



TILBUD TIL KOMMUNER

Omsæt gode intentioner til stærkere idrætsmiljøer
FREMTIDENS IDRÆT FOR BØRN OG UNGE hos jer

Tilbud til kommuner om workshops, forløb
og uddannelser for trænere, frivillige og unge



STØTTET AF
A.P. MØLLER FONDEN

SÆT EN FÆLLES RETNING LOKALT

DIF bringer ny viden, afprøvede metoder og erfaringer fra Fremtidens Idræt for Børn og Unge tæt på kommunernes lokale foreningsliv. Som kommune vælger I den eller de områder, der bedst understøtter jeres mål – så er vi klar til at samarbejde.

AKTUELT I 2026-2027

Vælg mellem trivsel, trænerudvikling, ungeinddragelse eller stærkere rammer for frivillighed og ansatte i foreningslivet.

➔ **Se mere om Fremtidens Idræt for Børn og Unge på dif.dk/fibu**

Eller kontakt programleder; Liselotte Friis Byrnak på 22 63 45 61 eller lby@dif.dk

OM PROJEKTET FREMTIDENS IDRÆT FOR BØRN OG UNGE

A.P. Møller og Hustru Chastine Mc-Kinney Møllers Fond til almene Formaal har bevilget 85 mio. kr. til projektet 'Fremtidens Idræt for Børn og Unge' (FIBU), der er udviklet af og drives af Danmarks Idrætsforbund.

'Fremtidens idræt for børn og unge' er et ambitiøst og omfattende projekt, som løber frem til og med 2027.

Under Danmarks Idrætsforbund er der i runde tal 6.000 børne- og ungdomsforeninger og 900.000 medlemmer under 18 år.

Projektindsatserne er mange under følgende overskrifter: øget kapacitet, trænerløfte og trivsel, involvering af unge, rekruttering samt synlighed og videndeling.

FRA VIDEN TIL HANDLING I JERES FORENINGER

Foreningslivet er en vigtig medspiller i kommunens arbejde for børn og unges trivsel, deltagelse og stærke fællesskaber. Vi står klar til at hjælpe med at omsætte jeres kommunale ambitioner inden for trivsel, trænerudvikling, ungeinvolvering og foreningsudvikling.

SÅDAN FOREGÅR DET

- Ræk ud for at få et indledende møde eller dyk ned i områderne og tilbuddene på de næste sider.
- Sammen afklarer vi formatet – fx kan en workshop afvikles selvstændigt eller indgå i et større arrangement.
- DIF stiller med egne undervisere eller uddanner lokale undervisere og udleverer relevante materialer.
- Som kommune eller lokal arrangør står I for lokaler, AV-udstyr, invitationer og tilmelding.
- Forud for workshoppen, forløbet eller uddannelsen afstemmer vi indholdet, så det spiller sammen med jeres lokale dagsordener.

Tilbuddene og mulighederne på de næste sider kan også benyttes direkte af jeres foreninger. Som kommune kan I dog være med til at sætte initiativerne i gang og skabe de bedste rammer for, at tilbuddene kommer i spil.

HVEM KAN DELTAGE?

Målgruppen afhænger af det specifikke tema. Deltagerne kan fx være foreningsledere, trænere, frivillige, forældre og unge. Eller fx medlemmer af idrætsråd og folkeoplysningsudvalg og relevante kommunale medarbejdere.

Klar til en indledende dialog?

Kontakt Liselotte Friis Byrnak eller den aktuelle fagansvarlige for:

Trænerudvikling, Trænerløftet.....	6
Trivsel, Trivselsmetoden HUSK.....	8
Unglederuddannelsen.....	10
Foreningsudvikling og ansættelser.....	12
Esport og bevægelse.....	14

- 1 • Skab struktur, overblik og en plan for kompetenceudvikling i foreningen.
• Styrk trænerens arbejde med værdier, motivation og udviklende træningsmiljøer.

STYRK TRÆNERNE OG TRIVSLEN

TRÆNERLØFTET

Giv trænerne et fælles fagligt og pædagogisk fundament.

Trænerløftet kombinerer et e-læringsmodul og et digitalt login i form af TrænerID'et, som giver adgang til et online vidensunivers med masser af inspiration og sparring. Trænerløftet er tilgængeligt online for alle trænere, som kan tage det individuelt hvor som helst og når som helst. Som kommune kan I tage medansvar for at styrke de frivilliges kompetencer ved at opfordre dem til at tage Trænerløftet, eller endnu bedre ved at udbyde en eller flere lokale workshops for eller sammen med jeres foreninger. Erfaringen viser, at workshoppen hjælper foreningerne med at bruge Trænerløftet aktivt i lokal trænerudvikling.

Ud over faglige og udviklingsmæssige gevinster, er der også administrative fordele at hente for kommunens foreninger, der via TrænerID'et får lettere adgang til indhentning af børneattester, bedre overblik over aktive trænere og lettere kommunikationsveje.

Kontakt os, så finder vi en ambassadør eller uddanner en eller flere lokale ambassadører hos jer, som kan være med til at facilitere workshops lokalt. Både Trænerløftet og workshops er gratis.

➔ **Trænerløftet – læs mere her**

Interesseret?

Kontakt Emil Peter Søhus på eps@dif.dk



- 2
- Omsæt trivselsambitioner til synlig adfærd i hverdagen.
 - Styrk dialogen mellem trænere, ledere, forældre og kommunen.
 - Arbejd med lokal implementering og et tydeligere beredskab.

HUSK OG OBS - TRIVSEL I PRAKSIS

Skab et fælles sprog for trygge og inkluderende fællesskaber.

Trivselsmetoden HUSK omsætter den nyeste viden om børn og unges trivsel til fire enkle handlinger: **H**ils, **U**ps, **S**mil og **K**lap. Metoden gør det lettere for trænere, ledere og forældre at arbejde systematisk med og støtte op om trivsel i foreningen. HUSK suppleres af OBS, som giver viden om, hvad man skal være opmærksom på, og hvilke handlemuligheder der er, når et barn eller en ung viser tegn på mistrivsel.

Som kommune kan I være med til at sætte trivsel højt på dagsordenen og skabe en fælles retning på tværs af lokale foreninger. Ved at udbyde en HUSK-workshop giver I foreningernes trænere, ledere og/eller forældre et fælles sprog og konkrete greb, de kan tage direkte med ud i foreningerne.

Kontakt os, så tilpasser vi workshopen til jeres lokale behov og kobler den til kommunens øvrige arbejde med trivsel, forebyggelse og inkluderende fritidsfællesskaber. Workshopen er gratis.

➔ HUSK ➔ OBS

Interesseret?

Kontakt Charlotte Sandager Aggestrup på csa@dif.dk

GOD KOBLING TIL KOMMUNALE MÅL

Trænerløftet og HUSK er oplagte greb, når I arbejder med trivsel, forebyggelse, inkluderende fritidsfællesskaber eller kvalitet i kommunens foreningstilbud.



- 3 • Få principper og metoder til meningsfuld ungeinddragelse.
• Arbejd med lokale cases, der giver unges idéer en reel chance.

GIV UNGE MOD PÅ AT TAGE ANSVAR VIA NY UDDANNELSE.

UNGE - INVOLVERING, MEDBESTEMMELSE OG LEDELSE

Udvikl fremtidens foreningsliv MED de unge - ikke kun for unge.

Unge er eksperter i deres eget liv. Derfor skabes de mest relevante tilbud og stærkeste fællesskaber, når unge får reel mulighed for at påvirke aktiviteter, organisering og beslutninger.

Som kommune kan I bidrage til, at foreninger og unge sammen udvikler mere attraktive idrætstilbud og nye veje til deltagelse, frivillighed og ledelse.

Konkret er der to oplagte greb at arbejde med: ungelaboratorier og Unglederuddannelsen.

Et ungelaboratorium er et lokalt eksperiment, hvor unge mellem 13 og 20 år får mulighed for at udvikle og afprøve nye idéer til fremtidens idræts- og foreningsliv. Det kan være nye aktiviteter eller fællesskaber, som kombinerer idræt med fx kultur,

bæredygtighed, demokrati eller frivillighed. Det vigtigste er de unges ejerskab og modet til at prøve noget nyt – ikke at idéen lykkes perfekt.

Jeres foreninger kan prikke en eller flere unge på skulderen og hjælpe dem med at omsætte deres idé til et konkret eksperiment. Foreningen kan søge op til 30.000 kr. til gennemførelsen. Ansøgninger vurderes løbende.

➔ **Ungelaboratorier – Ansøg her**

Unglederuddannelsen er et praksisnært udviklingsforløb for unge mellem 16 og 22 år, som vil engagere sig og få større indflydelse i foreningslivet. Gennem e-læring, to kursusweekender, lokal mentoring og et udviklingsprojekt i egen forening styrker de unge deres kompetencer inden for ledelse, kommunikation og demokratisk deltagelse.

Som kommune kan I sammen med relevante foreninger prikke en ung på skulderen og opfordre vedkommende til at deltage på en af de nationalt udbudte uddannelser. Deltagerprisen er 1.000 kr. og inkluderer overnatning og forplejning på begge kursusweekender. Alternativt kan vi i samarbejde med jer udbyde et lokalt unglederhold for unge i netop jeres kommune, hvor enten DIF stiller med en underviser, eller vi uddanner en lokal underviser hos jer.

➔ **Send en ung afsted | DIF**

Interesseret?

Kontakt Kasper Ehlers på kae@dif.dk



- Få ressourcer til at udvikle jeres lokale foreninger
- Få viden om gevinster, faldgruber og bæredygtig forankring i arbejdet med foreningsudvikling.
- Arbejd med rekruttering, fastholdelse og ledelse af frivillige.

ANSATTE, FRIVILLIGHED OG FORENINGSUDVIKLING

Skab udviklingskraft på tværs.

Spydspidsforeninger: Siden 2023 har Fremtidens Idræt for Børn og Unge undersøgt samspillet mellem ansatte og frivillige. Med afsæt i erfaringerne fra 30 ansatte børne- og ungeansvarlige i 76 spydspidsforeninger etableres nu nye samarbejder.

I Spydspidsforeninger version 2.0 går to til tre lokale foreninger sammen om en børne- og ungeansvarlig, der kan styrke blandt andet trivsel, trænerudvikling, ungeinvolvering og frivillighed i de lokale foreninger.

Som kommune kan I samle foreningerne, bidrage til finansieringen og eventuelt stå for ansættelsen. Kontakt DIF for at høre om aktuelle muligheder for en lokal klynge.

➔ [Læs mere om 2.0 foreningerne her](#)

Oplæg eller workshop. Ud fra de dagsordner, der optager jer som kommune, tilbyder vi lokale oplæg eller workshops om ansættelser, frivillighed og/eller foreningsudvikling. Fx kan vi sætte fokus på gevinster og udfordringer, når foreninger ansætter. Vi kan også bidrage med nyeste viden omkring typer af frivillige eller understøtte med konkrete greb til implementering af nye initiativer ude i foreningerne.

Formatet tilpasses jeres lokale behov og veksler mellem korte oplæg, konkrete cases, dilemmadrøftelser og øvelser.

Som kommune står I for lokaler, tilmelding og forplejning, mens DIF leverer undervisere og materialer.

➔ [Styrk frivilligheden – Få indblik her](#)

Interesseret?

Kontakt Martin Bro på mbro@dif.dk

5

- Få gratis esportsforløb
- Styrk trivslen og sammenholdet i jeres esportsforeninger
- Kombiner esport og bevægelse

ESPORT OG BEVÆGELSE

Skab mere bevægelse, trivsel og fællesskab i jeres lokale esportstilbud.

Har I esportsforeninger eller fritidsklubber i skoleregi, der tilbyder esport? DIF tilbyder et gratis udviklingsforløb, som klæder trænere og frivillige på til at gøre bevægelse til en sjov og naturlig del af esportstræningen. Vi har allerede haft 30 hold gennem forløbet, og responsen har været meget positiv hos selv de mest garvede esporttrænere. Kombinationen af leg, bevægelse og gaming skaber bedre sammenhold og flere grin for alle.

Forløbet tilpasses børne-/ungegruppen, foreningens lokaler, udstyr og træneres erfaringer. Målet er mere aktive og glade børn og unge samt et stærkere fællesskab både foran og væk fra skærmen.

Som kommune kan I hjælpe med at bringe tilbuddet ud til lokale esportsforeninger og fritidsklubber.

➔ **Esport og bevægelse – Book forløb her**

Interesseret?

Kontakt Christian Cramer Schou på ccn@dif.dk.

LAD OS SAMARBEJDE OM FREMTIDENS IDRÆT FOR BØRN OG UNGE

Kontakt programleder Liselotte Friis Byrnak
lby@dif.dk · 22 63 45 61

➔ www.dif.dk/fibu





STØTTER AF
A.P. MØLLER FONDEN