

Idrett



MITT VALG!

Et program for mestring og trygghet





Har ditt idrettslag et program for å utvikle de sosiale og psykiske basisferdighetene?

Gjennom MITT VALG får trenere og lagledere kurs og et praktisk digitalt verktøy som bidrar til et trygt og inkluderende trenings- og konkurransemiljø. Kurset gjennomføres i idrettslagets lokaler og blir ledet av en internasjonalt sertifisert instruktør.

Prøv det ut gratis og opplev det selv!

Trykk her

BESTILL TESTLISENS



I de ferdige treningsøktene jobbes det med:

- ✓ Styrking av de sosiale og psykiske elementer i basistreningen
- ✓ Praktiske økter med øvelser
- ✓ Sosialt ansvar
- ✓ Samspill
- ✓ Kommunikasjon
- ✓ Foreldresamarbeid
- ✓ Bevisstgjøring av trenerrollen



MITT VALG!

Et Lions-program

Hvem er vi?

MITT VALG er en stiftelse dannet av Lions Norge og har over 30 års erfaring med internasjonal forskningsbasert metodikk innenfor emosjonell og sosial læring. I Norge har over 75.000 skole og barnehagelærere, samt trenere i idrettslag tatt i bruk programmet og nådd ut til over en million barn.

Hva koster det?

Vi ønsker at alle idrettslag skal få mulighet til å ta i bruk programmet. Derfor hjelper vi dere slik:

LIONS
dekker 2/3
av kurset



MITT VALG gir
20% rabatt



Idrettslaget
betaler kun
egenandel



Velkommen

Vi ønsker at alle skoler, barnehager og idrettslag skal være en arena som gir sosial og emosjonell kompetanse. Derfor jobber vi hardt med brennende hjerter for å gi barn og unge de viktigste verktøyene de kommer til å ha med seg gjennom livet.

Annica Oygard

Daglig leder
Stiftelsen Det er mitt valg

Spørsmål?

Ta kontakt med oss på mittvalg@mittvalg.no
eller ring 954 95 003

www.mittvalg.no

