



Er du til idræt,  
spejder eller musik?

Vi hjælper dig igang!

For **alle** mellem  
0 og 18 år



## Hvad er Guide to Move

Guide to Move er et tilbud til børn og unge op til 18 år, som endnu ikke går til en fritidsaktivitet – men som gerne vil. Har dit barn fx. særlige behov, eller synes det er svært at komme i gang med en fritidsaktivitet, eller har I som forældre svært ved at hjælpe jeres barn i gang, så er det Guide to Move, I skal kontakte.

## Hvad kan vi hjælpe med?

- **Fritidsvejledning** ved fritidsguide som fx. kan bestå af afklaring af ønsker og muligheder for aktiviteter, kontakt til foreningen og følgeskab til aktiviteten de første gange.
- **Fritidspas** som er økonomisk støtte til kontingentbetaling (max 600 kr. pr. år)

## Guide to Move gør en forskel!

Et aktivt fritidsliv kan give børnene:

- Trivsel
- Fysisk og mental sundhed
- Venskaber
- Succesoplevelser
- Glæde

Læs mere og  
søg om hjælpen på  
[www.holstebro.dk/  
guidetomove](http://www.holstebro.dk/guidetomove)

