemenskap



Gör första steget enkelt

Ju enklare första steget är, desto fler vågar prova. Uppmuntra frågor och visa att det är okej att vara ny.

Skriv tydligt:

- när och var aktiviteten är
- vad man behöver ta med
- hur man anmäler sig
- vart man ska vända sig om man har frågor

Exempel:

“Ta med bekväma kläder och en vattenflaska. Första gången är gratis att prova.”

“Du får gärna kontakta oss om du har frågor.”

Använd ett enkelt och tryggt språk

Gör så här:

- Skriv enkelt och tydligt
- Undvik svåra träningsord
- Förklara hur aktiviteten går till

Exempel:

“En enkel träningsstund där du rör på kroppen i din egen takt.”

“Vi träffas i entrén till Hallen. Sedan går vi till sal 1. Passet är 45 minuter långt. En ledare visar hur du ska göra.”

Betona att alla kan vara med

Många är rädda för att inte passa in.

Lyft fram:

- Ingen erfarenhet behövs
- Alla nivåer är välkomna
- Man gör aktiviteten efter sin egen förmåga

Exempel:

"Du behöver inte ha tränat tidigare – vi anpassar övningarna så att alla kan vara med."

"Kom och rör på dig tillsammans med andra och få mer energi efteråt."

Spegla verkligheten

Använd bilder och ord som speglar verkligheten.

- bilder och berättelser från verksamheten
- information om er som aktivitetsarrangör

Exempel:

Bilder på lokalerna eller platsen.

"Jag trodde inte träning var något för mig, men här kände jag mig välkommen direkt."

Uppmuntra, följ upp och informera

När någon har provat är det bra att visa att de är välkomna tillbaka.

- Bestäm vilka kanaler ni använder och berätta om dem för deltagaren
- Bra kommunikation är:
 - Tydlig, kort, positiv och inkluderande
- Deltagaren ska snabbt förstå:
 - vad som händer, när det händer och hur de kan vara med

Exempel på meddelande:

"Tack för att du kom och testade! Hoppas du kände dig välkommen. Du är varmt välkommen nästa vecka igen."

"Hur kändes det? Har du några frågor?"