



Ringø, 6. august 2019

Pressemeddelelse

Vildmandskursus: Nyt rehabiliteringstilbud til mænd i Faaborg-Midtfyn

Faaborg-Midtfyn Kommune og ViNatur udbyder nu et vildmandskursus til mænd, der ønsker at vende tilbage til hverdagen efter længere tids sygdom.

At være i naturen er noget af det bedste, du kan gøre for dig selv – ikke mindst, når du er syg. Det øger nemlig livskvaliteten, afhjælper stress og depression og gør det lettere at håndtere kroniske sygdomme.

Det er baggrund for det vildmandskursus, som Faaborg-Midtfyn Kommune nu tilbyder til mænd, der gerne vil tilbage til hverdagen efter en langtidssygemelding som følge af en livskrise efter diagnoser som stress, angst, depression, kræft, hjerte-kar-sygdom, smerte, overvægt eller diabetes.

Kurset udbydes i samarbejde med ViNatur og er en del af en phd-afhandling.

Formand for Sundhed og Omsorgsudvalget Herdis Hanghøi (V) glæder sig over samarbejdet:

”Der er allerede gode erfaringer med at tilbyde lignende kurser andre steder i landet. Derfor er jeg utrolig glad for, at vi nu kan tilbyde et helt særligt rehabiliteringsforløb for mænd i Faaborg-Midtfyn,” fortæller hun.

Tanken er, at deltagerne også efterfølgende skal have glæde af hinanden, fortæller formand for Folkeoplysningsudvalget Steen Virkelyst:

”Vi ønsker at etablere et stærkt fællesskab for de mænd, som vælger at gennemføre kurset, så de kan fortsætte med at mødes efter endt forløb.”

Kursusbeskrivelse

Deltagerne kommer til at opleve naturens forunderlige verden og til at mærke urinstinkterne, som vi var afhængige af, dengang vi levede i og af naturen med referencer til jægersamlerkulturen og evolutionspsykologien. De præsenteres for sansestimulation samt åndedræts- og kropslige øvelser, og de kommer helt ned i tempo og mærker den tryghed og indre ro, som naturen kan give os.

Vildmandskurserne er et naturbaseret behandlingsforløb for mænd, som blev opstartet i Svendborg Kommune i 2014 og siden har inspireret til lignende forløb i andre kommuner. Kurset har haft stor succes, og der har været stor interesse for kurset blandt målgruppen af mænd.

Kurserne er udviklet ud fra nyeste forskning og erfaringer inden for naturbaseret behandling.

Praktisk

Ansøgningsfristen til kurset er den 30. august 2019. Kurset bliver afholdt i Pipstorn Skov og andre naturområder omkring Faaborg. Kurset kører over ni mandage med opstart mandag den 16. september 2019.

Kontakt Rune Apollo-Rasmussen (ViNatur) for yderligere information samt ansøgning om deltagelse: Tlf. 22 65 53 21 / rune@vinatur.dk

Læs mere om det nye rehabiliteringstilbud på www.vinatur.dk.

Yderligere oplysninger

Ulrik Skyum Christensen, leder af Forebyggelse, Træning og Rehabilitering, Faaborg-Midtfyn Kommune, mobil: 72 53 60 87

Rune Apollo-Rasmussen (ViNatur) tlf. 22 65 53 21

Pressekontakt Annette Wognsen Frederiksen, Faaborg-Midtfyn Kommune, mobil 72 53 11 73