






HVEM?

-  Alle, der kan gå selv eller skubbes fremad på hjul – inkl. børn, hunde, kørestolsbrugere, folk med krykker og stave, handicappede, hjemløse, ældre mennesker og rodløse teenagere. Ensomme danskere. Ensomme flygtninge.
-  Alle, som har lyst til at møde andre mennesker med et åbent sind.
-  Alle, som har lyst til at gøre noget for deres nye naboer, men måske ikke tør eller orker at involvere sig for meget i første omgang eller ved, hvor de skal starte.
-  Folk, som selv er kommet som flygtninge og nu bor fast i Danmark, og som derfor ved, hvor svært det er at være ny i vores land.
-  Alle, som måske mangler tid eller mod til at melde sig ind i specifikke grupper, deltage i møder, flytte møbler, invitere til aftensmad i privaten, sortere tøj, lave lektiehjælp eller tage til café møder hver lørdag.



HVORDAN?

I samarbejde med det lokale asylcenter og/eller en undergruppe af Venligboerne aftaler man et ugentligt tidspunkt og mødested. Her tropper man så op med et åbent sind, uanset hvem man er.

Snak med andre og del endelig idéen i diverse grupper på Facebook, men brug også gerne lokalaviser og biblioteker for at få flere i tale.

Her tænkes også på de mange ældre, som stadig får flest af deres lokale nyheder ad denne vej, og som måske kunne få hul på deres egen ensomhed ved at Gå Dansk.

Start med at gå en kortere tur i lokalområdet, rundt i byen, gennem skoven, ned til havnen, langs stranden. Derfra kan I så aftale nærmere og måske lave undergrupper efter lyst og behov.

Går du med?

Få tips og flere idéer til ord og samtaleemner på www.sprogren.dk



GÅ DANSK

- et koncept til inspiration for Venligboere og andre, som gerne vil række hånden ud til vores nye naboer, men har brug for et nemt og uforpligtende sted at starte.

GÅ og lær **DANSK**

GÅ med en **DANSK** medborger

GÅ og forstå **DANSK** kultur



Initiativtager:

Merete Løvgreen
merete@sprogren.dk



HVAD?

- 🗣️ En opfordring til at gå en tur og tale lidt med de flygtninge, som er kommet til deres lokalområde.
- 🗣️ Inspiration til, hvordan man på en nem og afslappet måde kan gøre en lille ting, som kan få stor betydning for et andet menneskes liv.
- 🗣️ Et forsøg på at forebygge uheldige parallelsamfund, hvor alle er bange for hinanden, og ingen taler sammen, fordi vi tror, det kræver for meget.
- 🗣️ Et forum, hvor mennesker kan mødes på tværs af alder, nationalitet, køn, religion og sprog i det tidsrum, de orker – fordi de vil.
- 🗣️ Et udgangspunkt og en mulighed for mange flere private initiativer med spandevise af te, spændende mad, praktisk hjælp, tolkning i det små = venskaber på tværs af kulturer.

INTEGRATION VIA MOTION



HVORFOR?

- 🗣️ Gang er en af de bedste og bredest favnende motionsformer, der gavner både fysik og psyke.
- 🗣️ Gang giver god mulighed for at opleve Danmarks alsidige natur på de forskellige årstider.
- 🗣️ Gang giver friere tanker og sætter gang i snakken, samtidig med at de naturlige pauser ikke opleves som pinlige, fordi alle stadig foretager sig noget.
- 🗣️ Gang kan være ganske meditativ og dermed også indbyde til fin og tryk tavshed.
- 🗣️ Gåture i lokalområdet kan vise, hvor man køber billigt ind, genveje til byen, legepladser for børnene, grønne områder, sportsfaciliteter, bibliotek og andre gratis glæder.
- 🗣️ Gåture i skoven kan give kendskab til og respekt for vores planter og dyreliv.
- 🗣️ Gåture kan inddrage foreninger, institutioner, skoler og projekter.



- 🗣️ Gåture og oplevelser kan give anledning til et helt basalt ordforråd med udtryk fra dagligdagen brugt i en naturlig og autentisk sammenhæng.
- 🗣️ Gåture kan give viden om vores land og kultur, vaner og normer, takt og tone, uskrevne regler og måder at begå sig på.
- 🗣️ Gåture kan føre til både løse bekendtskaber og dybe venskaber, helende smil og tro på eget værd.
- 🗣️ En gåtur kan bryde en ond cirkel af ensomhed og give følelsen af, at der er brug for én. En gåtur kan få et menneske til at føle sig velkommen og dermed ønske at blive en del af samfundet.
- 🗣️ At gå og bevæge sig, mens man lærer nye ord, gør det nemmere at huske bagefter. Det abstrakte sprog kobles til den konkrete bevægelse og følelse og lagres således flere steder.
- 🗣️ En god gåtur og frisk luft kan være et tiltrængt afbræk i en ensformig hverdag – for alle parter.

