



TEGN ET MEDLEMSKAB FOR DIN ARBEJDSPLADS

Selv en lille bevægelse kan skabe forandring



MEDLEMSKAB FOR ARBEJDSPLADSER

Aktivitet, inspiration og sammenhold – samlet i ét medlemskab

Arbejder du målrettet på at styrke fællesskabet og sundheden på din arbejdsplads?

Drømmer du om at få mere aktivitet og bevægelse ind i arbejdsdagen?

Tror du på, at når I gør en aktiv indsats for at dyrke sammenholdet, så har det effekt – på alt fra jeres regnskab til jeres relationer – fra jeres mål til jeres medarbejdertrivsel?

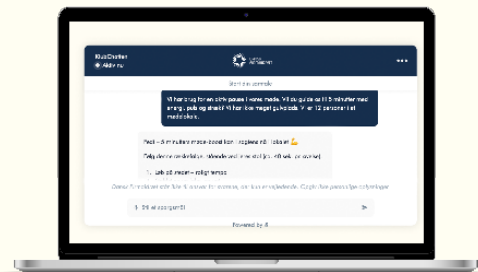
Med et medlemskab tager I det første skridt mod alt det: Selv en lille bevægelse kan skabe forandring. Og vi har gjort det let for jer. At komme i gang, at blive ved, og at få flere med.

Medlemskabet giver jeres arbejdsplads nem adgang til motiverende aktiviteter – både i og uden for arbejdstiden. Samtidig bliver I en del af det lokale foreningsliv og det fællesskab, vi skaber her i området.

Når I tegner et medlemskab hos os, bliver I en del af Roskilde Firma og Familieidræt. Medlemskabet gælder for ét år ad gangen.

Medlemskabet indeholder noget for enhver: uanset, om I mangler inspiration til aktive pauser og nemme aktiviteter i det daglige eller til større kampagner og events. Fælles for alle aktiviteterne er, at I vinder hver gang – og præmien? Styrket arbejdsglæde og fællesskab.

Det får I ...



→ Det digitale klubhus

Det digitale klubhus er jeres medlemssite. Det er indrettet med træningsvideoer, webinarer, inspiration, materialer og en AI-chatbot, der gør det nemt at få gang i bevægelsen. I løbet af året bliver I også inviteret til live-træninger og webinarer med motiverende instruktører og dygtige formidlere.

Når I har åbnet døren til klubhuset, vil I seks gange om året modtage en temabaseret kampagne på mail, der giver ekstra og ny inspiration og aktiviteter. De kan eksempelvis handle om at komme ud under åben himmel i foråret – eller være et dyk ned i trenden "mikropauser". Hvordan, hvornår og hvorfor kan I nyde godt af dem?

Den kollega, der står for at tegne medlemskabet, får en invitation til Det digitale klubhus og kan herefter invitere en række kolleger ind, som skal være med til at sætte gang i bevægelsen.

→ Gratis pladser på temadage

Som en del af jeres medlemskab har I gratis pladser på årlige temadage: Stedet, hvor du og dine kolleger på 6 timer lærer at designe en aktiv og bevægelsesvenlig arbejdsplads. Det er konkrete løsninger, greb og værktøjer lige ned i jeres arbejdsdag.

Når I tegner et medlemskab, får I et antal gratis pladser (alt efter, hvor mange medarbejdere I er). Dagene holdes flere gange om året forskellige steder i landet.

Læs mere om temadage →



→ Lokale tilbud og aktiviteter- nær jer

Med et medlemskab hos Roskilde Firma og Familieidræt bliver I en del af det lokale fællesskab og får adgang til aktiviteter og muligheder tæt på jer. Samtidig er I med til at styrke både sundhed og trivsel på arbejdspladsen.

Vi tilbyder blandt andet lokale aktiviteter og tilbud som:

- Bevægelse på arbejdspladsen med vores instruktører – ekstra rabat ved tegning af medlemskab
- Motionsfiorball
- Julemærkeløbet
- Lydhealing med Gong-bad

→ Eksklusivt indhold i Arbejdspladsernes Motionsuge

Uge 41 er Arbejdspladsernes Motionsuge. En uge, hvor det efterhånden er traditionen, at hele Danmark er i bevægelse.

Når I har et medlemskab, får I eksklusivt indhold og inspiration i Det digitale klubhus i Arbejdspladsernes Motionsuge. Som medlem får I ovenikøbet et gratis hold med i vores fiorballturnering om onsdagen.

www.amugen.dk



→ Rabat på Tæl Skridt

Tæl Skridt er en landsdækkende kampagne, der giver jer mulighed for at dyrke sammenholdet, få mere bevægelse og sjov konkurrence ind i arbejdsdagen. Kampagnen kører fire gange årligt og varer to uger hver gang.

I dystet med (og mod) arbejdspladser landet over – og der er mulighed for at vinde pengepræmier på 5.000 kr., 10.000 kr. og 25.000 kr.

Når I har tegnet et medlemskab, får I 30% rabat på jeres deltagelse i kampagnen.

www.taelskridt.dk



→ Rabat på Kollega-Ligaen

Kollega-Ligaen er Danmarks største Counter-Strike2-turnering for arbejdspladser.

Vi spiller tre gange om året i en forårs-, efterårs- og vinterturnering.

Vi har Danmarks bedste niveauinddeling, og alle kan spille med og få sjove kampe – uanset om I er 1, 2, 3 eller flere noobs på holdet. Vi planlægger kampene, sørger for servere, og alt, I skal gøre, er at møde ind på serveren med kampgejst. Nemt ikke?

Med medlemskabet får I 30% rabat på alle hold.

www.esportligaen.dk/liga/kollega/





ET ÅR FYLDT MED AKTIVE OPLEVELSER

En investering i jeres medarbejdere

Selv en lille investering kan have stor effekt. Når I tegner et medlemskab, gør I det for alle medarbejdere: I melder hele jeres arbejdsplads ind.

Antal medarbejdere	Pris pr. år	Antal gratis pladser på temadag om kollegamotion
1-10	899 kr.	2
11-99	1.199 kr.	4
100-299	2.499 kr.	8
300-999	7.499 kr.	12
Kommune- og koncerntaftale (+1.000 medarbejdere)	Skræddersyet pris	Skræddersyet tilbud

Prisen gælder for et år. Medlemskabet fortsætter løbende, medmindre I opsiges det en måned inden udløbsdato.

Særlig aftale for store arbejdspladser

→ Har din arbejdsplads mere end 1.000 medarbejdere? Og er I måske fordelt på flere lokationer?

Så kan vi sammensætte en særlig aftale til jer og hjælpe jer med at blive oprettet på den bedste måde, der matcher jeres organisering.

Ring til os på telefon 21 60 05 85

Har du spørgsmål til medlemskabet? Lad os høre fra dig!
Hvis det er lokalt, kan vi også hjælpe dig videre.

cs@rfi.dk
Telefon 21 60 05 85

www.rfi.dk

Bliv medlem

Ønsker din arbejdsplads at blive medlem? Så scan QR-koden og tilmeld jer nu↓

