

Uddannelses-

katalog

2009



DGI uddannelsesforum

Coaching

Fundraising

Uddan

Kommunikation

Vidensdeling

Uddannels

Procesleder



DGI Roskilde

DGI Roskilde

Industrivej 44, kld. ■ 4000 Roskilde ■ Telefon 79 40 48 00
roskilde@dgi.dk ■ Fax 79 40 48 01 ■ Bank nr. 7030 1073597

www.dgi.dk/roskilde

Uddannelse i hverdagen

Uddannelse er noget, man hele tiden er i gang med. Livslang uddannelse for instruktørerne er et af bestyrelsens bedste redskaber til at sikre en fortsat udvikling i foreningen. Herved forbliver dygtige og veluddannede instruktører det stærkeste aktiv i foreningen, uanset om man har puslingehold, børnehold, hold for unge, voksenhold eller ældrehold.

Vi har derfor sammensat en række af kurser og uddannelser, som kan være med til at gøre det sjovere, lettere og mere attraktivt at være leder og instruktør i foreningen eller i et af DGI's landsdelsudvalg.

Aktiviteterne i DGI er kendetegnet af fællesskab og glæden ved idræt. DGI lægger vægt på, at aktivitet handler om andet end at spille til to mål. Behovet for at dyrke idræt er drivkraften, men samværet og det sociale fællesskab er mindst ligeså vigtigt.

I DGI har idræt altid tre værdier: fællesskab, udfordring og sundhed.

- ✍ Idræt skal bidrage til at udvikle engagerende fællesskaber
- ✍ Idræt skal være fysisk, mentalt og socialt udfordrende
- ✍ Idræt skal befordre sundhed både fysisk velbefindende og velvære

DGI arbejder for, at alle tre typer værdier skal være tilstede – om end i forskellig styrke i forskellige sammenhænge.

I dette kursuskatalog kan du i ro og mag se, hvilke kurser der passer til dig og din forening. Du kan selv bestemme, om du vil på kursus i foråret eller efteråret, da vi bestræber os på at være ligeså fleksible, som din foreningshverdag er.

Indhold:

- Side 3 - Grundlæggende Førstehjælp
- Side 5 - Idrætsskadekursus
- Side 6 - Triologi – ny måde til organisering
- Side 7 - Coaching i hverdagen
- Side 8 - Mentaltræning
- Side 9 - Tidens børn – Temaaften om børnetyper
- Side 10 - Administration & daglig ledelse
- Side 12 - Flere frivillige – Rekruttering af frivillige i alle aldre
- Side 15 - Sparringspartner – Få papir på det du kan

Vi ser frem til at se jer på vore kurser.

God fornøjelse!

Grundlæggende Førstehjælp

Grundlæggende førstehjælp kan bruges både i arbejdslivet, forenings- og fritidslivet og i alle de situationer, som en almindelig hverdag kan byde os.

Målgruppe: Ledere, instruktører og frivillige i lokalforeningerne og Landsdelsudvalg.

Formål: Formålet med uddannelsen er, at deltagerne tilegner sig teoretisk forståelse af og praktiske færdigheder i førstehjælp, således at de er i stand til at holde liv i/ genoplive personer i de vigtige minutter efter at en ulykke er sket, eller pludselig sygdom er opstået, indtil redningsmandskabet eller en læge kan tage over.

Mål: Ved kursets afslutning skal den enkelte deltager kunne anvende:

- førstehjælpens 4 hovedpunkter
- trinvis førstehjælp til en bevidstløs uden vejrtrækning og uden puls
- førstehjælp til en sprøjtende blødning
- førstehjælp til chok
- alarmeringsprocedurerne for at tilkalde den nødvendige hjælp

Have forståelse af:

- håndgreb til nødflytning
- årsager til standset eller nedsat vejrtrækning
- årsag til chok
- psykisk førstehjælp

Have kendskab til:

- luftvejenes anatomi
- blodkredsløbets opbygning
- placering af de livsvigtige organer i bryst- og bughulen
- ulykker, der kan medføre bevidstløshed og eller chok

Være orienteret om:

- pludselig sygdom som årsag til bevidstløshed
- pludselig sygdom som årsag til chok

Indhold: 12 Lektioner af 45 minutter

Førstehjælpens 4 hovedpunkter.
Den livsvigtige ilt-transport.
Udvendig hjertemassage.
Chokforebyggelse.
Alarmeringsprocedurer.
Temperaturpåvirkninger.
Psykisk førstehjælp.
Praktiske øvelser.

Trinvis førstehjælp til bevidstløse.
Nedsat eller standset vejrtrækning.
Årsager til chok.
Trykforbinding.
El-ulykker.
Pludselige sygdomme.
Situationsøvelser.
Skriftlig opgave.

Særlige bestemmelser

Deltageren bør være mindst 16 år.
Der er løbende praktiske øvelser, situationsøvelser og skriftlige opgaver.
Der udstedes bevis for "Grundlæggende førstehjælp".
Deltagerne skal have deltaget i samtlige 12 lektioner for at få udleveret bevis.
Det udleverede bevis er kompetencegivende i Danmark.

Se tid & sted på næste side =>

Grundlæggende Førstehjælp – hvor og hvornår?

Tid:	21. & 22. februar 2009 kl. 09.00 – 15.00	
Sted:	Greve Trim, Greve Hallen, Lillevangsvej 88, 2670 Greve	
Tilmelding:	online tilmelding på www.dgi.dk/200921853032 eller gennem din forening senest d. 16. februar.	
Pris:	Kursuspris	807,00 kr.
	<u>DGI Tilskud</u>	<u>269,00 kr.</u>
	DIN Pris	539,00 kr.

Tid:	16. & 17. maj 2009 kl. 09.00 – 15.00	
Sted:	Kirke Hyllinge	
Tilmelding:	online tilmelding på www.dgi.dk/200921853033 eller gennem din forening senest d. 30. april.	
Pris:	Kursuspris	807,00 kr.
	<u>DGI Tilskud</u>	<u>269,00 kr.</u>
	DIN Pris	539,00 kr.

Tid:	10. & 11. oktober 2009 kl. 09.00 – 15.00	
Sted:	LSI,	
Tilmelding:	online tilmelding på www.dgi.dk/200921853035 eller gennem din forening senest d. 28. september.	
Pris:	Kursuspris	807,00 kr.
	<u>DGI Tilskud</u>	<u>269,00 kr.</u>
	DIN Pris	539,00 kr.

Tid:	21. & 22. november 2009 kl. 09.00 – 15.00	
Sted:	Vallensbæk IF	
Tilmelding:	online tilmelding på www.dgi.dk/200921853034 eller gennem din forening senest d. 1. november.	
Pris:	Kursuspris	807,00 kr.
	<u>DGI Tilskud</u>	<u>269,00 kr.</u>
	DIN Pris	539,00 kr.

Idrætsskadekursus

Antallet af idrætsskader ligger på omkring en million om året. Det tal viser, at mange – også i din forening og på dit hold – på et eller andet tidspunkt vil blive udsat for en idrætsskade. På et idrætsskadekursus bliver du som instruktør eller leder klædt på til at håndtere en akut skadesbehandling eller overbelastningsskade. Kun få er i topform før sæsonstart. Derfor skal træneren vide, hvordan skader undgås. Det handler bl.a. om, hvordan du planlægger træningen og sæsonen, så det passer til den enkelte. Du får også viden om, hvordan du giver de bedste råd for den kommende genoptræning.

Målgruppe:	Ledere, instruktører og frivillige i lokalforeningerne og landsdelsudvalg. Max. 24 og min. 12 deltagere.
Formål:	At blive mere bevidst om vigtigheden af at røre sig, og hvordan man undgår og behandler skader
Mål og udbytte:	Du får viden om, hvordan skader undgås, og hvordan du giver de bedste råd for genoptræning.
Indhold:	<ul style="list-style-type: none">• Årsager til idrætsskader• Akutte skader og overbelastning• Forebyggelse• Akut skadesbehandling• Genoptræning
Forudsætning for deltagelse:	Det forventes, at deltagerne er instruktører eller ledere i foreningen
Underviser:	Anders Refslund, Fysioterapeut

Tid:	Den 17. marts 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted:	Køge Bugt Gymnastik
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853036 eller gennem din forening, senest den 27. februar 2009
Pris:	Kursuspris 380,00 kr. <u>DGI tilskud 140,00 kr.</u> DIN pris 240,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid:	Den 16. april 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted:	
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853037 eller gennem din forening, senest den 27. marts 2009
Pris:	Kursuspris 380,00 kr. <u>DGI tilskud 140,00 kr.</u> DIN pris 240,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid:	Den 2. september 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted:	Høje-Tåstrup IF
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853038 eller gennem din forening, senest den 14. august 2009
Pris:	Kursuspris 380,00 kr. <u>DGI tilskud 140,00 kr.</u> DIN pris 240,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid:	Den 16. november 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted:	Roskilde Idrætscenter, Darupvej, 4000 Roskilde
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853039 eller gennem din forening, senest den 30. oktober 2009
Pris:	Kursuspris 380,00 kr. <u>DGI tilskud 140,00 kr.</u> DIN pris 240,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Triologi – dynamisk og effektiv ledelse

Nye strukturer kan gøre ledelsen i stand til at reagere mere fleksibelt på udfordringer som foreningen møder i fremtiden. Nye ledelsesstrukturer kan gøre det lettere at skaffe ledere, fordi de oplever, at arbejdet er sjovere, mere spændende og mere effektivt end tidligere.

- Målgruppe:** Ledere og frivillige i lokalforeningerne og i Landsdelsudvalg.
Max. 30 og min. 12 deltagere.
- Formål:** En idrætsforening har lettere ved at tiltrække ledere, der på visionær vis kan forene traditionelle foreningsdyder med nye idrætsformer under samme tag. For at indfri det mål kan en foreningsbestyrelse hjælpe sig selv ved at afprøve nye ledelsesformer. En af dem er Triologien, der erstatter den velkendte større brede bestyrelse med en tre-personers ledelse.
- Mål og udbytte:** Målet er at mange flere gør meget mindre!
Deltagerne opnår kendskab til triologi og værktøjer der kan bruges til at indføre triologibegrebet i forening eller udvalget.
- Indhold:**
- Hvad er triologi
 - Hvordan indføres triologi
 - Kan triologi indføres i alle foreninger og udvalg?
 - Hvordan arbejder vi med triologien efter indførelse i foreningen?
- Forudsætning for deltagelse:** Deltagerne vil på temadagen modtage en liste over relevant litteratur.
Interesse for ledelse og nye måder at strukturere foreningen eller udvalg på.
- Underviser:** Lars Kaae Wagner, foreningskonsulent i DGI Roskilde. Arbejder bl.a. med udvikling af foreninger og udvikling af idrætsinstitutioner i kommunerne.

Tid: Den 15. april 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted: Rishøj IF, Rishøj Hallen, Skolevej 7, 4600 Køge
Tilmelding: Online på www.dgi.dk/200921853043 eller gennem din forening, senest den 25. marts 2009
Pris: Kursuspris 250,00 kr.
DGI tilskud 150,00 kr.
DIN pris 100,00 kr.
Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid: Den 10. september 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted: LSI, Ledøje-Smørum Hallen, Flodvej 62, 2765 Smørum
Tilmelding: Online på www.dgi.dk/200921853044 eller gennem din forening, senest den 19. august 2009
Pris: Kursuspris 250,00 kr.
DGI tilskud 150,00 kr.
DIN pris 100,00 kr.
Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid: Den 18. november 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted: Ishøj Gymnastik, Ishøj Idrætscenter, Vejledalen 17, 2635 Ishøj
Tilmelding: Online på www.dgi.dk/200921853045 eller gennem din forening, senest den 28. oktober 2009
Pris: Kursuspris 250,00 kr.
DGI tilskud 150,00 kr.
DIN pris 100,00 kr.
Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Coaching i hverdagen

Coachingteknikker og -værktøjer er ikke noget, der kun er forbeholdt særlige situationer – der er mange muligheder i en almindelig hverdag for at anvende metoder fra coaching.

Målgruppe:	Ledere, trænere og frivillige i lokalforeningerne og i Landsdelsudvalg. Max. 16 og min. 12 deltagere.
Formål:	At bevidstgøre om brugen af coaching i hverdagen.
Mål og udbytte:	Deltagerne opnår kendskab til metoder og værktøjer fra coachingen, der kan anvendes i en hverdagsform. Desuden etableres træning i anvendelse af coachingmetoder og -værktøjer.
Indhold:	<ul style="list-style-type: none">• Coachings udviklingslinje• Coachende adfærd – hvordan og i hvilke situationer• Hverdagssituationer og coaching• Metoder, øvelser og træning. Deltagerne vil på temadagen modtage en liste over relevant litteratur.
Forudsætning for deltagelse:	Det forventes, at deltagerne behersker grundlæggende kendskab til lytte-, spørge- og feedback-teknikker.
Underviser:	Anette Hallev, Motivations- og proceskonsulent, Certificeret coach, FP trainer og ejer af Hallev.com.

Tid:	Den 11. marts & 26. maj 2009 – begge dage kl. 19.00 – 22.00
Sted:	JGI – Jyllinge Hallen, Planetvej 35, 4040 Jyllinge
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853046 eller gennem din forening, senest den 20. februar 2009
Pris:	Kursuspris 775,00 kr. <u>DGI tilskud 300,00 kr.</u> DIN pris 475,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid:	Den 19. oktober & 26. november 2009 – begge dage kl. 18.30 – 21.30
Sted:	Karlsunde IF, Karlsunde Hallerne, Kongens Enge 42, 2690 Karlsunde
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853047 eller gennem din forening, senest den 1. oktober 2009
Pris:	Kursuspris 775,00 kr. <u>DGI tilskud 300,00 kr.</u> DIN pris 475,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Inspiration til Mentaltræning

Udøvere bliver vurderet, målt og vejret ud fra deres præstationer. For at kunne præstere optimalt har trænere og udøvere gennem tiderne haft opmærksomhed på især de fysiske, tekniske og taktiske områder og mindre på det mentale område.

- Målgruppe:** Ledere, instruktører og frivillige i lokalforeningerne og Landsdelsudvalg. Max. 16 og min. 12 deltagere.
- Formål:** At bevidstgøre om brugen af mentaltræning i hverdagen.
- Mål og udbytte:** Deltagerne opnår kendskab til metoder og værktøjer fra mentaltræning, der kan anvendes i en hverdagsform.
- Indhold:** På kurset **inspiration i mentaltræning** får du bud på, hvordan du kan arbejde med det mentale område både på og uden for banen, således at man tænker hensigtsmæssige tanker og undgår at havne i negative tankespiraler.
- Der gives bud på, hvordan du ansporer tankerne i en bestemt retning via målsætninger og får oplevelsen af at lykkes, men også hvordan du kan arbejde med at håndtere oplevelsen af at mislykkes og få negative tanker.
- Underviser:** Anette Hallev, Motivations- og proceskonsulent, Certificeret coach, FP trainer og ejer af Hallev.com.

Tid: Den 5. marts 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted: Albertslund IF
Tilmelding: Online på www.dgi.dk/200921853048 eller gennem din forening, senest den 16. februar 2009
Pris: Kursuspris 400,00 kr.
DGI tilskud 135,00 kr.
DIN pris 265,00 kr.
Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid: Den 26. august 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted: Roskilde Sejlklub, Strandgaden 12, 4000 Roskilde
Tilmelding: Online på www.dgi.dk/200921853049 eller gennem din forening, senest den 3. august 2009
Pris: Kursuspris 400,00 kr.
DGI tilskud 135,00 kr.
DIN pris 265,00 kr.
Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tidens børn - temaaften

Tidens børn er en temaaften, hvor kommunikation er nøgleordet til håndtering af børnene uanset om det drejer sig om gymnaster eller boldspillere. Vi tager udgangspunkt i de forskellige børnetyper og forskellig menneskelig adfærd. Hvilke handlemuligheder har man som instruktør, og hvordan kommer man fra teori til praksis?

Målgruppe:	Ledere, instruktører og trænere i lokalforeningerne og i landsdelsudvalg. min. 12 deltagere.
Formål:	At blive mere bevidst om sin egen kommunikation, og hvordan man med større succes møder børnene i foreningerne
Mål og udbytte:	Du får viden om børnetyper og gode ideer og råd til den rette kommunikation
Indhold:	<p>I løbet af kurset vil vi arbejde med</p> <ul style="list-style-type: none">• Børnetyper og forskellig menneskelig adfærd• Handlemuligheder som instruktør• Cases og gruppedrøftelser• Fra teori til praksis• Girafsprøget på forskellige planer <p>Din egen erfaring vil blive inddraget, og du får selv mulighed for at afprøve brugen af girafsprøget.</p>
Forudsætning for deltagelse:	Det forventes, at deltagerne er instruktører eller ledere i foreningerne.
Underviser:	

Tid:	Den 1. april 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted:	Bjæverskov IF
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853050 eller gennem din forening, senest den 13. marts 2009
Pris:	Kursuspris 300,00 kr. <u>DGI tilskud 150,00 kr.</u> DIN pris 150,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid:	Den 3. december 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted:	Hedehusene-Fløng IF
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853051 eller gennem din forening, senest den 16. november 2009
Pris:	Kursuspris 300,00 kr. <u>DGI tilskud 150,00 kr.</u> DIN pris 150,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Administration og daglig ledelse af foreninger

- Et kursustilbud fra DGI Roskilde

FORMÅL	Kursusforløbet skal bidrage med viden, der gør hverdagen nemmere for ledere i det organiserede fritidsliv i foreninger og klubber.
MÅLGRUPPE	<p>Kurset henvender sig til ledere, der ønsker at blive endnu bedre til at varetage interesser for sin klub eller forening. Deltagerne får udvidet forståelsen af foreningsarbejde og øger mulighederne for at opnå resultater til glæde for klubben eller foreningen.</p> <p>Foreninger kan med fordel tilmelde mindst med to deltagere og max 4 fra samme forening, så flere får samme inspiration og viden.</p> <p>Det er muligt for deltagende foreninger at sende forskellige personer til hvert enkelt modul, således at man bliver inspireret på de relevante områder i forhold til funktionen i foreningen.</p>
UNDERVISERE	<p>Kursets undervisning varetages af velkvalificerede personer med tilknytning til en kommune og DGI Roskilde.</p> <p>DGI Roskilde har det faglige og pædagogiske ansvar for hele forløbet.</p>
DELTAGERPRIS	<p>Deltagerpris oplyses i invitationen som udsendes senere på året.</p> <p>Hver forening, der har repræsentanter på kurset modtager en <i>Foreningens mappe</i> med relevante oplysninger fra kommune, organisation m.m.</p>
MODULOPBYGNING	Kurset er bygget op om 4 moduler og afholdes over 4 aftener af ca. 3 timers varighed.
TILMELDING	<p>Online tilmelding eller gennem din forening.</p> <p>HUSK: navn og adresse, email, tlf., og forening.</p>

Indhold

Modul 1:

Velkomst og oplæg:

- Folkeoplysningsloven
- Medlemstilskud / Lokaletilskud
- Øvrige tilskud
- Brug af kommunale lokaler
- Børneattester
- Lovgivning / Forhold i tilfælde af positive attester
- Samværspolitik

Tid: Vælg ml. d. 17. eller 23. september 2009

Der udsendes særskilt invitationer til moduluddannelserne.

Modul 2:

Økonomi:

- Præsentation af online værktøjer
- Bogføring / Regnskab
- Skat / Moms
- Budget
- Foreningens revisoropgave

Forsikringer:

- Hvordan er foreningen forsikret?

Tid: Vælg ml. d. 7. eller 8. oktober 2009

Der udsendes særskilt invitationer til moduluddannelserne.

Modul 3:

Daglig ledelse:

- Effektive møder / Før – under – efter mødet
- Referat / opfølgning
- Mødestruktur

Kommunikation:

- Hvad er kommunikation? / Hvorfor er det vigtigt?

Rekruttering:

- Hvordan får de rigtige med? / hvilke opgaver har vi?

Tid: Vælg ml. d. 21. eller 22. oktober 2009

Der udsendes særskilt invitationer til moduluddannelserne.

Modul 4:

Procesmodul:

- Deltagerne byder ind med emner til dette modul.
- eks: Fundraising, Organisering (triologi), før vi bygger og meget mere

Afrunding / afslutning:

- Opfølgning og erfaring
- Praktiske udfordringer / spørgsmål og idéer

Tid: Vælg ml. d. 10. eller 11. november 2009

Der udsendes særskilt invitationer til moduluddannelserne.

Få flere med – garanti for flere frivillige

Frivillige ledere er hjørnestenen i enhver forening, uanset om det er trænere, udvalgs- eller bestyrelsesmedlemmer. For mange foreninger er spørgsmålet, hvordan man som forening kan tiltrække nye ledere? Og hvordan formår foreningen at fastholde de gode ledere?

Dette kursus giver, gennem oplæg og erfaringsudveksling, foreningen inspiration og nye ideer til at fastholde og rekruttering af frivillige.

Målgruppen: Bestyrelsesmedlemmer og andre ressourcepersoner i lokalforeningerne og Landsdelsudvalg.

Hensigt: At give deltageren konkrete redskaber til rekruttering og fastholdelse af flere frivillige i foreningslivet.

Indhold:

- Identifikation af opgaver, som skal løses i foreningen.
- Hvor finder vi de frivillige til foreningen?
- Udbyttet af frivilligt arbejde i foreningen.
- Bud på, hvordan vi fastholder trænere, instruktører og bestyrelsesmedlemmer.

Underviser: DGI Konsulent, Lars Kaae Wagner

Tid:	Den 3. marts 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted:	Jyllinge
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853062 eller gennem din forening, senest den 19. februar 2009
Pris:	Kursuspris 540,00 kr. <u>DGI tilskud 300,00 kr.</u> DIN pris 240,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid:	Den 24. august 2009 kl. 18.30 – 21.30
Sted:	Albertslund IF
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853065 eller gennem din forening, senest den 3. august 2009
Pris:	Kursuspris 540,00 kr. <u>DGI tilskud 300,00 kr.</u> DIN pris 240,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Få flere unge med – garanti for flere frivillige

"De siger, det er os, der bestemmer i udvalget, men jeg tror alligevel, at det er de voksne, der sidder og har den sidste beslutning herude." Sådan siger Liam på 16 år, medlem af trivselsudvalg i Brøndby IF. De voksne foreningsledere oplever omvendt, at det er udfordrende at forstå de unge. Sådan lyder det i indledningen af det første af tre hæfter om "at få flere med" som DGI Uddannelsesforum udgiver.

"Unge med i foreningen" er en opskrift på, hvordan foreningerne kan blive et sted, hvor unge har lyst til at involvere sig og hvor foreningen gøres unge-parat.

Fokus er på de unge, der står i vadestedet mellem barndommen og voksenlivet. Det drejer sig primært om de 15-25-årige, men det er mere et spørgsmål om livssituation end om alder: Der er f.eks. nogen først i tyverne, der har påbegyndt voksenlivet med fast arbejde, hus og barn, mens der er nogen sidst i tyverne, der har samme frihed og fleksibilitet i hverdagen, som kendetegner de 15-25-åriges hverdag.

Kurset har til formål at hjælpe foreninger med at håndtere udfordringen med at kombinere unge med foreninger og frivilligt arbejde. Dels ved at give et grundlag for at forstå de unge og deres relation til foreningslivet dels ved at skitsere en proces for at få unge med i foreningen – at få de unge til at tage initiativ og ansvar.

Målgruppen: Bestyrelsesmedlemmer og andre ressourcpersoner i lokalforeningerne og landsdelsudvalg.

Hensigt: At give deltageren konkrete redskaber til at rekruttere og fastholde af flere frivillige i foreningslivet.

Indhold:

- Hvad karakteriserer unge i dag?
- Hvordan får I unge involveret i jeres forening?
- Hvordan er forholdet mellem unge og foreningsliv?
- Hvad motiverer unge?
- Hvordan skabes den bedste ramme for unges frivillige engagement?

Underviser: DGI Konsulent, Lars Kaae Wagner

Tid:	Den 18. marts 2009 kl. 18.00 – 22.00
Sted:	Gadstrup
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853063 eller gennem din forening, senest den 24. februar 2009
Pris:	Kursuspris 540,00 kr. <u>DGI tilskud 300,00 kr.</u> DIN pris 240,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid:	Den 8. september 2009 kl. 18.00 – 22.00
Sted:	Glostrup Fritidscenter
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853066 eller gennem din forening, senest den 18. august 2009
Pris:	Kursuspris 540,00 kr. <u>DGI tilskud 300,00 kr.</u> DIN pris 240,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Få flere forældre med – garanti for flere frivillige

Frivillige ledere er hjørnestenen i enhver forening, uanset om det er trænere, udvalgs- eller bestyrelsesmedlemmer. For mange foreninger er spørgsmålet, hvordan man som forening kan tiltrække nye ledere? Og hvordan formår foreningen at fastholde de gode ledere?

Dette kursus giver, gennem oplæg og erfaringsudveksling, foreningen inspiration og nye ideer til at fastholde og rekruttering af frivillige.

Målgruppen: Bestyrelsesmedlemmer og andre ressourcepersoner i lokalforeningerne og Landsdelsudvalg.

Hensigt: At give deltageren konkrete redskaber til rekruttering og fastholdelse af flere forældre i foreningslivet.

Indhold:

- Hvad motiverer forældre til at være frivillige?
- Hvordan involveres forældre i foreningen?
- Kommunikationen mellem forældre og forening
- Hvordan rekrutteres forældre?
- Hvordan skabes den bedste ramme for forældres frivillige engagement?

Underviser: DGI Konsulent, Lars Kaae Wagner

Tid:	Den 6. april 2009 kl. 18.00 – 22.00
Sted:	Himmelev-Veddelev Gymnastik
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853064 eller gennem din forening, senest den 13. marts 2009
Pris:	Kursuspris 540,00 kr. <u>DGI tilskud 300,00 kr.</u> DIN pris 240,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid:	Den 30. september 2009 kl. 18.00 – 22.00
Sted:	Herfølge IF
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853067 eller gennem din forening, senest den 11. september 2009
Pris:	Kursuspris 540,00 kr. <u>DGI tilskud 300,00 kr.</u> DIN pris 240,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Sparringspartneruddannelse

Det danske samfund vender ryggen til mange skjulte talenter. Hundredtusinder af borgere udfolder hver dag en kunnen, som de ikke kan få anerkendelse eller kredit for. Denne tilbageholdenhed er der ikke råd til længere. Hverken socialt eller økonomisk. Skal det danske samfund bevare sin sammenhængskraft og konkurrencekraft i fremtiden, må vi turde anerkende det, danskerne faktisk kan – uanset om de har lært det på arbejdspladsen, på et aftenskolekursus eller i foreningen.

Det er det, der er kernen i anerkendelse af realkompetencer: At indse, at man lærer mange andre steder end på skolebænken. Ingen behøver at lære det samme to gange.

Målgruppe:	Frivillige ledere i lokalforeninger og landsdelsudvalg. Max. 20 og min. 12 deltagere.
Formål:	Kurset skal sætte deltageren i stand til at fungere som sparringspartner i forbindelse med udarbejdelsen af realkompetencebeskrivelser.
Mål og udbytte:	Deltagerne opnår kendskab til onlineværktøjet, brugen af dette, indsigt og øvelse i aktiv lytning og spørgeteknik.
Indhold:	2 dage af 3 timers varighed Forud for kurset skal deltageren arbejde med online-værktøjet til realkompetencebeskrivelse. Deltageren laver sin egen realkompetencebeskrivelse på www.realkompetence-forening.dk Hertil kommer praktiske øvelser og sparring.
Forudsætning for deltagelse:	Det forventes, at deltagerne har interesse i at yde sparring med deres instruktører. Det forventes også, at deltagerne aktivt udbreder brugen af Realkompetence i deres forening.
Underviser:	Lars Kaae Wagner, Foreningskonsulent & Realkompetenceguide i DGI Roskilde.

Tid:	Den 26. marts & 2. april 2009 – begge dage kl. 18.30 – 21.30
Sted:	I Vallensbæk
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853068 eller gennem din forening, senest den 3. marts 2009
Pris:	Kursuspris 400,00 kr. <u>DGI tilskud 225,00 kr.</u> DIN pris 175,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid:	Den 11. maj & 27. maj – begge dage kl. 18.30 – 21.30
Sted:	DGI Roskilde, Industrivej 44, 4000 Roskilde
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853069 eller gennem din forening, senest den 20. april 2009
Pris:	Kursuspris 400,00 kr. <u>DGI tilskud 225,00 kr.</u> DIN pris 175,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

Tid:	Den 3. november & 19. november – begge dage kl. 18.30 – 21.30
Sted:	DGI Roskilde, Industrivej 44, 4000 Roskilde
Tilmelding:	Online på www.dgi.dk/200921853070 eller gennem din forening, senest den 16. oktober 2009
Pris:	Kursuspris 400,00 kr. <u>DGI tilskud 225,00 kr.</u> DIN pris 175,00 kr. Refusion af transportomkostninger i henhold til gældende regler i DGI.

DGI Roskilde – medlemsfordele.

Kurser til rabatpris

DGI udbyder en lang række kurser med både idrætsspecifikt og foreningsfagligt indhold. Samtidig udvikler DGI målrettede kurser for den enkelte forening til de behov der opstår lokalt. DGI giver et stort økonomisk tilskud, så foreningen får uddannelse med et højt fagligt indhold til rabatpris.

Konsulentordning

Som medlemsforening får I gratis adgang til konsulenthjælp af DGI Roskildes konsulenter. Det kan være sparring, rådgivning og udviklingsprocesser i forhold til lederpleje, nyt liv i foreningen, vedtægter, projekter i samarbejde med eksterne partnere og meget andet. I kan benytte konsulenten både i en konkret sag og til generel rådgivning.

Forsikringsordning

Alle foreninger i DGI er omfattet af en forsikringsaftale med Tryg. I aftalen indgår den lovpligtige arbejdsskadeforsikring samt ansvarsforsikring, retshjælpforsikring og idrætsrejseforsikring. Desuden kan foreningen tilkøbe ekstra forsikringer. Læs mere på www.idraettensforsikringer.dk

Få månedsmagasinet Udspil gratis

DGI's månedsmagasin Udspil sendes gratis til trænere, instruktører, hovedformænd, hovedkasserere og afdelingsformænd i DGI's medlemsforeninger. Det eneste foreningen skal gøre er at ajourføre listen over disse personer i foreningsservice på DGI's hjemmeside (se nedenfor).

DGI Foreningsservice

Via DGI Foreningsservice på DGI's hjemmeside kan foreninger indberette medlemstal, navne på bestyrelsesmedlemmer og trænere, tilmeldinger til kurser m.v. En del af oplysningerne bliver til en mini-hjemmeside om foreningen, som I selv kan udbygge med flere oplysninger. Tag kontakt til DGI Roskildes administration og få tilsendt koden, som giver foreningen adgang til foreningsservice.

Advokatordning

Alle foreninger i DGI kan gratis stille juridiske spørgsmål til DGI. Der er dog ikke tale om egentlig sagsbehandling. I skal sende jeres spørgsmål skriftligt til DGI Roskilde.

Køb Microsoft-produkter til rabatpris

Foreninger i DGI kan hos Mikroværkstedet købe Microsoft-licenser til foreningens pc'er med op til 70 % rabat. Mikroværkstedet leverer licenser, programmer og support.

DGI Butikken

DGI Butikken tilbyder inspiration til jeres idræt i form af bøger, hæfter og undervisningsmateriale. Butikken har også gaveartikler, sangbøger m.v. En del af varerne sælges kun til medlemmer og foreninger under DGI på www.dgi.dk/butik

