

ETT STÄRKT LEDARSKAP



"Som ledare är dina viktigaste uppgifter att se de aktiva, ge dem utmaningar på deras nivå och skapa en miljö som präglas av glädje"

- Anders Svensson, Landslagsspelare fotboll

SISU
Idrottsutbildarna

Minimässa – Prova på – Seminarier – Intressanta föreläsningar

Vill du få mer tid till träning och aktiviteter i din vardag? Här visar några av våra lokala företag och föreningar upp sitt utbud och delar med sig av kunskap och idéer.

Prova på VR och upplevelsecykel, lyssna på intressanta seminarier om tex. friluftsliv, stresshantering och skogsbad. Dagen avslutas med en föreläsning av Anders Svensson som tillsammans med Emma Svensson (sakkunnig inom barn- och ungdomsidrott på VG idrott) pratar om Anders karriär och upplevelser i olika åldrar, vikten av att ha roligt när man idrottar, hur man inkluderar barn och ungdomar i träningen och om sunt ledarskap i största allmänhet. Det kommer finnas gott om utrymme för frågor.

Varmt välkommen till en eftermiddag och kväll med massor av inspiration till mer rörelse i vardagen! Under mässdagen är det drop in, men glöm inte att anmäla dig till kvällens föreläsning med Anders Svensson för att få din plats.

Datum/tid Mässa: Tisdagen den 1 oktober Kl. 14.00.-18.00. Mässan avslutas med föreläsning kl 18.00

Lokal: Folkets hus, Ulricehamn

Föreläsningar under Minimässan

14.00- 14.30 "Natur som guide till hälsa" Med Ulrika Rydin, Rydins bigårdar

14.40-15.10 "Möjlighet och enkelhet till friluftsliv kring Ulricehamn" Med Lena Molander, Outdoor Support in Ulricehamn

15.20-15.50 "Meditation – för den moderna människan" Med Qia Hjelmäng/Helen Högsten, Entusia

16.00-16.30 "Hälsa inifrån och ut" Med Carolina Skyldberg, Liderazgo

16.40-17.10 "Slå dig fri, min väg ur medberoende och till medveten läkning" Med Maria Lindgren, Medveten läkning

17.20- 17.50 "livskvalitet med vardagsmotion" Med Cecilia Svensson, Omtanke

18.00-20.30 " Ledarskapssnack med Anders Svensson och Emma Svensson (**OBS, till denna föreläsning krävs anmälan via mail linnea.jarsson@vgidrott.se eller via QR-koden. Anmäl senast 24/9**)

