

## Fritidslederen min roper hjelp

Vi har flere år samarbeidet med Norges Idrettsforbund om disse kursene og kjører de med jevne mellomrom i Midt Norge. Vi kjører også kursene for andre på etterspørsel.

Det er likepersoner fra frivillige organisasjoner med egenerfaring, enten som bruker eller pårørende, som er kursholdere.

Ønsker ditt idrettslag å gi barn og unge en meningsfull fritid, ta kontakt med oss.

Kurset passer også for fritidsledere på ulike aktiviteter, støttekontakter og treningskontakter slik at de også kan kjøres ute i kommunene

Kursene kjøres flere steder i Midt-Norge, også lokalt ved behov.

Interesserte bes ta kontakt med:

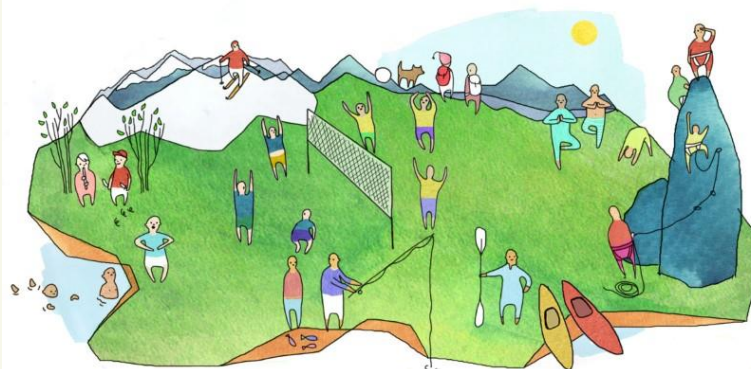
"Vårres" regionalt brukerstyrt senter

V/Arthur Mandahl / Hege Hafstad

Tlf: 90 97 32 68 / 97526381

e-post: [arthma@gmail.com](mailto:arthma@gmail.com) / [post@varres.no](mailto:post@varres.no)

## Fritidslederen min roper hjelp



Vårres regionalt brukerstyrt senter  
Midt Norge  
Fjordgt. 11, 7010 Trondheim.  
[post@varres.no](mailto:post@varres.no)  
975 26 381/ 909 73 268

## Fritidslederen min roper hjelp

Kurset er utarbeidet av Vårres regionalt brukerstyrt senter Midt-Norge (Vårres) og er ment for fritidsledere og trenere

Kurset er utarbeidet for å gi de som møter barn og unge med funksjonsnedsettelse / funksjonsforstyrrelser bedre mulighet til å inkludere og ivareta disse barna i aktiviteten.

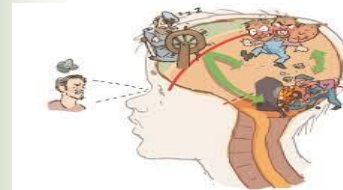
Som fritidsleder / trener er det mange utfordringer utover det å veilede selve aktiviteten. Barn er ulike, noen har litt ekstra ballast og det kan ofte være vanskelig å vite hva en skal gjøre. Noen enkle strategier kan være det som hjelper et barn fra en håpløs situasjon, til mestring og glede i aktiviteten. Alle barn bør ha en positiv fritid, og fritidsledere er en viktig støttespiller for disse.

Kurset gir en forståelse for ADHD, Tourette syndrom og Asperger syndrom og hvordan dette ofte påvirker den aktiviteten barna driver med. Kurset gir innblikk i hvordan barn med disse utfordringene lettere kan inkluderes i aktiviteten.

Fritid er alt fra idrett, musikk, 4H, frimerkesamling klubber osv. Ingen aktivitet er for liten, ingen for stor. Kurset kan godt kjøres felles for fritidsledere for ulike aktiviteter. Vi ønsker å kjøre kurset i nærmiljøet og i kommunene. Kurset passer også for støttekontakter og treningskontakter.

## Fritidslederen min roper hjelp

### Oppmerksomhet



### Sosiale spilleregler



### Sinnekontroll



### Konsentrasjon

