

## UtbildningsNytt november 2024

### Värdegrund

I tävlingsgrupperna arbetar vi nu under hösten lite extra med vår värdegrund som är simidrott, kamratskap och engagemang. På träning, på läger, på samlingar, resor och inför tävlingar har vi diskussioner kring relevanta frågor. Ungdomssimmarna har ihop med Niclas arbetat med ordet respekt. Vad menar vi med det ordet egentligen? Ungdomsgruppen kom fram till följande: Vi hälsar på varandra oavsett vilken grupp vi tillhör för att visa att vi ser omgivningen. Vi ska vara accepterande och hjälpsamma och visa medkänsla. Vi ska vara omtänksamma och rättvisa mot varandra.

Vi kommer fortsätta arbetet med att förstärka vår värdegrund hela hösten då vi tycker de mjuka värdena är oerhört viktiga.

### Kompisambassadörer

Simklubben Elfsborgs olympier tillika simmare på NEC och i landslaget Sofia Åstedt går in som kompisambassadör ihop med Tuva, Gabby, Oliver och Sean.

Sofia har stor erfarenhet av att vara den yngre simmaren och har inte alltid känt sig "trygg" i olika situationer i föreningslivet. Hon har lärt sig hur man kan hantera olika situationer som kan dyka upp under träning/tävling och vill arbeta aktivt med kompisambassadörerna för att dela med sig av sin erfarenhet och även dela med sig hur landslaget och svensk simidrott arbetar med frågor som kamratskap, inkludering mm för att skapa fördelaktiga och trivsamma miljöer så alla kan känna sig sedda och framför allt att man vågar vara trygg i sig själv.





**Vi vill ha 4-5 aktiva i åldern 15-20år som vill prova vårt egna lärgruppsmaterial inom värdegrund.**

Vi söker ungdomar som vill delta i en lärgrupp om föreningens värdegrund och värdegrundsarbete vid ca 6 tillfällen a ca 45min plus en kortare utvärdering. Efter genomförandet erhålls ett biobesök som tack för hjälpen. Kontakta mig om ni är intresserade att vara delaktiga i en sådan lärgrupp.

### **Delaktighet och glädje**

Vi vill stärka gemenskapen i föreningen för våra barn, ungdomar och ledare genom föreläsningar, utbildningar och lärgrupper. Vår ambition är att fler ska vilja engagera sig i föreningslivet – både unga som vill utvecklas som ledare och seniorer som kan bidra på olika sätt. Vi söker seniorer som exempelvis kan vara värddar vid träningar, ordna fika eller vara ett stöd för yngre. Genom att bygga broar mellan åldrar och erfarenheter skapar vi en varm och inkluderande gemenskap. Vill du bidra? Välkommen upp på kansliet eller mejla: [susanne@skelfsborg.com](mailto:susanne@skelfsborg.com)

### **Kommande aktiviteter**

- 25 november kommer Patricia "Pyri" Badh. Leg Dietist och Idrottsnutritionsrådgivare till oss och föreläser om kost och ätstörningar. Personal, ledare, aktiva och föräldrar kommer att få en inbjudan till denna kväll i snar framtid. Ni kan läsa om henne på hennes hemsida <http://www.naringsratt.se>
- Några ledare kommer under hösten uppdatera sina HLR-kunskaper. Tänk på att ju mer vi övar på olika situationer desto lättare är det att agera på ett bra sätt om något skulle inträffa. Det finns platser kvar till HLR-kursen i december så hör av er om ni vill gå.
- Vi har två som ska gå en speakerutbildning i RF-SISUs regi den 14 nov på Norrbyhuset där stort fokus kommer ligga på Fokus vid tillfället på "Helhet - Idrotten – Besökaren".
- [Idrottsföräldrar - Västra Götaland](#) Denna länk tar er till RF-SISU Västra Götaland där hittar ni information om föräldrautbildningar inom olika ämnen för att kunna stötta era simidrottare på bästa sätt. Kontakta mig vid frågor eller tips på andra utbildningar och föreläsningar.

"Glädjen i framgång är större när vi delar den med andra. Tillsammans bygger vi en gemenskap där alla har en plats." - Susanne

### **Susanne Svärd**

Utbildningskonsulent

SK Elfsborg