

Vi är där när idrotten lär!

Möt oss våren 2012

Vad behöver du utveckla?



Vi är där när idrotten lär!

SISU Idrottsutbildarna är idrottens studieförbund. Vi erbjuder utbildning som stärker och utvecklar olika områden inom idrotten. Styrelser, tränare, föräldrar, funktionärer, laget, aktiv idrottare och föreningen. Vi lyssnar in era behov och utifrån vår unika kompetens anpassar vi utbildningens form och innehåll. Exempel på områden som föreningar arbetar med är föreningslära för styrelser och kommittéer, värderingsfrågor, träningslära, ledarskap, kost och mycket mer.

SISU Idrottsutbildarna har lång erfarenhet av både utbildning och idrott. Vi hjälper gärna till att kartlägga just din förenings utvecklingsbehov. Till vår hjälp har vi folkbildningens pedagogik där vi använder alla möjligheter som den kan erbjuda.

Vår arbetsmetod är uppsökande verksamhet, där vi via samtal med ledare och styrelse kartlägger och kommer överens om föreningens behov av utbildning och utveckling, och vilket stöd vi kan vara.

Inom ramen för den rapporterbara statsbidragsberättigade verksamheten finns följande verksamhetsformer inom SISU Idrottsutbildarna:

- Lägrupp
- Kurs
- Föreläsning
- Process-/utvecklingsarbete
- Kulturprogram

Välkommen att besöka oss på webben www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland
Genom att gilla SISU Idrottsutbildarna och Västmanlands Idrottsförbund på facebook kan du följa oss i vårt dagliga arbete www.facebook.com/SISUoVIF

Förutom våra gränsöverskridande utbildningar, som du hittar i denna folder, genomför vi även satsningar idrottsvis. Kontakta din utbildningskonsulent så berättar vi mer.

SISU-dagen

24 mars 2012

Mer information finns i separat inbjudan samt på webben: www.sisuisrottsutbildarna.se/vastmanland

Föreläsningar/Aktiviteter

09.00-10.00	Evenemang <i>Föreläsning.</i>	Knäkontroll <i>Ett praktiskt och teoretiskt pass där du lär mer om enkla övningar för att undvika knäskador.</i>	Lär dig rädsla liv och trafiksäkerhet <i>Information från Civilförsvarförbundet och NTF.</i>
10.20-11.20	Evenemang <i>Praktiskt pass.</i>	Ät rätt prestera bäst! <i>En föreläsning för dig som kan en del om kost men vill lära dig mer.</i>	Aktivitetsboxen <i>Inspiration om hur du kan använda aktivitetsboxen som en kul och lekfull aktivitet för att utveckla samarbetsförmågan, tilliten och respekten hos ditt lag/träningsgrupp.</i>
11.40-12.40	Idrottens föreningslära <i>En introduktion i idrottens föreningslära, samlingsnamnet på allt som har med föreningskunskap ex. juridik, organisations- och verksamhetsutveckling, kommunikation, medlemskap, stadgar m.m.</i>	Kosttillskott och doping <i>Fakta, myter och sanningar.</i>	Aktivitetsboxen <i>Inspiration om hur du kan använda aktivitetsboxen som en kul och lekfull aktivitet för att utveckla samarbetsförmågan, tilliten och respekten hos ditt lag/träningsgrupp.</i>

12.40-14.00 Lunch

14.00-15.30

Det möjliga och det omöjliga

Föreläsning med Klas Halberg



Vårens utbildningar i IdrottOnline

IdrottOnline
Klubb

Idrotten har ett administrativt system som heter IdrottOnline. Det innebär enklare hantering av bland annat medlemsregister och rapportering av lokalt aktivitetsstöd. IdrottOnline har även ett hemsidesverktyg där ni kan sköta er hemsida. Under våren genomför SISU Idrottsutbildarna både grundläggande och fördjupande utbildningar i IdrottOnline Klubb.

Hemsida - grund ger en introduktion om hantering av hemsidor i IdrottOnline.

Hemsida - fortsättning vänder sig till er som har kommit i gång med hemsidan. Utbildningen genomförs som en workshop, där vi utbyter erfarenheter och löser de specifika frågor som finns gällande din förenings hemsida. Ni kommer att jobba med era egna hemsidor under kvällen så det är viktigt att ni har era inloggningsuppgifter med er.



Medlemsregistret - grund vi går bland annat igenom medlemsregistret och LOK-stödsmodulen. Ni kommer att jobba med era egna hemsidor under kvällen så det är viktigt att ni har era inloggningsuppgifter med er.

Datum och tid

Hemsida – grund

7 februari kl. 18.00-21.00

Medlemsregistret - grund

8 mars kl. 18.00-21.00

Hemsida – fortsättning

16 april kl. 18.00-21.00

Plats för samtliga utbildningar

Idrottens hus, Ånghammargatan 4,
Bäckby i Västerås

Anmälan

Anmäl dig via vår hemsida
www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland
senast tre dagar före aktuell utbildning.
Anmälan är bindande. Om du uteblir utan att anmäla förhinder senast tre dagar innan aktuell utbildning debiteras halva avgiften.

Kostnad

1000 kr/deltagare och utbildning
Deltagaravgiften finansieras genom Idrottslyftets Ledarförsörjning. Föreningen får en faktura på avgiften från SISU Idrottsutbildarna och får samtidigt en utbetalning på motsvarande belopp från Riksidrottsförbundet.

**Du har även möjlighet att boka en egen utbildning för din förening.
Kontakta din utbildningskonsulent så berättar vi mer!**

Akut omhändertagande och tejpning

Uppdatera dina kunskaper om idrottsskador

Ett optimalt omhändertagande vid en idrottsskada på led respektive muskel förkortar skadeperioden avsevärt. En kunskapsorientering om hur du på bästa möjliga sätt agerar när skador inträffar. Här får du en förklaring om skademekanismer och riskfaktorer för de vanligaste skadorna.

Innehåll

Teori och praktik om akut omhändertagande och tejpning av de vanligast förekommande skadorna vid idrottsutövning. Tejpning av fot-, knä-, finger- och handled samt andra vanligt förekommande leddskador. Både vid skada och i preventivt syfte.

Föreläsare

Pentti Pitkänen, sjukgymnast
www.ppfysioterapi.se



Datum och tid

22 februari 2012 kl. 18.30.

Plats

C-hallens konferensrum i Bombardier Arena, Västerås

Kostnad

250 kr/deltagare. Faktura skickas till din förening

Anmälan

Senast den 15 februari via vår hemsida www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland
Observera att anmälan är bindande. Förening som uteblir utan att anmäla förhinder senast tre dagar före aktuellt utbildningsdatum debiteras halva deltagaravgiften.

Frågor:

Besvaras av Lotta Ohde Tömmervik, tfn: 010-476 48 17, lotta.tommervik@sisu.vstm.rf.se



Att läka idrottsskador

Skadeförebyggande åtgärder och lämpliga träningsmoment

En del idrottsskador kan förebyggas med en anpassad och riktad träning. Skador kan läkas bättre om vi har en idé hur vi skall belasta och stegra belastningen när vi har en skadad vävnad. Denna utbildning innehåller både praktisk genomgång och träning på lämpliga övningar som kan vara avgörande för att minska risken för skador under idrottsutövning.

Innehåll:

Praktik och teori av träningsmoment som är skadeläkande vid vanligt förekommande idrottsrelaterade skador. Balans, funktionell styrka och koordination för bland annat: fot, knäled, hälsena, vad- och lårmuskel, ljumske, rygg samt bål och skuldra.

Föreläsare

Pentti Pitkänen, sjukgymnast. Läs mer på www.ppfysioterapi.se

Datum, tid och plats

15 mars 2012 kl. 18.30. Utbildningen genomförs i Västerås. Lokal meddelas vid kallelse

Kostnad

250 kr/deltagare. Faktura skickas till din förening

Anmälan

Senast den 8 mars via vår hemsida www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland
Observera att anmälan är bindande. Förening som uteblir utan att anmäla förhinder senast tre dagar före aktuellt utbildningsdatum debiteras halva deltagaravgiften.

Frågor:

Besvaras av Lotta Ohde Tömmervik, tfn: 010-476 48 17, lotta.tommervik@sisu.vstm.rf.se



Det är aldrig för sent!

Evy Palm om sin fantastiska karriär

Evy Palm började sin löparkarriär vid 34 års ålder och har vunnit Göteborgsvarvet, Tjejmilen, Stockholm Marathon och representerat Sverige vid de olympiska spelen i Seoul 1988. I mars gästar löpardrottningen Hallstahammar där hon berättar om hur allt började och om sin träning som blev starten till en fantastisk löparkarriär.

Föreläsare

Evy Palm

Datum och tid

Onsdagen den 28 mars 2012 kl. 19.00

Plats

Hallstahammars bibliotek

Kostnad

Föreläsningen är kostnadsfri

Anmälan

Ingen föranmälan krävs

Frågor:

Besvaras av Kerstin Rofelt, tfn: 010-476 48 19, kerstin.rofelt@sisu.vstm.rf.se

Föreläsningen ingår i föreläsningsserien "Allt är möjligt på biblioteket" i Hallstahammar.



Valberedningens arbete

Välkommen till en föreläsning där du får veta mer om valberedningens roll och ansvar.

Innehåll

- Granska och samarbeta med styrelsen
- Kommunicera med medlemmarna
- Nominera kandidater
- Medlemskapets betydelse

Datum, tid och plats

12 mars kl. 18.30

Idrottens hus, Ånghammargatan 4, Bäckby i Västerås

Föreläsare

Thomas Sällström, SISU Idrottsutbildarna



Anmälan

Senast den 5 mars via vår hemsida www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland
Observera att anmälan är bindande. Förening som uteblir utan att anmäla förhinder senast tre dagar före aktuellt utbildningsdatum debiteras halva deltagaravgiften.

Frågor

Thomas Sällström, tfn: 010-476 48 18

E-post: thomas.sallstrom@sisu.vstm.rf.se



Kostnad

500kr/deltagare.

Deltagaravgiften finansieras genom Idrottslyftets Ledarförsörjning. Föreningen får en faktura på avgiften från SISU Idrottsutbildarna och får samtidigt en utbetalning på samma belopp från Riksidrottsförbundet

Vi bjuder på frukt och juice.

Lästips!



Plattformen

Idrottens barn- och ungdomsledarutbildning

Lästips!



IDROTTSLEDARE
för barn och ungdom



Plattformen är idrottens barn- och ungdomsledarutbildning på basnivå och vänder sig till dig som är ledare och tränare för barn- och ungdomar mellan 7 – 15 år. Du lär dig grunderna för hur du blir en positiv och självständig idrottsledare för barn och ungdomar och dessutom ges du möjlighet att knyta nya kontakter med andra ledare inom olika idrotter.

Deltagare/målgrupp:

Kursen vänder sig till dig som vill utveckla ditt ledarskap med målet att själv leda barn och ungdomar inom en idrottsförening. Kursen kräver inga förkunskaper.

Kursinnehåll:

- Barns och ungdomars utveckling
- Barnet och ungdomen i centrum
- Ditt ledarskap
- Pedagogik i praktiken

Tid och lokal tillfälle 1 Köping:

4 – 5 februari kl. 9 – 16

14 februari kl. 18 -21

Best Western Hotel Scheele
Hultgrensgatan 10 i Köping

Tid och lokal tillfälle 2 Västerås:

14 – 15 april kl. 9 -16

24 april kl.18 -21

Quality Hotel, Vallbyinstitutet i Västerås

Kostnad:

2 500kr/deltagare inkl. lunch, kurslitteratur och intyg. För att erhålla intyget krävs 100% närvaro.

2 000 kr/deltagare finansieras genom Idrottslyftets Ledarförsörjning.

Anmälan:

Anmälan senast den 25 januari respektive 4 april via webben: www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland
Anmälan är bindande. Förening som uteblir utan att anmäla förhinder senast tre dagar före aktuellt utbildningsdatum debiteras halva deltagaravgiften.

Frågor:

Besvaras av Kerstin Rofelt 010-476 48 19
kerstin.rofelt@sisu.vstm.rf.se

GTU I

Idrottens Grundtränarutbildning nivå I

Utveckla dig i tränarskap och träningslära och byt erfarenhet med tränare inom andra idrotter. På uppdrag av specialidrottsförbunden genomför SISU Idrottsutbildarna en gränsöverskridande tränarutbildning, i tre nivåer, över hela landet med en likvärdig utformning oavsett i vilket distrikt den genomförs.

Deltagare/förkunskaper:

Kursen vänder sig till dig som gått Plattformen eller motsvarande SF-utbildning, varit tränare något år och som vill utveckla ditt tränarskap.

Kursinnehåll:

- Ungdomars utveckling och behov
- Hur bra idrottsmiljöer med ett positivt inlärningsklimat stimulerar och motiverar ungdomar till fortsatt idrottsutövning.
- Hur ett allsidigt och varierat träningsinnehåll, anpassat till individens psykiska och fysiska mognad, bidrar positivt till ungdomars idrottsliga och personliga utveckling i ett livslångt perspektiv

Tid och plats:

31 mars och 1 april kl. 9 – 18
Skallbergsskolan, Karlfeldtsgatan 5 i Västerås.

Kostnad:

2 500kr/deltagare inkl. lunch, kurslitteratur och intyg. 2 000kr/deltagare finansieras genom Idrottslyftets Ledarförsörjning.

Anmälan:

Anmälan senast 22 mars via webben: www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland
Anmälan är bindande. Föreningen som uteblir utan att anmäla förhinder senast tre dagar innan kursen debiteras halva deltagaravgiften.

Lästips!



Tillslagsträning med Eija Feodoroff

En unik möjlighet till fördjupad kunskap

Kan du instruera dina fotbollsspelare så att de får ett bättre tillslag? Vilka är de vanligaste instruktionspunkterna och vilka "nycklar" till framgång finns det? SISU Idrottsutbildarna ger dig och en spelare från ditt lag en unik möjlighet att delta i en tvådagars utbildning tillsammans med Sveriges mest anlitade instruktör när det gäller tillslagsträning i fotboll, Eija Feodoroff. Inget annat distrikt i Sverige har tidigare haft denna möjlighet!

Under två dagar går Eija på djupet gällande tillslag och hur det kan förbättras vid passning och skott. Som ledare får du kunskap om att det är möjligt att hjälpa alla spelare att få bättre tillslag oavsett hur bra teknik de har idag.

Föreläsare

Eija Feodoroff.

Eija jobbar bl.a. med Örebro SK i allsvenskan, spelarutbildare i Örebro läns Fotbollförbund, U-19 damlandslagets organisation och damlandslaget och Skottlands fotbollsforbund.

Målgrupp:

Barn- och ungdomsledare och spelare från 12-16 år.
Begränsat antal platser 20 ledare och 20 spelare.

Innehåll:

Teori och praktik. Ta med en fotboll, träningskläder med ombyte för spelarna, skor för att prova på olika sorter av tillslag samt papper och penna. Ta gärna med dator och USB-minne.



Datum och tid

21-22 april 2012.

Lördag: kl. 10.00 -12.00 bara ledare. Lördag: kl. 13.00 -18.00 ledare och spelare.

Söndag: klockan 10.00-16.00 ledare och spelare.

Plats

Rocklunda i Västerås. Teorival i ABB Arena Nord. Praktik i fotbollshallen.

Kostnad

1500 kr för en spelare och en ledare. *500 kr finansieras genom Idrottslyftets Ledarförsörjning.* Lunch och fika ingår. (Endast fika för spelarna på lördagen).

Anmälan och frågor

Till Andreas Svensson tfn: 010-476 48 34, e-post: andreas.svensson@sisu.vstm.rf.se

Bra mat för unga idrottare



För att kunna prestera och må bra är det viktigt att äta rätt. SISU Idrottsutbildarna välkomnar till en föreläsning där du får handfasta tips på när och vad man kan äta när man tränar. Föreläsningen riktar sig till ledare och aktiva upp till 13 års ålder. Även föräldrar är välkomna!

Föreläsare

Erik Hellmén, idrottsfysiolog och humanbiolog med inriktning nutrition och arbetar på folkhälsoenheten på Örebro Läns Idrottsförbund. Erik är en flitigt anlitad föreläsare.

Datum och tid

22 maj kl. 18.00-20.00.

Plats

Widenska gymnasiets aula (f.d. Wennströmska).

Anmälan

Senast den 10 maj via vår hemsida www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland alternativt till anna.smedberg@sisu.vstm.rf.se

Observera att anmälan är bindande. Förening/deltagare som uteblir utan att anmäla förhinder senast tre dagar före aktuellt utbildningsdatum debiteras 50 kr/person.

Kostnad:

Kostnadsfritt för lag/träningsgrupper då aktiva, ledare och föräldrar kommer tillsammans. Övriga deltagare betalar 50 kr/person.

Frågor:

Besvaras av Anna Smedberg e-post: anna.smedberg@sisu.vstm.rf.se, tfn. 010-476 48 12.

Lästips!



Besvärliga idrottsföräldrar

Hur ska de hanteras?

Är idrottsföräldern en tillgång eller en belastning? Känner du också att du ibland har svårt med vissa föräldrar som lägger sig i, kritiserar eller ifrågasätter dig som ledare? Då är du välkommen till en utbildning som syftar till att ge dig verktyg kring hur man skapar en bättre dialog och tydligare kommunikation med alla föräldrar men i synnerhet, "besvärliga" föräldrar.

Föreläsare:

Darryl Finell. Darryl har varit coach i över 20 år inom amerikansk och svensk ishockey samt tennis. Idag är han en respekterad konsult och föreläsare inom ledarskap och coaching. Under sina mer än 20 år som hockeytränare har han själv blivit "uppäten, utskälld, överkörd och uppskattad" av föräldrar. Han om någon vet hur en ung ledare ska hantera "överambitiösa" idrottsföräldrar.



Datum, tid och plats

14 maj klockan kl 18.00–21.00.
ABB Arena Nord, lokal Kinnarps 1.

Målgrupp

Föreläsning riktar sig framförallt till unga ledare mellan 16-25 år men även andra intresserade ledare är varmt välkomna.

Anmälan

Senast den 2 maj via vår hemsida www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland alt. via e-post: margareta.hofgaard@sisu.vstm.rf.se
Observera att anmälan är bindande. Förening som uteblir utan att anmäla förhinder senast tre dagar före aktuellt utbildningsdatum debiteras halva deltagaravgiften.

Kostnad:

300 kr/deltagare. Avgiften finansieras vi Idrottslyftets Unga ledare och Ledarförsörjning. Föreningen får en faktura på avgiften från SISU Idrottsutbildarna och får samtidigt en utbetalning på samma belopp från Riksidrottsförbundet.

Frågor:

Besvaras av Anna Iderbring Johansson
e-post: anna.iderbring@sisu.vstm.rf.se, tfn. 010-476 48 32.

Lästips!



VÄRDEFULLT



Hur gör vi svensk idrott till världens bästa? SISU Idrottsutbildarna genomför just nu en utbildningsatsning på värderingsfrågor inom idrotten. Vi börjar inifrån. Från dig och från föreningen.

Syftet är att få idrottsföreningar runt om i landet att samtala och fundera över vad som är viktigt och värdefullt inom barn- och ungdomsidrotten. Vad ni som förening vill stå för och förknippas med för värden.

SISU Idrottsutbildarna har en mängd material som kan underlätta när ni ska samtala och fundera över hur ni vill ha det i just er förening. Läs mer på sidan om Värdefullt på www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland

Så blir du världens bästa idrottsförälder!

Hur föräldrar stödjer sina barn att bli vinnare i livet genom idrott.

Som förälder till barn och ungdomar som idrottar har du en viktig roll. Vet du att nästan inga föräldrar anser att de själva sätter press på sina barn och ungdomar, men nästan hälften tycker att andra föräldrar gör det. Din inställning och attityd avgör om ditt barn ska tycka det är kul med idrott nu och senare i livet.



Kontaktperson för Värdefullt i Västmanland

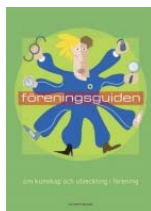
Anna Iderbring Johansson,
010-476 48 32, anna.iderbring@sisu.vstm.rf.se

Idrottens föreningslära

Alla föreningar och förbund mår bra om så många medlemmar som möjligt har grundläggande föreningskunskap. Idrottens föreningslära (IFL) är för alla organisationsledare vad körkortet är för alla bilister och är samlingsnamnet på allt som har att göra med föreningskunskap, föreningsjuridik och föreningsrätt. I IFL ingår också utveckling av föreningens organisation och verksamhet. Allt handlar i grunden om den ideella föreningen, om dess utveckling i nutid och framtid och om de utmaningar som står för dörren. IFL är och innehåller alla de saker som behövs för att skapa bra förutsättningar för själva aktiviteten idrott.

Den förening och det förbund som är bäst på att möta dagens och morgondagens behov, hos unga såväl som äldre, kommer troligen att gå en mycket ljus framtid till mötes. Den som vill förändra, förbättra och utveckla sin förening och sin verksamhet behöver ha grundläggande föreningskunskap. Hur ska man annars veta vad det är man behöver göra för att leva i takt med sin omvärld? Därför finns Idrottens föreningslära.

Här får du chansen att vässa dina kunskaper och lära dig mer om vad som gäller för den ideella föreningen, viktigheter när föreningen och verksamheten vill utvecklas och mycket mer. Vi kommer gärna till din förening och genomför ett arbete inom något av följande område:



IFL – grund är en introduktion och inspiration kring föreningslära - grund. Utbildningen riktar sig till organisationsledare och pågår i tre timmar. Innehållet tar upp bl.a. meningens betydelse för föreningen, vikten av att ha en verksamhetsidé, värdegrund, vision och verksamhetsplan. Vidare tar vi upp medlemsavtal, årsmöte, valberedningens roll. Organisationsledare: styrelse, kommittéer.



IFL – fortsättning ska ge styrelse och arbetsgrupper både kunskap och redskap för att bättre kunna leva upp till sina uppdrag. Utbildningspaketet som fokuserar på fem områden: Föreningsjuridik, organisations- och verksamhetsutveckling, styrelse och valberedningsarbete, praktisk föreningsekonomi samt varumärkes arbete och kommunikation.

Olika former för utveckling

Förslag ett: Jobba i lärgrupp

En lärgrupp kan jämföras med en studiecirkel. I lärgruppen träffas en mindre grupp människor, under en kortare eller längre tid. Ni jobbar fram en plan över vad ni vill lära er och förankrar den med SISU. Tillsammans studerar ni och lär er något i ett visst ämne eller område. En lärgrupp kan också drivas på distans. Lärgruppen bygger på samtalet mellan er i gruppen. Som utgångspunkt har ni ett studiematerial. Det kan vara en bok eller annat material i ämnet ni valt.

Förslag två: Ha en kurs i föreningen

Vill ni jobba mer intensivt och komprimera lärandet? Då passar det med en kurs. En kursledare, som har en speciell kompetens, leder verksamheten utifrån en tydlig kurs- och timplan. Ni ska ha en inriktning och ett uttalat utbildningsmål. Här är det viktigt att ni kontaktar SISU innan ni drar igång med jobbet.

Förslag tre: Bjud in till en föreläsning

Vill ni samla era medlemmar kring ett tema? Då passar en föreläsning bra. En föreläsning ska inspirera och det är temat som står i fokus. Kontakta oss för tips och råd på bra föreläsare.

Förslag fyra: Starta ett process- och utvecklingsarbete

När specialdistriktsförbundet eller föreningen vill utvecklas och stärka organisationen och era styrdokument kan ett process- och utvecklingsarbete vara en god arbetsform. Då leder en av SISU Idrottsutbildarnas processledare arbetet, som resulterar i en dokumentation och handlingsplan.

Förslag fem: Vi behöver "något annat"

Vill ni skapa delaktighet, upplevelse och eftertanke? Med hjälp av kulturen kan ni skapa detta. Det kan exempelvis vara teater, sång, dans eller filmvisning som står på programmet. Kanske tar ni fram en utställning som väcker tankar kring olika ämnen. Använd oss på SISU som bollplank och ta med oss tidigt i era planer.

Följ oss i vårt dagliga arbete genom att gilla oss på Facebook!
www.facebook.com/SISUoVIF

Kontakta oss

Andreas Svensson

Utbildningskonsulent
010- 476 48 34, 070-384 59 25
andreas.svensson@sisu.vstm.rf.se

Anna Smedberg

Utbildningskonsulent
010-476 48 12, 076-116 27 33
anna.smedberg@sisu.vstm.rf.se

Daniel Watkinson

Utbildningskonsulent
010-476 48 05, 070-513 23 94
daniel.watkinson@sisu.vstm.rf.se

Mats Vennberg

Utbildningskonsulent
010-476 48 15, 070-577 73 64
mats.vennberg@sisu.vstm.rf.se

Thomas Sällström

Utbildningskonsulent
010-476 48 18, 070-521 18 18
thomas.sallstrom@sisu.vstm.rf.se

Maria Engelfeldt

Länsidrottschef
010-476 48 24, 070-228 98 17
maria.engelfeldt@vstm.rf.se

Aila Johansson

Administration/IT
010-476 48 07, 070-513 24 44
aila.johansson@vstm.rf.se

Sofie Watkinson

Lokalvård/administration
010-476 48 02
sofie.watkinson@sisu.vstm.rf.se

Anna Iderbring Johansson

Utbildningskonsulent
010-476 48 32, 072-734 57 44
anna.iderbring@sisu.vstm.rf.se

Kerstin Rofelt

Utbildningskonsulent
010-476 48 19, 070-518 46 92
kerstin.rofelt@sisu.vstm.rf.se

Lotta Ohde Tömmervik

Utbildningskonsulent
010-476 48 17, 070-544 17 10
lotta.tommervik@sisu.vstm.rf.se

Sofia Lyckman

Utbildningskonsulent
010-476 48 13, 076-110 61 30
sofia.lyckman@sisu.vstm.rf.se

Marie Höljer

Utbildningskonsulent
Börjar den 1 februari 2012

Anette Fransson

Informatör
010-476 48 06, 070-289 68 64
anette.fransson@vstm.rf.se

Margareta Hofgaard

Ekonomi/administration
010-476 48 16, 072-225 21 85
margareta.hofgaard@sisu.vstm.rf.se



Gilla oss på Facebook

Nu finns SISU Idrottsutbildarna och Västmanlands Idrottsförbund på Facebook. Här kan du följa oss i vårt dagliga arbete, få tips, ställa frågor och dela med dig av goda exempel till andra inom idrotten.

Gilla oss på www.facebook.com/SISUoVIF

Vi kommer till dig!

SISU Idrottsutbildarna är en resurs för din förening när ni vill utvecklas. Vi kommer till er och anpassar utbildningar och utvecklingsinsatser efter era önskemål och behov. All vår verksamhet utgår från deltagarnas egna initiativ.

Ta kontakt med din utbildningskonsulent. I en dialog hittar vi lösningar som passar er och föreningens utveckling. Det är viktigt att det finns en förankring i föreningen. Vi har en löpande dialog och hittar nya utvecklingsområden för just er.

www.sisuidrottsutbildarna.se/vastmanland

www.facebook.com/SISUoVIF

