

Välkommen till Ledarträff

Onsdag 15 oktober 2025



Program

- | | |
|-------|--|
| 19.15 | Ta mat, hitta sin grupp
Lära känna varann-övning med vykort |
| 19.30 | Silje om RF-SISU och varför vi vill få barn till föreningsidrotten |
| 19.40 | Handboll Tillsammans (Cici, Stephan, Mortimer, Denise) <ul style="list-style-type: none">- Bakgrunden och ”varför” Handboll Tillsammans- Hand the Ball- Websidan och våra koncept- Aktuellt nu och framöver |
| 20.00 | Diskussion om frågor kring ledarskap och vad ledarna vill vara med på
Nästa ledarträff – idéer? (Vi kan söka bidrag från RF-SISU) |

Grupper

Sarah

Klara

Andrea

Benin

Hanna

Thea

Maja K

Denise

Oskar

Stephan

Sofie

Philippa

Ebba

Nathalie

Xavier

Cici

Björken

Maja U

Linnéa St

Mortimer

Silje

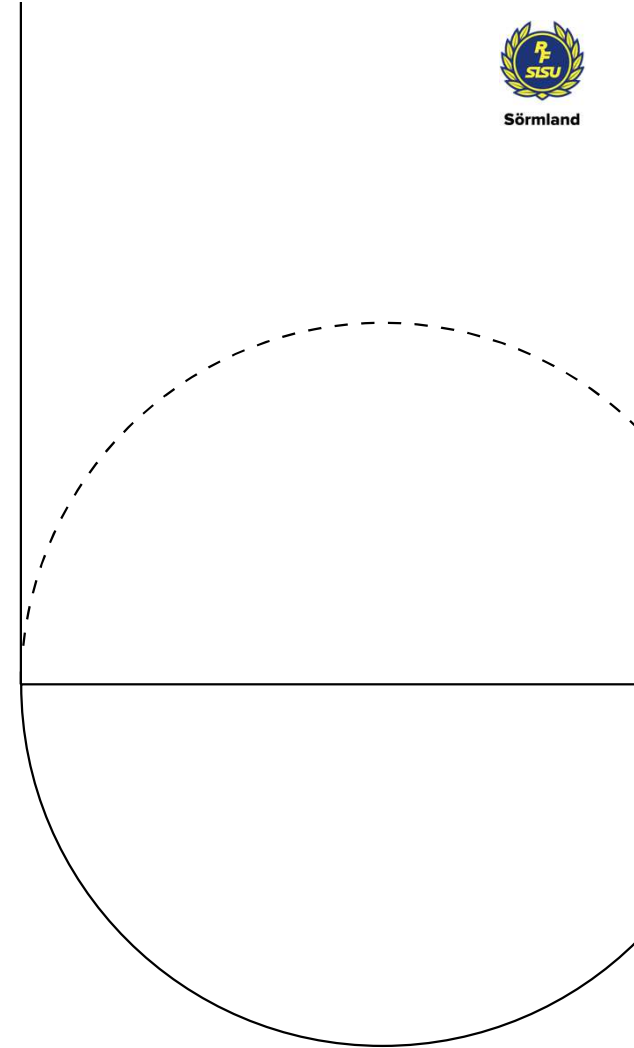
Välkommen till RF-SISU Sörmland

- Det här gör vi!
- Varför är det viktigt att fler barn och unga får chansen att vara med i föreningsidrott?



Det här gör vi!

- Två uppdrag – idrott och folkbildning
- Stöd till föreningar och förbund
- Idrottspolitiskt
- Särskilda satsningar ”uppifrån”



Varför gör vi det vi gör?

Kommun	RF-SISU distrikt	Totalt	Flickor	Pojkar
Eskilstuna	Sörmland	36	31	41
Riket		40	36	43

RegSO0484028 Ärby-Vallby Eskilstuna Sörmland 24 18 30

RegSO0484011 ~~Lagersberg-Råbergstorp~~ Eskilstuna Sörmland 31 23 39

RegSO0484005 Fröslunda-Vilsta Eskilstuna Sörmland 29 18 39

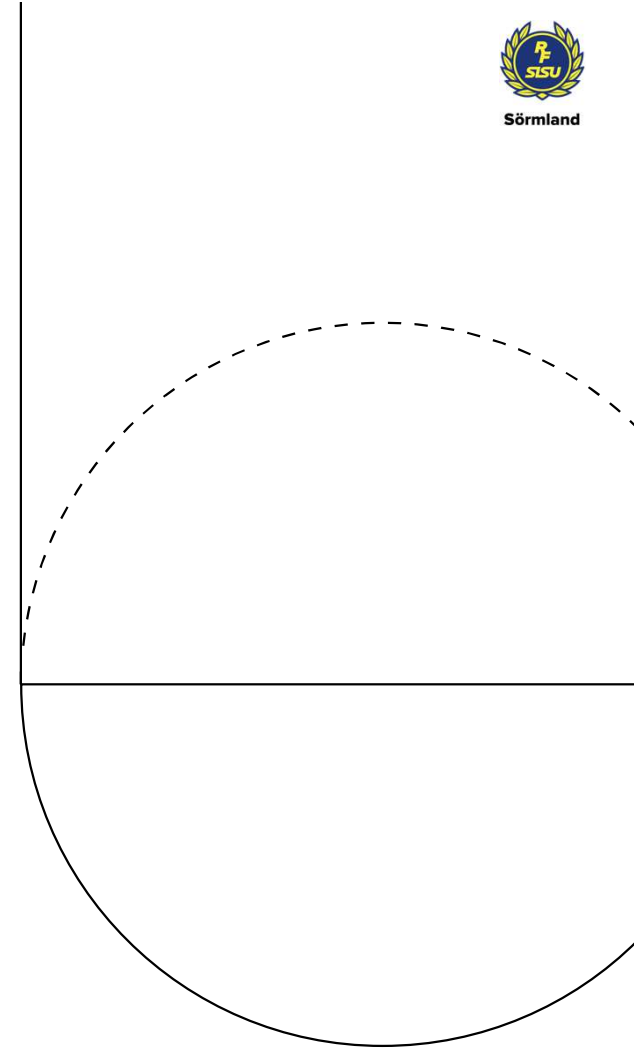
RegSO0484017 ~~Skiftinge~~ Eskilstuna Sörmland 27 18 34

RegSO0484019 Skogstorp Eskilstuna Sörmland 53 51 54

RegSO0484012 Mesta-Borsökna Eskilstuna Sörmland 50 46 54

Meningsfull fritid – för alla!

- Fysisk hälsa
- Psykiskt hälsa
- Personlig utveckling
- Demokratisk fostran
- Gemenskap & sammanhang
- Trygg miljö & trygga vuxna





Mål:

- Fler barn som rör på sig och har en meningsfull fritid!
- Fler barn som testar handboll!
- Fler barn- och ungdomsspelare i Eskilstuna Guif!

HANDBOLL TILLSAMMANS

Varför Handboll Tillsammans?

1. Guif vill göra gott i samhället – att fler barn får röra på sig och få chansen att vara med i föreningsidrotten.
2. Avtal med partners/sponsorer.
3. Guif vill ha fler medlemmar – målet är 1000 barn och unga.
4. Vi ger unga chansen att testa på att vara ledare.
5. Vi synliggör handbollen i Eskilstuna i på nya platser.



Vi använder Hand the Ball



Ny hemsida

www.guif.nu/handboll-tillsammans/



[BÖRJA SPELA HANDBOLL](#)[MATCHER](#)[VÅRA LAG](#)[MEDLEM](#)[WEBSHOP](#)[PARTNERS](#)



Handbollsfratids

Handbollsfratids är en återkommande aktivitet under skoldagen där barn får leka, röra på sig och testa handboll. Barnen kan delta utan att byta till träningskläder och går till aktiviteten med personal från skolan, så föräldrar inte behöver skjutsa.

På Handbollsfratids kör vi både



Handbolls-Intro

På handbolls-intro lär sig de grundläggande färdigheterna i handboll, lek, rörelse och samarbete i en trygg miljö. Man får testa kasta, fånga och spela tillsammans med andra.

Handboll-intro är en g... veckan och barnen ska vara ombytt och ha



Lovaktiviteter



Skolcup

Våren 2025 anordnade vi vår första skolcup i handboll, där barn från årskurs 2-3 på fyra skolor deltog och spelade minihandboll-matcher mot



"Pop-up"

Eskilstuna Guif är gärna med och visar upp handbollen vid event. Vi har de senaste åren varit med på t.ex. Nationaldagsfirandet i



Handboll på idrottslektioner och friluftsdagar

Vi kan komma och delta i idrottslektioner när det är "boll"

På gång i Handboll Tillsammans!



Måndagar: Handbollsfrutids Engelska skolan (killar)

Onsdagar: Handbollsfrutids Slottsskolan

Torsdagar: Handbollsfrutids Engelska skolan (tjejer)

Fredagar: Handbollsfrutids & Handbollsintro (tjejer)
Årbyskolan

18/10 Träningsmatcher för Årbyskolans tjejer mot
Gökstens BK

Höstlovet: Besök på 8 skolor

I arenan: Hand the Ball i Kids Corner på seniormatcher

Lite om höstlovet

- Besök på 8 skolor
- Måndag-torsdag
- Varje pass 1+1 timme
- Schemalagd tid 2,5 tim (15 min före passet, 15 min efter)
- 3-4 ledare per skola
- Lön betalas ut 25 november
- Notera antal flickor och pojkar



Ledare – ni är viktiga!

1. Vilka aktiviteter är du med på/vill du vara med på?

Handbolls-
fritids

Handbolls-
intro

Idrotts-
lektion

Lov-
aktivitet

”Pop-up”

Skol-
turnering

Bli tränare
i ett lag

2. Vad är dina styrkor som ledare? Vad skulle du vilja utveckla mer i ditt ledarskap? Vet du vad RF-SISU kan erbjuda när det gäller ledarutveckling?

3. Hela gruppen – vad skulle ni vilja göra tillsammans? Kom med förslag på en aktivitet som avslutning före jul!






4/12

DRAGOMIR MRSIC

- Min resa inom idrotten

Du är viktig som tränare och ledare för ungdomar.
Skådespelaren, Tae Kwondomästaren och tränaren Dragomir Mrsic kommer till Södertälje och berättar om sin idrottsresa och vad hans tränare kom att betyda för honom.

” Hey grabben, du kan bli nåt! Om du bara tränar hårt så kan du bli något.

Så sa tränaren till Dragomir när han kom till Tae Kwondolokalen och de såg honom träna. De orden fick Dragomir att tänka om, att lämna det kriminella och istället börja träna - hårt!

Nu kommer Dragomir Mrsic till oss och berättar vad tränarens ord och roll betydde för honom, hur det bidrog till en vändning i hans liv.



När: 4 december 18.00-20.00
Var: Trombon, Södertälje Stadshus
Målgrupp: Ledare och tränare
Förtäring: Lättare fika från 17.30
Anmälan: [Via den här länken](#) eller via QR-koden



 Södertälje kommun  Sörmland