

# Guide til åbent hus

Bliv en del af Danmarks Motionsuge - og få nye medlemmer i jeres forening

Oversigten her hjælper jer med at afholde det gode arrangement til Danmarks Motionsuge.



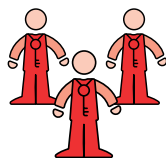
BEVÆG  
DIG FOR  
LIVET

# FØR →

## 1. HVEM GØR HVAD?

Det er en god idé at lave en gruppe på 2-4 personer, der har ansvaret for følgende områder:

- At få budskabet ud
- Praktik på dagen
- Aktiviteter på dagen
- Opfølgning efter dagen



## 2. TA' VENNERNE MED

Det er nemmere at komme, hvis man kender nogen:

- Bed alle medlemmer om at invitere venner, naboer og familie med
- Gør det let – fx ved at give medlemmerne materiale, de kan dele ud til venner og bekendte (materiale via link)
- Lav en SMS-besked eller et Facebook-opslag, som er let at dele for medlemmerne i deres netværk (materiale via link)



## 3. FÅ BUDSKABET UD

Med få, simple midler kan I få budskabet bredt ud:

- Gør det tydeligt, at alle er velkomne. Lav plakater og flyers og del ud/hæng op (materiale via link)
- Opret en begivenhed på Facebook – den er let at dele og deltagere kan melde sig til
- Lav en pressemeddelelse til lokalmedierne om arrangementet (skabelon via link)
- Opret dit arrangement på [danmarksmotionsuge.dk](http://danmarksmotionsuge.dk).

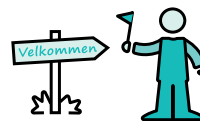


# UNDER →

## 1. DEN GODE VELKOMST

Det er vigtigt, at I får budt godt velkommen. I kan fx:

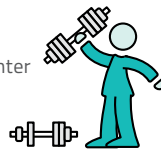
- Skiftes til at have ansvar for at byde velkommen ved indgangen
- Lave en fælles aftale om, at alle siger "hej" – særligt til dem, I ikke kender i forvejen
- Overveje navneskilte og få mail-adresser på deltagere ved ankomst



## 2. GODE RÅD TIL AKTIVITETER

Gode arrangementer giver deltagerne gode oplevelser og lyst til mere:

- Tænk over overraskende eller sjove elementer på dagen, der giver smil på læben
- Giv deltagere succesoplevelse med jeres idræt – det må ikke være svært at være med
- Overvej, om I kan give deltagerne oplevelsen af at gennemføre et helt forløb på dagen, og fejre dem, når de har gennemført, fx ved at give dem et diplom (skabelon via link)



## 3. PÅ GENSYN

Tænk over, at I får sendt deltagere hjem med en god oplevelse af, at I gerne vil se dem igen – fx ved at:

- Give nogle ansvar for at spørge om deltagere vil til prøvetime i næste uge
- Give deltagerne en souvenir med hjem, så de husker den gode oplevelse – f.eks. en flyer med information om træning (skabelon via link)
- Hænge 'Ses-vi-igen?'-plakater op, der sikrer mulighed for opfølgning (skabelon via link)



# EFTER →

## 1. OPFØLGENDE INVITATIONER

Opfølgning er vigtigt – gerne i ugen efter eventet:

- Jo mere personlig I kan gøre opfølgningen, jo større chance for succes
- Det er en god idé, hvis trænere eller holdledere kan tage direkte fat i deltagere
- Følg op på 'Ses-vi-igen?'-plakater med konkrete invitationer



## 2. SKAB ANLEDNINGER

Hvis deltagere skal blive til nye medlemmer, så inviter dem ned i klubben:

- Lav introduktions- eller prøvetimer, hvor det er klart, at nye er velkomne
- Overvej om I vil tilbyde tidsbegrænsede tilbud eller rabatter i forlængelse af arrangementet
- I kan med fordel dele f.eks. tilbud om prøvetimer via Facebook-event og -side



## 3. HJÆLP HUKOMMELSEN

Når deltagere har haft en skøn dag med jer, så hjælp dem med at huske – fx ved at:

- Dele billeder fra dagen via Facebook-event og jeres Facebook-side
- Skrive positive historier fra dagen i Facebook-gruppen eller på e-mail
- Opfordre folk til at 'like' jeres side, så I kan holde kontakt

