

Fritidsklubben Viaduktens overordnede vision er at være medskabere af

## **DET SUNDE UNGELIV**

Ved "Det sunde ungeliv" forstår vi sundhed i bredeste forstand, kropsligt, kostmæssigt, fysisk, psykisk, mentalt, kulturelt og gennem aktiviteterne fællesskab og samvær i hverdagen.

Vi har derfor opstillet fire overordnede værdier, som skal være ledetråde og fyrtårne for os, i det daglige arbejde med at bidrage til det sunde ungeliv.

### **1. Alle kan være en del af fællesskabet**

Vi ønsker gennem anerkendelse at skabe de relationer i et gensidigt fællesskab, som giver medlemmerne lysten og overskuddet til at udvise ansvarlighed. Ansvarligheden får det hele til at hænge sammen og giver også den enkelte en positiv følelse af at give og modtage i fællesskabet.

Aktivitet ==> Samvær ==> Relationer ==> Fællesskab ==> Ansvarlighed ==> Selvværd

"Når man er en del af et positivt fællesskab, får man lyst til at tage ansvar for, at fællesskabet kan fortsætte og udvikle sig".

### **2. Vi ønsker, at alle kan værdsætte hinandens forskellighed**

I hverdagens mange aktiviteter og samvær, vil vi vise medlemmerne hvordan vi alle kan bidrage til fællesskabet, ikke på trods af vores forskellighed, men i kraft af vores forskellighed.

"Hvem kan forestille sig et succesfuldt fodboldhold, hvor alle 11 spillere er målmænd".

### **3. Vi vil skabe en hverdag der udvikler og understøtter livsglæde**

Gennem anerkendelse og humor, vil vi skabe livsbekræftende samvær, hvor sjov og seriøsitet går op i en højere enhed. Vi vil øve os i at møde udfordringer med et smil og tackle konflikter med respekt for hinanden. Selvværd og livsglæde udvikler sig positivt, når vi bliver holdt af, som dem vi er.

Nærvær og relationer gør det muligt at løse konflikter, uden at skælde ud og give ydmygende irettesættelser. Sådan kan vi løse uenighed på en måde der ikke ødelægger kontakten og dialogen, og bevæge os fra en lydigheds-kultur til en ansvarligheds-kultur.

"Hvis medlemmet er modtagelig overfor påtale via dialog, er der ingen grund til at skælde ud".

"Hvis medlemmet *ikke* er modtagelig overfor påtale via dialog, er situationen så alvorlig, at det under alle omstændigheder ikke kan løses med at skælde ud".

### **4. Vi vil skabe en hverdag med fokus på sundhed på alle områder**

Det daglige klubtilbud skal indeholde aktiv bevægelse, udviklende aktiviteter, nærende kost, passende udfordringer og nære relationer, som alle er ingredienser i det sunde ungeliv.

"Sundhed skabes gennem viden, handling og gode vaner".

"Udvikling skabes gennem passende udfordringer i trygge rammer".