

WORKSHOPS

UNDER FREMTIDENS IDRÆT FOR BØRN OG UNGE

TRIVSEL I IDRÆTTEN

TRÆNERLØFTER

UNGE - MEDBESTEMMELSE OG INVOLVERING

ANSÆTTELSE - UDVIKLINGSRESSOURCER I IDRÆTTEN

FRIVILLIGHED



STØTTE AF
A.P. MØLLER FONDEN

KÆRE KOMMUNER, IDRÆTS- RÅD, FOLKEOPLYSNINGS- UDVALG OG FORENINGER

“Tilbud om gratis workshop under Fremtidens Idræt for børn og Unge – workshopsne udbydes nationalt for grupper af foreninger og andre interessenter”

Danmarks Idrætsforbund har siden 2023, med støtte fra A.P. Møller Fonden, arbejdet målrettet med udvikling af gode og trygge børne- og ungemiljøerne som en del af Fremtidens Idræt for Børn og Unge.

Den viden, de erfaringer og konkrete cases vi har samlet sammen og løbende videreudvikler, vil vi meget gerne dele med landets idrætsforeninger og relevante interessenter hos jer i kommuner, idrætsråd og udvalg.

Hvis I har lyst til at sætte fokus på en af tematikkerne som fx. trivsel eller trænerens kompetencer, har I nu mulighed for at byde ind på workshops. Tematikkerne fremgår på de efterfølgende sider.

FORMAT OG FORMALIER

Idrætsforeninger: Hvis I som foreningen er interesserede i en af tematikkerne, kommer vi gerne på besøg. Dog kræver det, at I inviterer trænerne, frivillige og/eller ledere ind fra flere foreninger. Her kan det være

en fordel at række ud til kommunen, så workshoppen kan arrangeres i fællesskab. Se desuden krav til “udbyder” i afsnittet nedenfor til kommuner/idrætsråd/folkeoplysningsudvalg.

Kommune/idrætsråd/folkeoplysningsudvalg:
Som udbyder vil I stå for lokale, av-udstyr og det koordinerende arbejde omkring invitationer og deltagertilmelding. Forud for workshop'en vil der være dialog omkring format og kobling, så der sikres synergi ift. eventuelle andre indsatser for foreningerne i jeres kommunen.

Workshoppen kan afholdes som et selvstændigt arrangement eller som et element i et større arrangement.

Foreninger/kommune/idrætsråd/folkeoplysningsudvalg vil på de følgende side, bliver beskrevet som “Udbyder”.

DIF, Fremtidens Idræt for Børn og Unge: Tilbyder gratis workshop, evt. materialer og tilskud til forplejning.

OVERBLIK:

TRÆNERLØFTET	4
TRIVSEL OG SUNDE FÆLLESSKABER	4
UNGE - INVOLVERING OG MEDBESTEMMELSE	6
ANSÆTTELSE (FRIVILLIGHED, FORENINGSUDVIKLING...)	7



TRÆNERLØFTET

INDHOLD

Trænerløftet er et nyt tilbud til alle landets klubber og deres trænere. Fundamentet i Trænerløftet er et kort elæringsmodul og en database. Elæringsmodulet kan bruges individuelt til at styrke trænerens kompetencer eller som et udviklingsværktøj i trænergruppen. Platformen skaber overblik for foreningerne over blandt andet børneattester og giver den enkelte træner mulighed for at oprette cv. mm og vil på sigt danne rammen om et stort inspirationsunivers.

På denne workshop klæder vi enten jeres trænere eller klubber på til at arbejde aktivt med Trænerløftet og lokaltrænerudvikling

FORMAT

Formatet tilpasses så det passer målgruppen.

Målgruppen kan enten være foreningsledere, hvor de lærer at bruge Trænerløftet til at arbejde med lokaltrænerudvikling, hvilket er den læringsform flest trænere efterspørger på tværs af niveau.

Eller trænere hvor de ud fra en dilemmabaseret og reflekterende tilgang aktivt arbejder med værdibaseret ledelse, motivationsteori og kompetenceudvikling

"KRAV" TIL UDBYDER

I står for tilmelding, lokaler og forplejning. Vi kommer med materialer og underviser og sørger for en mega fed aften, formiddag eller eftermiddag

Fra hvornår: Vi står klar.

Book ved at tage fat i Emil, eller afgiv interessetilkendegivelse her: ➔ event.dif.dk

Kontaktperson: Faglige spørgsmål til

Emil Peter Søhus; eps@dif.dk

Vil du læse mere om trænerløftet:

➔ [Alt du skal vide om trænerløftet](#)



TRIVSEL OG SUNDE FÆLLESSKABER

INDHOLD

September 2025 offentliggøres DIF's nye indsat i arbejdet med at skabe trivsel i sunde fællesskaber – pt. kaldet "Trivselsmodellen". I forlængelse af offentliggøres vil der blive udbudt "trivselsworkshops". Form og format er ikke endelig fastsat, med formålet er at understøtte lokale udvikling og implementering.

"KRAV" TIL UDBYDER

I vil som kommune/idrætsråd/folkeoplysningsudvalg blive involveret i forhold til at sikre synergi til eventuelle overordnede dagsordner i kommunen og på et praktisk plan i forhold til lokation, lokaler og invitationer.

Fra hvornår: Primo 2026

Book workshop:

Giv jeres interessetilkendegivelse her: ➔ event.dif.dk

Ved praktiske spørgsmål, kontakt

Liselotte Byrnak; lby@dif.dk

Kontaktperson: Faglige spørgsmål til

Maiken Ziebell; mzb@dif.dk

Vil du læse mere om Trivselsmodellen:

➔ [Trivselsmodel DIF](#)





UNGE - INVOLVERING OG MEDBESTEMMELSE

INDHOLD - TREDELT INDHOLD:

1: VIDEN OG GRUNDLAG FOR GOD UNGE-INDDRAGELSE OG -INVOLVERING

Deltagerne får indsigt i den viden og de principper, som Danmarks Idrætsforbund (DIF) baserer sit arbejde med ungeinddragelse og medbestemmelse på. Der præsenteres konkrete erfaringer, metoder og gode råd, som bygger på praksis eksempler samt nationale og internationale undersøgelser. Desuden gives et indblik i, hvordan andre aktører – både indenfor og udenfor idrætten – arbejder med at involvere unge på meningsfulde måder.

2: PRAKSISERFARINGER FRA INNOVATION AF FORENINGSTILBUD TIL UNGE I ALDEREN 13-20 ÅR

DIF har etableret Innovationshubs på forbunds niveau og foreningslaboratorier på foreningsniveau. Formålet med disse initiativer er at afprøve og udvikle nye, mere målgrupperelevante idrætstilbud, der appellerer til unge i alderen 13-20 år. Deltagerne får indsigt i erfaringerne herfra og konkrete eksempler på, hvordan traditionelle tilbud kan tilpasses nutidens unge.

3: UNGE I DEMOKRATIETS MASKINRUM

Demokratiske processer i foreningslivet styrkes, når unge får reel mulighed for at engagere sig og få medbestemmelse. Der sættes fokus på betydningen af unges demokratiske deltagelse – hvorfor det er vigtigt, og hvordan det kan fremmes i praksis. Der gives en introduktion til DIF's Unglederuddannelse og arbejdet med at styrke unges demokratiske selvtilid og deltagelse i bestyrelses- og udvalgssammenhænge. Der kan eventuelt laves en kombination af de tre ovenstående.

FORMAT

Formatet tilpasses målgruppen.

Workshopsene vil være dynamisk tilrettelagt og veksle mellem oplæg, inspiration fra best practices, virkelighedsnære cases, plenumsamtaler om dilemmaer samt gruppebaserede øvelser.

Der vil desuden være mulighed for at inddrage unge deltagere, som kan dele deres egne erfaringer –

eksempelvis fra inddragelsesprocesser, innovative initiativer på forenings- eller forbunds niveau samt fra arbejde i udvalg og bestyrelser. Formålet er at give plads til unges stemmer og perspektiver, da de – med deres erfaringer – netop er eksperterne i deres egne virkeligheder.

"KRAV" TIL UDBYDER

Ud over prioritering af ovenstående tematikker, står I for tilmelding, lokaler og forplejning. Vi kommer med materialer og underviser og sørger for en mega fed formiddag/eftermiddag/aften.

Fra hvornår:

- Ungeinddragelse (Grundlag og viden fra undersøgelse) Q3 2025
- Ungleder og demokratiske selvtilid Q1 2026
- Praktiske erfaringer fra Laboratorier Q2 2026

Book workshop:

Giv jeres interessetilkendegivelse her: [→ event.dif.dk](https://event.dif.dk)

Ved praktiske spørgsmål, kontakt
Liselotte Byrnak; lby@dif.dk

Kontaktperson: Faglige spørgsmål til
Kasper Ehlers kae@dif.dk

Vil du læse mere om DIF's ungeindsatser:

→ [Ungelaboratorier](#)



Vil du læse mere om Fremtidens unge ledere:

→ [Fremtidens unge ledere](#)



ANSÆTTELSE (FRIVILLIGHED, FORENINGSUDVIKLING...)

INDHOLD

Med 76 spydspidsforeninger rundt om i landet over 30 Børne- og ungeansvarlige ansat, begynder vi at have en masse spændende cases med gode erfaringer og udfordringer i arbejdet med udvikling af gode foreningsmiljøer for børn og unge. På workshoppen giver dels indblik i de vigtigste erfaringer fra FIBU vedrørende ansættelser i idrætsforeninger herunder samarbejdet mellem ansatte og frivillige. Dertil har workshoppen til hensigt at styrke deltagernes, som både kan være foreninger, kommuner, idrætsråd og folkeoplysningsudvalg perspektiver på potentielle gevinster og udfordringer ved at ansætte lokalt i og på tværs af idrætsforeninger.

FORMAT

Formatet tilpasses alt efter om målgruppen.

Workshoppen vil være en veksling mellem oplæg, dilemmadrøftelser i plenum og gruppebaserede øvelser. Det vil i nogle tilfælde være muligt at nuværende børne- og ungeansvarlige og spydspidsforeninger deltager i de lokale workshops for at videregive deres konkrete erfaringer.

"KRAV" TIL UDBYDER

I vil blive involveret i forhold til at prioritere ift. temation og sikring af synergi til eventuelle andre dagsordner i kommunen. På det praktiske plan, står I for tilmelding, lokaler og forplejning, mens DIF sørger for materialer og underviser.

Fra hvornår: Slutningen af Q3 2025

Book workshop:

Giv jeres interesselikendegivelse her: ➔ event.dif.dk

Ved praktiske spørgsmål, kontakt
Liselotte Byrnak; lby@dif.dk

Kontaktperson: Faglige spørgsmål til
Martin Bro, mbro@dif.dk

**Vil du læse mere om DIF's arbejder
med spydspidsforeninger:**

➔ [Spydspidsforeninger](#)



DANMARKS IDRÆTSFORBUND

IDRÆTTENS HUS
BRØNDBY STADION 20
2605 BRØNDBY

FOR SPØRGSMÅL:

KONTAKT LISELOTTE BYRNAK
LBY@DIFDK, 22634561



STØTTE AF
A.P. MØLLER FONDEN