

VÄLKOMMEN SOM TRÄNARE!
– idrotten behöver dig!



Fokus Unga ledare

Välkommen att anmäla dig till **GRUNDUTBILDNING FÖR TRÄNARE**

Övergripande innehåll och upplägg

Grundutbildningen bygger på aktuell forskning och ger dig en bra grund att stå på i din roll som tränare. Stor vikt läggs på ledarskap och hur du kan skapa goda förutsättningar för att de aktiva ska bli motiverade och få möjlighet att lära och växa som människor och idrottare. Du som tränare ska få ett bra stöd, känna dig trygg och bli inspirerad till att skapa egna träningar där de aktiva mår bra, har roligt och utvecklas.

Grundutbildningens avsnitt:

- Jag och idrottsrörelsen
- Jag och ledarskapet
- Jag och träningen
- Jag och utövaren
- Valbart avsnitt



Grundutbildningens upplägg:

- Egna studier via häfte och webb
- Fysisk träff/träffar
- Hemuppgift
- Omfattar totalt ca 25 Utbildningstimmar á 45 min.
- Ingen förkunskap krävs, men förbered dig gärna genom att gå vår digitala Introduktionsutbildning för tränare

Datum, tid och plats:

- **Första träffen:**
15 juli 2025 kl.19.00-20.00
Digital introduktion via Teams
- **Andra utbildningstillfället:**
Start: 4 augusti 2024 kl.14.00
Slut: 5 augusti 2024 kl.13.00
(inklusive med övernattnig)
- **Kostnad:**
2 400kr/deltagare, varav 1800 kr subventioneras via projektstöd för dig som tillhör förening i Blekinge. Egenavgiften är 600 kr.
Deltagaravgiften inkluderar material, kost och boende på Hälleviksläget.

Boende sker i baracker tillsammans "Unga Ledare", blandat killar och tjejer. Medtag egna sängkläder.

Frågor:

Denis Jahic, 0708-544 458, denis.jahic@rfsisu.se

Anmälan:

► [Anmäl deltagare här \(länk\) Kunskapsarenan](#)

Sista anmälningsdag är den 29 juni 2025

Läs mer om anmälan på sida 2.



Blekinge

Följ dessa punkter för en smidig anmälan:

1. För att anmäla sig behöver alla deltagare ha Freja+.

[Så skaffar du Freja+ \(länk\)](#)

2. Klicka nedan på Anmäl deltagare här. Leta upp din kurs på anmälningssidan - [Läs mer och boka](#). Välj det antal deltagare du vill anmäla. Vi rekommenderar att en person anmäler flera deltagare från samma förening.

3. Klicka på [Varukorg](#). Välj [Logga in och gå till kassan](#). OBS ej "som gäst". Logga in med Freja+.

4. Fyll i alla uppgifter. På deltagare krävs rätt e-post.

5. Betalningsalternativ: [Med faktura](#). Ange din förening och referens. Ange e-post fakturan ska skickas till. Godkänn villkor och [Slutför beställning](#).

Om Freja+

För att kunna använda Freja+ behöver du en giltig svensk ID-handling.

Hemifrån

Det enklaste sättet att skaffa Freja+ är att slutföra din registrering digitalt i appen Freja med ditt **svenska pass** eller ditt **nationella ID-kort**. Detta kan du göra hemifrån.

Via ombud

Om du istället för pass vill använda **en annan typ av ID-handling**, t ex ditt körkort eller Skatteverkets ID-kort, så det krävs ett fysiskt möte för att verifiera din identitet. Då vänder du dig till ett ombud (exempelvis ATG-ombud). Via hemskärmen i appen kan du hitta ditt närmaste ombud och så här går du tillväga:

- 1.Registrera dig via appen
- 2.Ta därefter med din telefon och samma ID-handling som du använde när du registrerade dig till ett ombud.
- 3.Ombudet kontrollerar din ID-handling och skannar QR-koden som du hittar i din app. Av säkerhetsskäl tar det sedan upp till 3 timmar för registreringen att träda i kraft. Du får en notis i appen när du har tillgång till Freja+ och kan logga in.

Har du Freja bas idag?

Du som tidigare har aktiverat Freja bas måste uppgradera till Freja+. Det gör du precis på samma sätt som tidigare nämnts, med pass/nationellt ID-kort eller via ett ombud.

Observera att om du har ett befintligt Freja Bas konto som registrerades med ett körkort som nu har löpt ut kan ATG-ombud inte hjälpa dig att uppgradera ditt konto till Freja+. Du behöver då först radera ditt Freja-konto och därefter skapa ett nytt enligt instruktionerna ovan.



SKAFFA FREJA+
Enkelt och gratis!

1. Ladda ner **Freja eID**
2. Registrera **e-post** och välj **PIN**
3. Lägg till **ID-handling** och ta **ID-foto** med appen.
Tips! Välj att registrera dig med ett pass eller nationellt ID-kort så går det ännu fortare!
4. Följ instruktionerna för **ID-kontroll**

Skanna för att installera appen!

Svensk e-legitimation