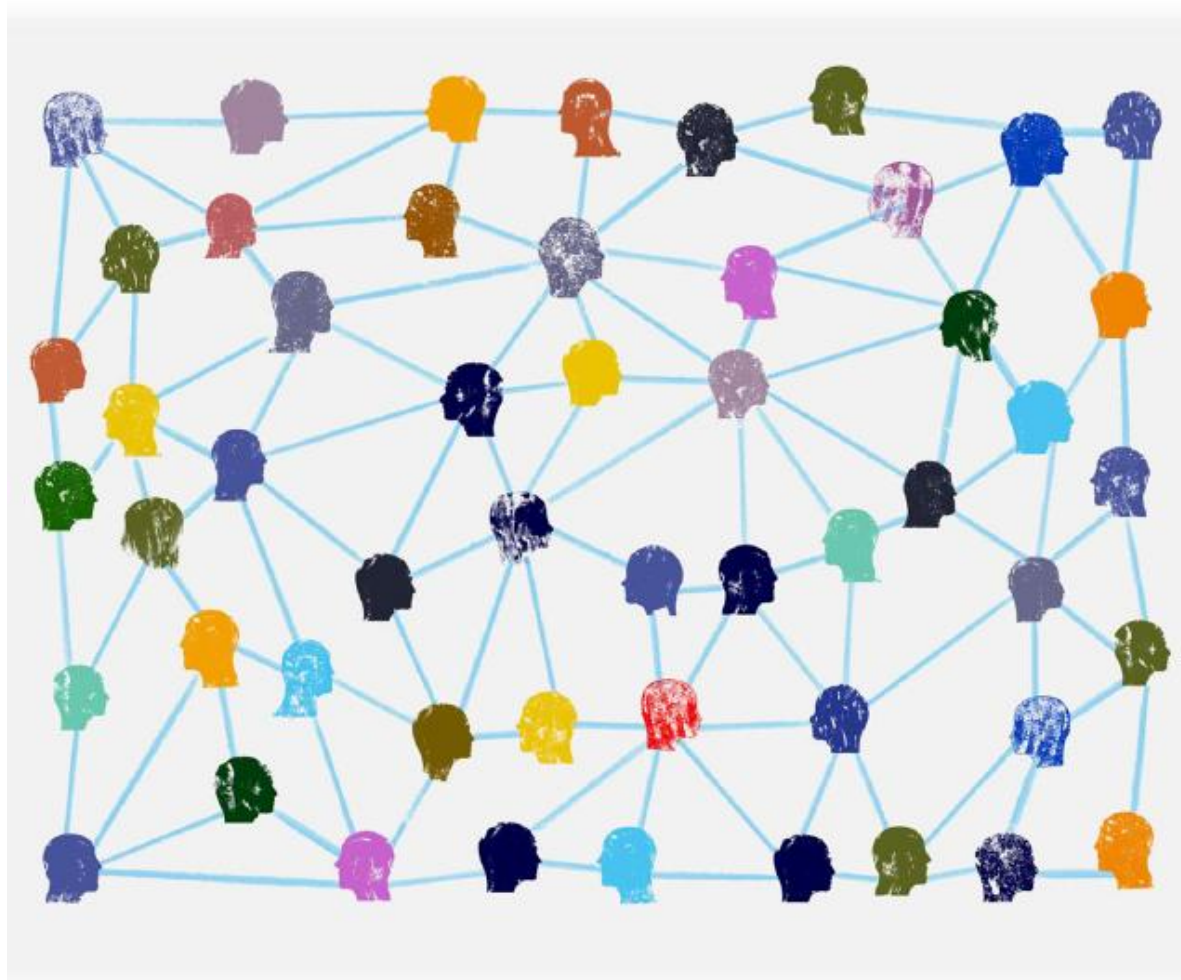


De bedste netværksmøder...



Distrikternes virke

Opgaven er at skabe *netværksaktiviteter*, *vidensdeling* og *inspiration* for frivillige i distriktets lokalafdelinger

Vedtægten §12.3



Et netværksmøde jeg særligt husker fordi...



Husk - det starter før vi mødes – det gode værtskab før-under og efter



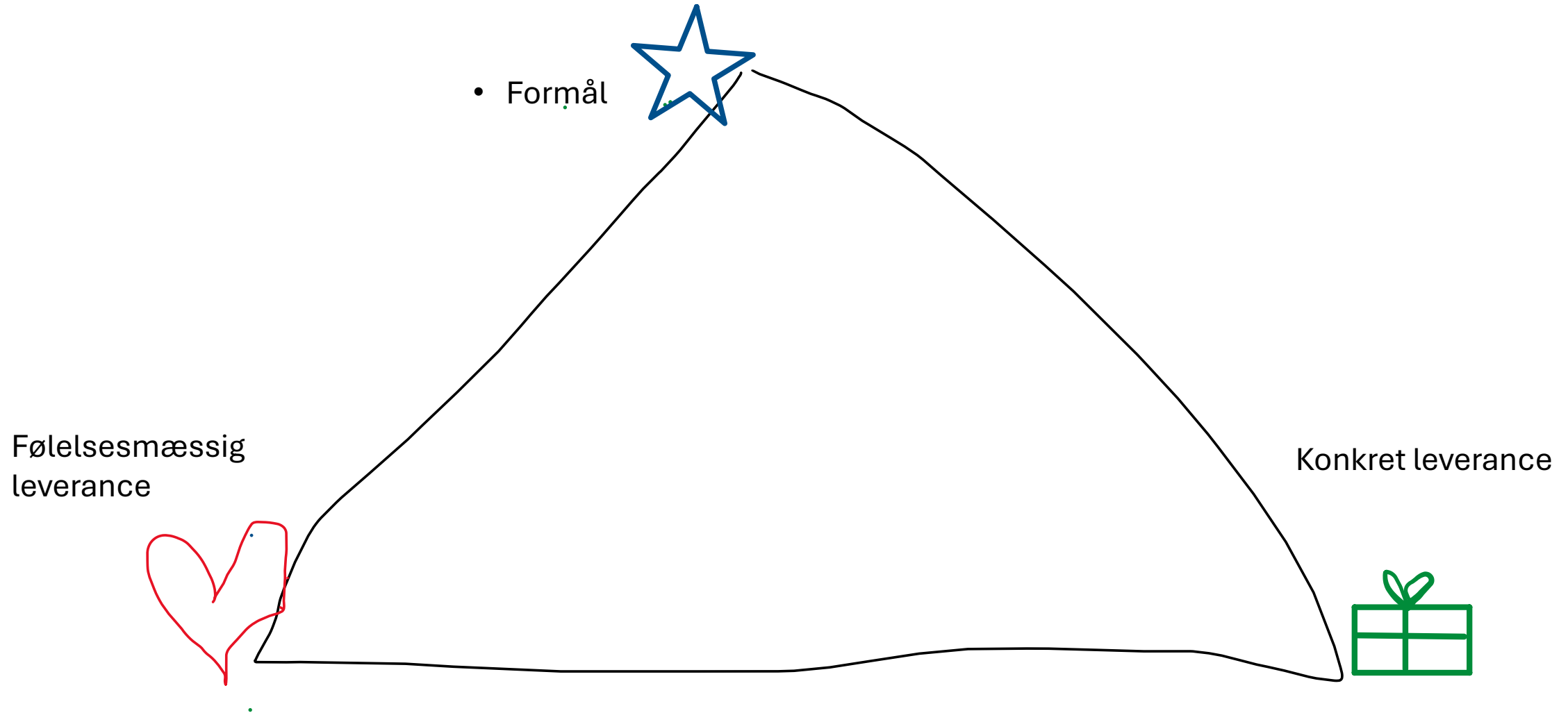


**Egodyret taler og taler (*dominerer?!), mens
Flokdyret tier el. samtykker
fordi behov for at høre til vægtes højt***

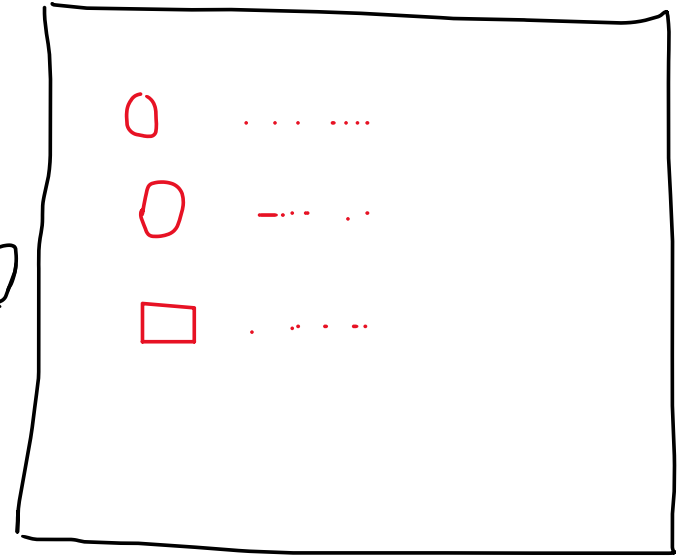
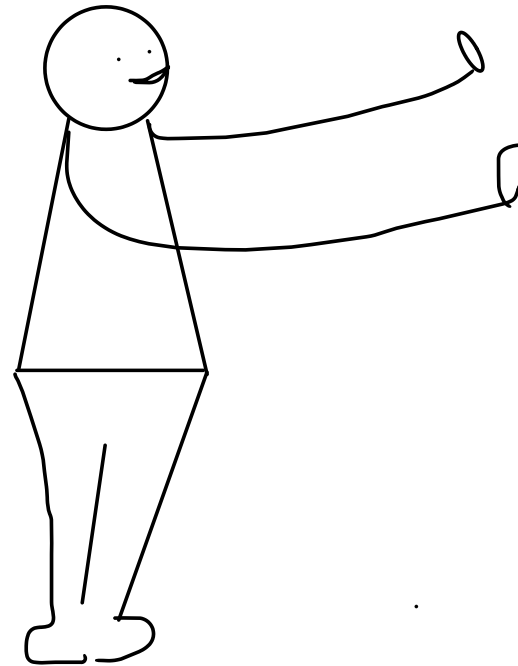
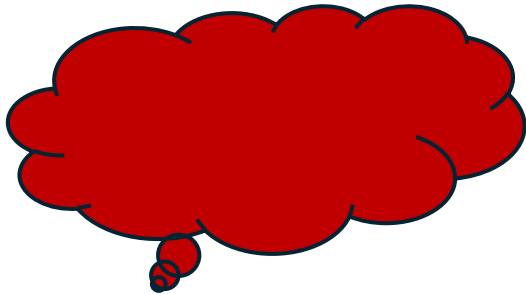


Peter Matzen
Distriktstræf 2026

Formålstrekanter



Hvorfor er vi her i dag?



Giv 'dine' deltagere lyst til *at tage del*

- ❑ **Vær en god vært**, sæt en rar stemning
- ❑ Gør det tydeligt, **hvorfor vi er samlet** – og hvad vi skal opnå sammen i dag
- ❑ Forklar **hvilke roller vi har** hver især; **din** rolle – **min** rolle, og hvad vi hver især kan bidrage med
- ❑ Tydelige **spilleregler**; start og slut, pauser, vi taler én ad gangen, alle får ordet

Stil spørgsmål:

"Hvad tænker I andre om...?"

Tal med sidemanden:

*"Hvad tænker du?"
"Hvordan oplever du...?"*

Vis din egen usikkerhed – det er okay ikke at ha' svar på alt

Giv plads til at alle lige tænker et par minutter og noterer egne synspunkter ned på blokken

Deltagelse – få **flere** til at tage **aktivt** del

Målet er at deltagerne på vores netværksmøder/temadage går inspirerede hjem og kan omsætte indholdet til lokale aktiviteter – noget der giver værdi hjemme i lokalafdelingen

Pauser –
både med
ro og med
aktivitet

Øvelser
på
gulv...

Benyt ”ting” som kan
inspirere – noget til
sanserne (fx
kort/billeder/tegninger)

Korte oplæg –
skift til
involvering

Tænk
par
del



Tænk at
mødet skal
tale til både:
hoved, krop
og sjæl

Afrunding på netværksmødet



Farvel og på gensyn –
til hvad og hvornår?

Har vi en plan!

4 eksempler til icebreakers/energizers/pauser

Trafiklyset – den effektive/når tiden er knap

Hver deltager skal på skift sætte en farve på ”dagsformen”

Grøn: alt kører, jeg har overskud

Gul: travlhed, men jeg har kontrol

Rød: jeg er max presset og løber stærkt

Ting vi har til fælles – bygger bro

Grupper af 3 personer (trioer)

Find 3 ting I har til fælles (fx vi har alle 3 søskende, vi hader koriander, vi har boet i udlandet....)

Flytter fokus fra ”visitkort” og skaber personlige bånd og smil med det samme

Den faglige – ”succes og maveplasker”

Deltagerne præsenterer sig kort ud fra 2 spgsm:

- 1) Hvad er lykkedes bedst for mig på seneste temadag
- 2) Hvad drillede mig allermest?

Det bryder facaden når vi deler både gode og svære oplevelser og åbner for fortrolighed

Billedkort - samtalestarter

Læg en antal kort/billeder/postkort (20-30 afhængig af antal deltagere)

Hver deltager vælger et kort der bedst beskriver deres største udfordring med xxx (kan være alle mulige emner).

De fortæller på skift i 1 max 1 min.