

**Tema: Virksomheds-Trim**  
- et tilbud til dig og din arbejdsplads

# Firmandidræt

Dansk Firmaidrætsforbund August 1995



**Åbent Hus plakat indlagt**

**7**

## Firmaidræt

### Ansvarshavende redaktør:

John Thrane  
 Dansk Firmaidrætsforbund  
 Storebæltsvej 11  
 5800 Nyborg.  
 Tlf. 65 31 65 60.  
 Fax. 65 30 14 26.

Firmaidræt udkommer 10 gange årligt. Juli og december måned er undtaget.  
 Oplag: 12.300

De i artiklerne fremførte synspunkter er forfatterens og deles ikke nødvendigvis af Dansk Firmaidrætsforbund.

Redaktionen forbeholder sig ret til at redigere og forkorte artikler og indlæg.

38. årgang, nr. 7.  
 August 1995. Næste nummer udkommer den 14. september 1995.

Deadline for tekst og annoncer: Mandag den 1. september 1995.  
 Eftertryk med tydelig kildeangivelse tilladt.

### Produktion og tryk:

Elbo Grafiske Hus  
 Nørrebrogade 14-16  
 7000 Fredericia  
 Tlf.: 75 92 11 99  
 Fax: 75 92 26 47



**Forsiden:**  
 Motionsløbet Danmark-Stafetten er slut for denne sæson. Læs hvordan det gik i de 12 løbsbyer i næste nummer.

Foto: H.C. Gabelgaard.

# Virksomheds-trim

## - et tilbud til virksomhederne

I en tid hvor virksomhederne fokuserer mere på sundhed, trivsel og tryghed på arbejdspladsen fremfor kraftige lønstigninger er det vigtigt at erkende, at tiderne og behovene hele tiden skifter. DFIF er naturligvis også i konstant udvikling, ikke mindst i muligheder og ønsker hos vores primære målgruppe - arbejdspladsen.

Virksomheds-trim er derfor et positivt begreb, der lægger vægt på at fremme de ansattes fysiske evner, tilstand samt sociale og personlige ressourcer, og som viser, at vi - DFIF - ønsker at se fremad. Nøglen til dette hedder velorganiserede tilbud om alsidig motion under kyndig vejledning. Dette betyder, at vi må arbejde mere professionelt og dermed benytte naturlige samarbejdspartnere for på den måde at kunne tilbyde højt kvalificerede instruktører til virksomheder, der ønsker aktiviteter og motion tilpasset den enkelte virksomhed.

Ved første øjekast kunne det opfattes som om, at DFIF går ind i konkurrerende virksomhed med sig selv - eller måske nærmere med de lokale sammenslutninger - ved, at vi som forbund går ud på de enkelte arbejdspladser og tilbyder aktiviteter og anden assistance til en "lukket" kreds.

Men dels vil DFIF være med i den skærpede kamp om folks sundhed og fritid, og dels vil der være tale om aktiviteter og tilbud, som de lokale sammenslutninger hverken økonomisk eller ressourcemæssigt formentlig vil være i stand til at løfte.

Der er ingen tvivl om, at det på længere sigt vil få en afsmittende og positiv effekt på de lokale sammenslutningers aktiviteter, idet virksomheds-trim på ingen måde skal erstatte de nuværende aktivitetstilbud, men tværtimod være et supplement til det eksisterende og dermed forstærke DFIF's position i det danske virksomhedsmiljø - især i områder der ikke har en sammenslutning.

Det er en enig styrelse, der finder, at virksomheds-trim er et spændende og perspektivrigt tiltag for DFIF. Undertegnede er derfor knyttet til det videre arbejde med projektet.

Der er ingen tvivl om, at fremtiden er klar til at tage imod DFIF's nye tilbud om virksomheds-trim, men da der er tale om et helt nyt koncept indenfor forbundet, er det vigtigt, at vi alle tager godt imod det og accepterer, at tingene hele tiden forandrer sig - alt sammen under skyldig hensyntagen til hinanden.

*Peder Bisgaard, styrelsesmedlem, DFIF.*

## Indhold

|   |                |
|---|----------------|
| Pengene på spil .....                         | <b>side 3</b>  |
| Solskinsdage med Seniorsport i Aalborg .....  | <b>side 4</b>  |
| Idræt som kulturfaktor .....                  | <b>side 7</b>  |
| Motion og trivsel på arbejdspladsen .....     | <b>side 10</b> |
| Firmaerne bakker op om idrætten .....         | <b>side 14</b> |
| EDB-gruppen søger test-sammenslutninger ..... | <b>side 18</b> |
| Folkefest i Hillerød .....                    | <b>side 24</b> |

# Pengene på spil

Af John Thrane

## Idrættens Fællesråd efterlyser en politisk reaktion på lanceringen af en ny udgave af TV-spillet Superchancen

**T**jene penge til klubben - uden risiko og omkostninger. Sådan lyder det glade budskab på det præsentationsmateriale som fordelingsforeningen Superchancen i to omgange i sommerens løb har sendt ud til alle landets idrætsforeninger, for at rekruttere idræt- og foreninger til at sælge lodseddeler til TV-spillet Superchancen. Foreningerne bliver i materialet stillet i udsigt, at de kan tjene op til 5 kr. pr. solgt lodseddel. Lodderne bliver trukket direkte i DR-TV og præmierne er store - op til 3 mio. kr.

Idrættens organisationer bliver i præsentationsmaterialet taget til indtægt for at stå bag Superchancen, på trods af at man ikke er blevet spurgt. Idrættens Fællesråd har således tidligere på året afvist at medvirke i et tilsvarende spil på TV3, fordi man ikke ville konkurrere med Dansk Tipstjenestes spil, og dermed underminere indtægtsgrundlaget.

### Konkurrent til tipstjenesten

Bag Fordelingsforeningen Superchancen står 22 humanitære, sygdomsbekæmpende og almenvelgørende organisationer, og den nye udgave af Superchancen vil blive sendt på DR-TV hver torsdag fra den 7. september og året ud. Dermed bliver Superchancen en direkte konkurrent til Dansk Tipstjeneste, hvis overskud finansiere en lang række organisationer, heriblandt også idrættens hovedorganisationer samlet i Idrættens Fællesråd.

Markedsføringen af Superchancen har afført en skarp protest fra

*Ny udgave af TV-spillet Superchancen lover let tjente kroner til klubkassen.*

Idrættens Fællesråd, der i det først udsendte materiale blev taget til indtægt for at stå bag Superchancen. Det først udsendte materiale blev annulleret, og et nyt materiale blev udsendt i løbet af juli måned. Man skal dog være meget dygtig for at se forskel på de to udgaver. Idrættens Fællesråd er blevet ændret til landsorganisationernes navne, DIF, DGI og DFIF, og desuden er navnet "Bingo-lotto" fjernet fra forsiden, da det kunne forveksles med Dansk Tipstjenestes lotto-navn.

### Efterlyser politisk reaktion

Idrætsorganisationernes navne bliver således stadig brugt i markedsføringen af Superchancen, og Idrættens Fællesråd efterlyser nu en politisk reaktion.

Vi har ikke mulighed for at stoppe Superchancen i år, men TV-spillet kan, hvis det gøres permanent, blive en alvorlig trussel mod Dansk Tipstjeneste og underminere indtægtsgrundlaget for idrættens organisationer, siger generalsekretær Svend Møller fra DFIF, der også er generalsekretær i Idrættens Fællesråd.

- Foreningerne bør tænke sig om en ekstra gang, før end de binder

an med at sælge lodder. Idrættens finansieres af to kredsløb. Foreningerne får tilskud fra kommunerne, og hovedorganisationerne får tilskud fra tipsmidlerne. Men hvis den nye udgave af Superchancen bliver en succes og bliver gjort permanent, ryger den argumentation på gulvet, siger Svend Møller, der vil tage spørgsmålet om en politisk henvendelse op på Idrættens Fællesråd møde den 21. august.

### Succes i Sverige

Bliver TV-spillet Superchancen gjort permanent, har idrættens hovedorganisationer god grund til at være nervøse for indtægterne fra Dansk Tipstjeneste. I Sverige er et tilsvarende spil - Bingolotto - i løbet af kort tid blevet det største lotterispil på ugebasis. På trods af at spillet i første omgang ikke var permanent, ændrede politikerne reglerne fordi de ikke ville røre ved den store succes.



Til ledelsen i Danmarks klubber og foreninger

**Tjene penge til klubben - uden risiko og omkostninger**

Nu giver Danmarks Radio og Post Danmark alle klubber og foreninger, hvis landsorganisation er medlem af Fordelingsforeningen Superchancen eller én af de tre idrætsorganisationer DIF, DGI, DFIF, en chance for gevinst. Uden stort forarbejde, uden omkostninger og uden nogen form for risiko.

Pengene tjenes ved salg af lodsedler til en ny og spændende udgave af Super Chancen, der sendes i Danmarks Radio hver torsdag fra den 7. september og indtil jul. Udsendelsen byder på spil og underholdning, gæster i studiet, vindere live på skærmen og konkurrencesiddeltagere i telefonen. I hver eneste udsendelse sættes der to biler og en hel masse

andre flotte præmier på spil, og hver eneste torsdag vil en heldig vinder komme hjem med op til 3 millioner kr. på lommen efter spil på Super Chance hjuliet. Spillet bygger på det svenske Bingolotto på TV4, der på få år er blevet Sveriges største lotteri på ugebasis.

I Danmark koster lodsedlerne 25 kr. og bliver kun solgt gennem posthuse og godkendte foreninger. Hver gang, i sælger en lodseddel, kan foreningen opnå andel i spillets overskud - helt op til 5 kr. lodseddel. Specielt for mindre og mellemstore klubber er det svært at forestille sig en bedre måde at tjene penge til medlemsarbejdet.

**POST**

## Petanquekugler

og tilbehør

til særdeles rimelige priser

Tlf. 86 42 32 64. Fax. 86 40 70 96



Af John Thrane  
Foto. Michael Bo Rasmussen/  
Baghuset

## Senior idrætsprojektet "Ud af røret" i Aalborg Firmsport vil have fat i de ældre medarbejdere inden de forlader arbejdsmarkedet

**S**ved på panden, sjov og en god latter, sang og kaffe krydret med snak og hyggeligt samvær. Det er opskriften på den cocktail, som Kirstine Hjørringgaard fra idrætsprojektet "Ud af røret" hver uge serverer for de 30-40 ældre - eller seniorer som de helst vil hedde - der kommer til motion og samvær i Nørresundby Idrætscenter.

- Vi har det skægt sammen. Det er vigtigt at have noget at gå til. Så kommer vi afsted og møder andre mennesker. Det er dejligt at komme ud og røre sig og svede lidt, fortæller Ida og Asmus. Asmus er pensioneret bager, og ægteparret glæder sig hver gang til idrætten i hallen og de hyggelige timer bagefter, der som regel også byder på et foredrag om et aktuelt emne.

- Samværet bagefter er lige så vigtigt som idrætten i hallen, siger et andet ægtepar Elly og Åge, der har næsten alle dage i ugen besat. Åge er pensioneret oliechauffør,



Med dans og forskellige boldspil hvor reglerne er tilpasset bliver muskler og udholdenheden styrket.

# Solskinsdage n

og udover "Ud af røret" bruger de også SIM, Samvær - Idræt - Motion i Aalborgs aktivitetstilbud flere gange om ugen.

### Tværgående samarbejde

"Ud af røret" er et usædvanligt idrætsprojekt, der bygger på et samarbejde mellem Aalborg Kommune, Aalborg Firmsport og virksomhederne i Aalborg. Projektet som henvender sig specielt til de ældre medarbejdere, der er på vej ud af arbejdsmarkedet og over i den 3. alder.

Aalborg Firmsport har i fire år med succes haft idrættstilbud på programmet til ældre medarbejdere, der gik på efterløn og pension, men man ville gerne gøre noget mere. Med næstformand Verner Sørensen i spidsen henvendte man sig til Aalborg Kommune for at høre, om man dér var interesseret i et samarbejde om en mere målrettet ældrepolitik i kommunen.

- Svaret var positivt, og med støtte fra bl.a. Helsefonden og DFIF fik vi ansat Kirstine Hjørringgaard som projektleder for "Ud af

røret" i en tre-årig periode, fortæller Verner Sørensen.

En vigtig del af hendes arbejde bliver opsøgende arbejde på Aalborgs virksomheder. Gennem workshops ude på virksomhederne med præsentation af idrættstilbudene og oplysende arbejde omkring de muligheder seniorerne har i Aalborg, er målet, at skabe et samarbejde mellem de lokale idrætsforeninger og foreninger på ældreområdet samt inddrage virksomhedernes personaleforeninger i samarbejdet.

### Efterlyser seniorpolitik

For Kirstine Hjørringgaard er det vigtigt at komme ud og få de ældre medarbejdere på virksomhederne i tale inden de forlader arbejdsmarkedet.

- Jeg synes at mange virksomheder mangler en seniorpolitik. Vi skal have gang i et samarbejde med virksomhedernes ledelse og firmaklubberne, så vi får mulighed for at præsentere de mange tilbud der findes, før de ældre medarbejdere forlader arbejdsmarkedet, siger Kirstine Hjørringgaard.



Samværet bagefter er ligeså vigtigt som idrættens i hallen.

# ed senior sport

De ældste medarbejdere på virksomhederne skal have et tilbud som er tilpasset dem, og hvor de kan dyste med ligestillede, så de kan finde nye udfordringer og nye venner samtidig med, at de vedligeholder deres fysiske funktioner så deres hverdag ikke svækkes.

- Vi skal have seniorerne i tale og gjort dem beviste om, at idræt også er for dem, der ikke tidligere i deres liv har haft tid eller overskud til at dyrke motion, siger Kirstine Hjørringgaard.

## Ikke ældreidræt - men seniorsport

I Aalborg går man ikke til ældreidræt, men til seniorsport. Ældreidræt for pensionister og efterlønnere lyder for negativt.

- Vi vil gerne medvirke til, at de ældre medarbejdere får en glidende overgang fra arbejdsliv til den 3. alder. Det drejer sig om at træffe nye mennesker, at bevare velværet og tænke positivt. Så her i Aalborg kalder vi det for seniorsport. Væk med idræt for pensionister og efterlønnere. Det lyder

negativt, siger Kirstine Hjørringgaard.

"Ud af røret" startede op i foråret med omkring 40 deltagere. Efter en sommerpause starter man op igen til september med idrætsstilbud i tre haller, og man regner med at flerdoble deltagerantallet. Men "Ud af røret" skal ikke ud og konkurrere med de etablerede idrætsforeninger.

- Det er slet ikke vores målgruppe. Vi laver et motionstilbud, og vi skal ikke ud og konkurrere med idrætsforeningerne. Vi skal i stedet forsøge at få fat i dem der ikke er idrætsaktive, og vi skal lave nye idrætsstilbud til den vok-



Kirstine Hjørringgaard er ansat som projektleder i en tre-årig periode.

sende gruppe af ældre borgere, der ikke synes de vil starte i en traditionel idrætsforening.

- Mange idrætsforeninger er slet ikke gearret til at give de ældre et tilbud med motion og samvær. Idrætsforeningerne skal forstå, at de skal lave mere åbne tilbud, fortæller Kirstine Hjørringgaard, der allerede er i fuld gang med at sprede budskabet om senior sport til virksomhederne i Aalborg

## Laver "Seniorolympiade"

Et af de første tiltag bliver en stort anlagt "Seniorolympiade", der arrangeres i forbindelse med firmaidrættens landsdækkende Åbent Hus dag den 17. september. Olympiaden afholdes i Idrætscentret i Nørresundby, hvor der skal dystes i en lang række boldspil og holdaktiviteter både ude og inde. Det hele sættes igang med en festlig indmarch med Aalborg Garden i spidsen, og dagen afsluttes med præmieoverrækkelse og - naturligvis - fællesspisning og dans.

- "Ud af røret" starter op igen til september, og derfor er Åbent Hus dagen præcis hvad vi har brug for, så vi kan lave noget PR og få virksomhederne i tale, siger Kirstine Hjørringgaard.

## Følges tæt af Odense Universitet

"Ud af røret" har modtaget støtte fra en lang række instanser. Aalborg Kommune, Sundhedsstyrelsen, Sygekassernes Helsefond, Kulturministeriet, Nordjyllands Amts Forebyggelsesråd og fra DFIF, oplyser aktivitetskonsulent i DFIF, Steffen Røjskjær.

Idrætsprojektet følges tæt af Institut for Idræt, Odense Universitet, hvor idrætsforskeren Bjarne Andersen dels skal følge samarbejdet mellem Aalborg Kommune og Aalborg Firmasport, og dels skal analysere deltagernes motiver til at deltage i projektet. Deltagernes mødefrekvens vil blive registreret, og instruktørerne vil løbende føre en aktivitetsjournal og en begivenhedsdagbog.

# Information

## Frisbee golf

### Målgruppe:

Alle interesserede personer i DFIF, der ønsker in-spiration til nye idrætsgrene. Kom og få inspiration. Denne idrætsgren er for alle aldre.

### Indhold:

Frisbee Golf er almindelig golf spillet med en frisbee.

I USA og mange steder i Europa skyder den ene bane op efter den anden. Der er netop anlagt en 18-hullers bane i Malmø, og Stockholm har netop indviet deres 9. bane. I Danmark er der 3 baner. Som i golf består spillet

af et langt kast "Drive", et indspil og et putt. Der er forskellig strategi og teknik for hvert kast, og det er både sjovt og spændende at eksperimentere med de flyvende tallerkener. Kom og prøv hvordan man spiller frisbee golf. Denne dag er der mulighed for at suge inspiration til sig til en ny idrætsgren.

### Tid og sted:

Søndag d. 10. sep. '95 kl. 10 - 16 i Horsens. Kursuspris: Kr. 100,- (incl. frokost og en frisbee) Tilmelding: Senest d. 28. aug. '95.

## Kroppen i bevægelse ældre - unge

Det er lykkedes os at få to spændende svenske boby-workshop-instruktører til at komme til Nyborg, og vise os forskellige former for bevægelse for ældre - unge.

### Målgruppe:

Alle interesserede personer i DFIF, som ønsker at få nye ideer og inspiration.

### Indhold:

På kurset vil der blive arbejdet med:

- Forskellige former for bevægelse for ældre - unge.
- Musikkenes betydning for harmoniske bevægelser.

### Tid og sted:

Lørdag d. 28. okt. '95 kl. 10.30 -17 i Nyborg. Kursuspris: Kr. 100,- Tilmelding: Senest d. 14. sep. '95.

Modul I

## Dart

### Målgruppe:

Interesserede personer i DFIF, der ønsker en instruktøruddannelse i dart

### Indhold:

Kurset er første del af instruktøruddannelsen, og der arbejdes teoretisk og praktisk med flg. emner:

- Dartspillets grundelementer
- DFIF's regler i dart
- Forskellige trænings-spil

### Tid og sted:

d. 03. - 05. nov. '95 i Odense. Kursuspris: Kr. 600,- Tilmelding: Senest d. 19. sep. '95.

Modul I

## Billard

### Målgruppe:

DFIF-medlemmer, der ønsker en instruktøruddannelse i billard.

### Indhold:

Kurset er første del af instruktøruddannelsen, og der arbejdes teoretisk og praktisk med flg. emner:  
• Billardsportens grundsystemer

- Støtteknik
- Kegleopbygningssystem
- Regler samt DFIF's regler

### Tid og sted:

d. 03. - 05. nov. '95 i Middelfart Kursuspris: Kr. 600,- Tilmelding: Senest d. 19. sep. '95.

Modul I

## Badminton

### Målgruppe:

DFIF-medlemmer, der ønsker en instruktøruddannelse i badminton.

### Indhold:

Kurset er første del af instruktøruddannelsen, og der arbejdes teoretisk og praktisk med flg.:

- Spillets grundslag
- Taktik
- DFIF's spille- og turneringsregler.

### Tid og sted:

d. 13. - 15. okt. '95 i Fredericia. Kursuspris: Kr. 600,- Tilmelding: Senest d. 05. sep. '95

Modul I

## Pistol

### Målgruppe:

DFIF-medlemmer, der ønsker en instruktøruddannelse i pistol.

### Indhold:

Kurset er første del af instruktøruddannelsen, og der arbejdes teoretisk og praktisk med flg.:

- Pistolskydningens grundelementer
- Våbeltilladelse
- Sikkerhedsbestemmelser.

### Tid og sted:

d. 27. - 29. okt. '95 i Middelfart Kursuspris: Kr. 600,- Tilmelding: Senest d. 13. sep. '95

**Kursusprisen:** Omfatter undervisning, materialer, ophold og forplejning.

**Tilmelding:** Skal ske på tilmeldingskort, som underskrives af kreds/sammenslutning, og som tilsendes forbundskontoret senest den dato, der er nævnt under det enkelte kursus.

**Yderligere oplysninger:** Kan fås ved henvendelse til uddannelseskonsulent Jane Have Andersen på tlf. 65 31 65 60.

# Idræt som kulturfaktor

**Virksomhederne skal bruge idræt og motion til at understøtte virksomhedskulturen på arbejdspladsen.**

Af John Thrane



*Idrætsaktiviteter benyttes i stigende grad som middel til at opbygge og vedligeholde det interne sociale netværk. Foto: Niels Nyholm.*

**F**lere større danske virksomheder har allerede en klar defineret holdning til idræt som kulturfaktor på arbejdspladsen, og der hersker ingen tvivl om, at udviklingen indenfor de næste år vil vise, at mange flere virksomheder vil få øjnene op for de kvaliteter idrætten kan tilføre virksomhedskulturen. Idræt kan bibringe medarbejderne nogle værdier, som kan være til gavn for dem - og dermed også for virksomheden.

Erhvervslivet har erkendt, at engagement og motivation er vigtige ressourcer for en virksomhed, der kan se en interesse i at knytte medarbejderne tættere til virksomheden med personlige relationer og positive oplevelser. Derfor ser man i erhvervslivet en stigende tendens til at benytte idrætsaktiviteter som middel til at opbygge og vedligeholde det interne sociale netværk.

## Projektpenge til omstilling

Tankerne er også slået igennem på regeringsplan. Arbejdsminister Jytte Andersen har netop løftet sløret for, at hun på næste års finanslov agter at afsætte op til 20 mio. kr. til projektpenge, som skal støtte en omstilling i dansk erhvervsliv, der kan gavne virksomhedskulturen og frigøre indstængte kræfter til gavn for virksomhederne og lønmodtagerne, som arbejdsministeren udtrykker det i et interview med dagbladet Fyens Stiftstidende.

Projektpengene skal understøtte initiativer og

projekter, der sigter mod organisations- og kvalitetsudvikling på arbejdspladserne. I et internt notat til arbejdsministerens initiativ, "Et bedre arbejdsliv og øget vækst", hedder det bl.a., at man som en del af en større satsning på området skal: ... styrke den psykiske og fysiske sundhed på arbejdspladsen, skabe bedre trivsel og dermed nedbringe sygefraværet".

## International conference

Arbejdsministerens tanker omkring en styrkelse af virksomhedskulturen ligger tæt op af DFIF's projekt Virksomhedstrim 1996-98, der er en satsning under mottoet "sundhed og velvære gennem motion og samvær på arbejdspladsen".

Første del af projekt Virksomhedstrim 1996-98 bliver en international conference, som skal sætte fokus på motion og miljø, sundhed og velvære på arbejdspladsen. Konferencen arrangeres af DFIF's aktivitetsudvalg og Institut for Idræt, Odense Universitet, og finder sted på Hotel Nyborg Strand den 16.-17. januar 1996.

Konferencen er samtidig startskuddet til anden del af projekt Virksomhedstrim, som er et praktisk forløb der skal organisere tilbud til danske virksomheder, offentlige som private, om udarbejdelse af en motionsprofil på den pågældende virksomhed samt et tilbud om instruktørtimer som opfølgning på motionsprofilen.



# Virksomheds-trim

## - et tilbud til din arbejdsplads

DFIF's styrelse har givet grønt lys for en satsning på virksomheds-trim, og DFIF's aktivitetsudvalg spiller nu ud med projektet Virksomheds-trim 1996-98.

Af Bo Isaksen  
Aktivitetskonsulent, DFIF

**V**irksomheds-trim. Hvad er nu det? Som undertitel kunne vi også skrive, sundhed og velvære gennem motion og samvær på arbejdspladsen. Hensigten med virksomheds-trim er gennem motion og samvær at fremme de ansattes fysiske velvære såvel som de ansattes sociale og personlige ressourcer. Nøglen til denne udvikling er velorganiserede tilbud om alsidig motion under kyndig vejledning.

Virksomhedskultur omfatter derimod hele det komplekse arbejdsmiljø på en virksomhed, herunder også motion og samvær. Kulturbegrebet er langt mere omfattende og rummer mange flere aspekter, som ikke naturligt henhører under et idrætsforbunds regi. Vi vil derfor begrænse tilbudene i retning af motions og samværsskabende aktiviteter til gavn for de ansattes sundhed og velvære.

### Projekt virksomheds-trim

DFIF's styrelse har givet grønt lys for en satsning på virksomheds-trim, og DFIF's aktivitetsudvalg spiller nu ud med et projekt Virksomheds-trim 1996-98.

Projektet indeholder to dele,



Projekt Virksomheds-trim kan formidle ønsker om deltagelse i turneringer og stævner til den lokale sammenslutning. Foto. Niels Nyholm.

hvor den 1. del er en international konference om virksomheds-trim, der skal afholdes i januar 1996.

Konferencen arrangeres i samarbejde med Institut for idræt, Odense Universitet, og skal sætte fokus på motion og miljø, sundhed og velvære på arbejdspladsen. Konferencens arbejdsform vil dels bestå af teoretiske oplæg fra udenlandske og indenlandske personer med erfaring og viden omhandlende emnet. Dels små cases omkring danske virksomheders praktiske erfaringer med motion og miljø. Under konferencen vil de 100 deltagere blive tilbudt en praktisk del, hvor den teoretiske snak bliver omsat til praktisk handling.

Tilslut vil konferencen løfte sløret for indholdet af det praktiske forløb i det to-årige projekt omkring virksomheds-trim, som dermed udgør 2. del.

Et mere detaljeret program for konferencen er vist på side 13 i dette nummer af Firmaidræt.

Den anden del af DFIF's virksomheds-trim er en mere praktisk del, hvor DFIF sammen med Odense Universitet, skal organisere tilbud til danske virksomheder,

offentlige som private, tilbud om udarbejdelse af en motionsprofil på den pågældende virksomhed samt et tilbud om instruktørtimer som opfølgning på motionsprofilen.

### Motionsprofil afdækker ønsker og behov

Hensigten med en motionsprofil er, at afdække de ansattes behov og ønsker omkring motion og samvær samt vurdere mulighederne ud fra arbejdssted, arbejdsforhold og nærmiljø. Profilerundersøgelsen vil typisk være en kombination af spørgeskema, interview og en fysisk vurdering af forholdene på og omkring virksomheden. Ud fra undersøgelsen vil der blive udarbejdet en rapport som vil opstille praktiske forslag til udvikling af motionsprogrammer, tilegnet den enkelte virksomheds ønsker og økonomiske formåen. Den enkelte virksomhed kan selv afgøre på hvilket trin og hvor meget den vil satse på virksomheds-trim.

### Instruktør-hjælp

Tilbuddet om instruktører vil blive dækket af veluddannede instruktører primært fra Institut



for Idræt, Odense Universitet, som igennem deres uddannelsesbaggrund vil være i stand til, at tilbyde en varieret form for motionsaktiviteter til gavn for de ansattes fysiske velvære såvel som de ansattes sociale og personlige ressourcer.

I det lokale miljø vil instruktører fra sammenslutningen kunne tilbyde timer i specifikke idrætsdiscipliner, hvis behovet går i den retning.

### Eksempler på virksomheds-trim

Eksemplerne på virksomheds-trim kan være mangeartede, men det er vigtigt at præcisere, at den lokale sammenslutning hvortil virksomheden naturligt henhører, bliver holdt orienteret om de forskellige tiltag projektet sætter i værk.

Virksomheds-trim kan være:

- Ønske om afholdelse af to årlige aktivitetsdage for virksomhedens ansatte og deres familier. Projektet kan til dette formål tilbyde et aktivitetsprogram med rekvisitter og instruktører.

- Ønske om en ugentlig motionsaktivitet i virksomhedens kantine. Projektet kan tilbyde et aktivitetsprogram med instruktør og rekvisitter samt evt. et kursusforløb for enkelte medarbejdere, som senere vil være istand til at overtage instruktionen på virksomheden.

- Ønske om indstilling af motionsrum. Projektet vil kunne vejlede om indkøb samt tilbyde instruktører og kursusforløb i brugen af motionsrummet.

- Ønske om deltagelse i turneringer, eksempelvis fodbold eller bowling. Projektet vil her kunne formidle kontakten til den eksisterende lokale sammenslutning. Derudover kan sammenslutningen søge DFIF's Regnbuen om virk-



Mange virksomheder har allerede tilbud om deltagelse i bowlingturneringer til deres medarbejdere.

Foto. Jørgen Hjort.

somhedstrim tilskud på op til kr. 10.000 for eventuelle idrætslige tiltag overfor virksomheden i regi af sammenslutningen.

### Projektets arbejdsmetoder

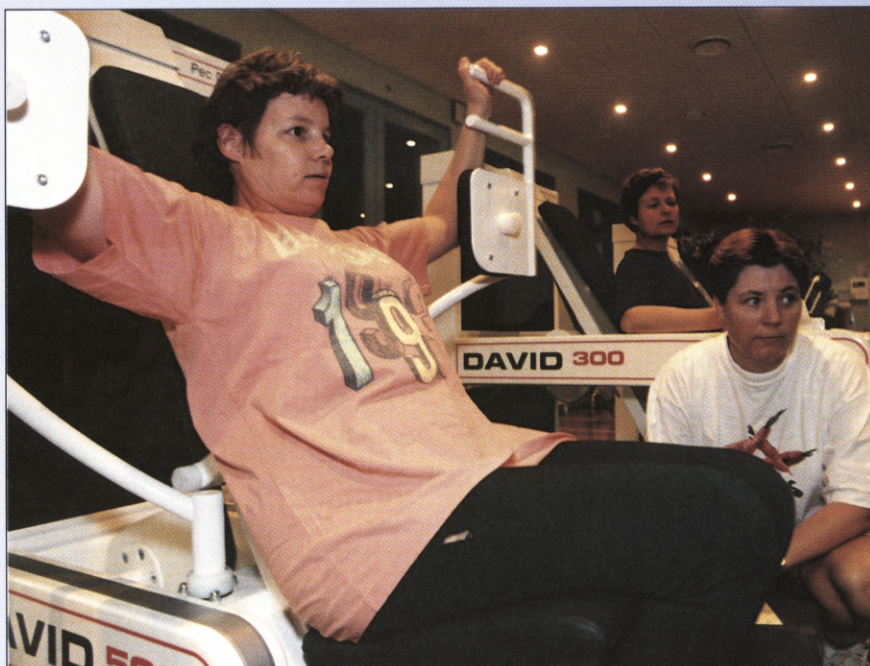
Projektet har nedsat en styregruppe bestående af lektor ved Odense Universitet Finn Berggren og aktivitetskonsulent Bo Isaksen. I forbindelse hermed er Finn Berggren frikøbt fra Odense Universitet i en periode i 1996 til at løse opgaven. Styregruppens arbejdsopgaver bliver at varetage:

- udarbejdelse af motionsprofiler
- opfølgning omkring motionsprofiler

- udarbejdelse af forslag til videre forløb på virksomheden
- stille instruktører til rådighed for virksomheden
- efter-/videreuddanne instruktører gennem 2 årlige træf
- udarbejde info-materiale
- evaluere og evt. opfølge virksomhedens motionstilbud
- deltage i debatten omkring motion og miljø på arbejdspladsen gennem skriftlige og mundtlige indlæg.

- deltage på internationale konferencer og seminarer om emnet.

Dansk Firmaidrætsforbund i Nyborg bliver sekretariat for styregruppen og projektet. Hele projektet vil for godt 2/3's vedkommende blive forsøgt finansieret ved eksterne fonde, mens DFIF vil indgå med en underskudsgaranti og de resterende 1/3 af det samlede budgetterede beløb på kr. 345.000,- . Aflønningen af instruktører samt udfærdigelsen af motionsprofilen, vil blive afholdt af den pågældende virksomhed.



Projekt virksomheds-trim vil kunne vejlede om indkøb og installation af et motionscenter på virksomheden.

Foto. Niels Nyholm.

# Motion og trivsel på arbejdspladsen

**Motion på arbejdspladsen er ikke et tilfældigt modelune. To forskere fra Odense Universitet har undersøgt 700 fynske virksomheders motionstilbud.**

Denne artikel bygger på en undersøgelse af aktivitetstilbud og motionsfaciliteter på fynske arbejdspladser. Undersøgelsen omfatter ca. 700 offentlige og private arbejdspladser med mere end 20 ansatte. Det er den første danske registrering og beskrivelse af motion på arbejdspladsen i et helt amt.

## Baggrund for undersøgelsen

Motion på arbejdspladsen er ikke et tilfældigt modelune. Ideen er stærkt forankret i sundhedspolitiske tanker og strategier. Motion er et af de anbefalede redskaber til en forbedret sundhedstilstand, ikke kun fysisk men også psykisk og socialt. Hensigten er at få såvel den offentlige som den private arbejdsgiver til at forstå, at det at skabe sundhedsfremmende miljøer er et klogt valg og en fornuftig beslutning for arbejdsstedet.

Motion på arbejdspladsen er imidlertid ikke en mirakelkur, der kan klare al verdens problemer. Motion alene - eller i samspil med andre sundhedsfremmende områder - vil kun få en virkning, hvis arbejdspladsen sideløbende sørger for, at alle de ergonomiske og



*Odense Kommune har etableret et sundheds- og undervisningscenter, hvor ca. 2000 ansatte dyrker motion.*

ikke alene af stat, amt og kommune, men også ved personlig indsats støttet eksempelvis af arbejdspladsen. Forebyggelsesprogrammet fremhæver behovet for, at der udvikles nye muligheder for fysiske aktiviteter og motion i boligområderne og på arbejdspladserne.

I Sundhedsministeriets handleplan fra 1993 om forebyggelse af muskel- og skeletsygdomme, der

betegnes som et af de fem vigtigste sundhedsfremmende indsatsområder, fremgår det tilsvarende, at der er behov for etablering af motions- og fitnessrum på virksomheder - gerne med installation af apparatur, som kan måle belastninger i muskler og skelet samt risikovurdere disse. Professionelle instruktører skal tilknyttes motionsrummet med henblik på at give instruktion i træningsprogrammer.

## Motion på arbejdspladsen

Slutningen af 80'erne indvarslede en skelsættende ændring i den bevidste udnyttelse af fysisk aktivitet/motion på arbejdspladsen som et sundhedsfremmende indsatsområde.

Firmaer der specialiserede sig i at sælge færdigpakkede løsninger

Af Finn Berggren og  
Thomas Skovgaard  
Institut for Idræt, Odense  
Universitet.  
Foto. Niels Nyholm.

fysiske arbejdskrav er opfyldt.

## Overordnede danske sundhedsstrategier

Inspireret af verdenssundhedsorganisationen WHO's strategi "Sundhed for alle år 2000" udkom Regeringens Forebyggelsesprogram i 1989. Heri understreges, at det sygdomsbehandlende eller sundhedsfremmende system i traditionel forstand ikke giver tilstrækkelig grundlag for forebyggelse. Det forebyggende arbejde er i virkeligheden en omfattende opgave, der bør varetages bredt,

med opsætning af motionsapparatur og tilbud om instruktøruddannelse havde vind i sejlene. Kendte virksomheder som Grundfos, Danfoss og Novo Nordisk kom i medierne med deres motionstiltag. Et stort sundhedsprojekt, hvor motion var et af indsatsområderne, blev igangsat på LEGO initieret af Sundhedsstyrelsen i samarbejde med Tobaksskaderådet, Levnedsmiddelstyrelsen og Hjertereforeningen.

De amtslige og kommunale arbejdspladser deltog også. Vejle Amt's Forebyggelsesråd og Hjertereforeningen søsatte eksempelvis i 1989 det meget idérige projekt "Vejle Amt - et hjerteamt", og Odense Kommune satte en undersøgelse i gang om sammenhængen mellem motion og forebyggelse af skader i bevægeapparatet hos plejepersonalet. Resultatet af denne undersøgelse - "Det batter" - afspejles i dag i et kommunalt sundheds- og undervisningscenter, hvor ca. 2000 ansatte dyrker motion.

### Fynske arbejdspladser med motionsfaciliteter

Knap 3% - i alt 20 - af de undersøgte arbejdspladser har på undersøgelsestidspunktet, januar 1994, etableret motionsfaciliteter, der står til rådighed for de ansatte. Dette tal udgør 7%, såfremt vi kun tager højde for private arbejdspladser med 100 ansatte eller derover.

Der er ingen data fra andre danske amter vedrørende udbredelsen af



## De 12 bud

**Finn Berggren og Thomas Skovgaard opstiller en række betingelser, der er nødvendige for, at motion på arbejdspladsen kan blive en succes:**

1. En klar beskrivelse af hensigt og mål med motion på arbejdspladsen.
2. En afklaring af interesse, behov og ønsker for motion hos de ansatte.
3. Nødvendige ressourcer fra ledelsesside, såvel økonomiske som personale- og lokalemæssige.
4. Effektiv markedsføring af hensigt og mål med motion på arbejdspladsen dels i forbindelse med igangsætning af projektet og dels som redskab til at fastholde en høj grad af deltagelse.
5. Effektiv organisering og administration af motions-tilbudet og -faciliteter.
6. Kvalificerede instruktørers medvirken i udformning af programmer og i varetagelse af undervisningen på inspirerende vis.
7. Et bredt udbud af motionsaktiviteter, der er lystbetonede og indholdsrigt, og som motiverer til fortsat deltagelse.
8. Synlig deltagelse og inddragelse af ledelse og ansatte på alle niveauer.
9. Procedurer for evaluering af de enkelte tilbud og af det generelle udbytte dels for den ansatte og dels for arbejdspladsen.
10. Fortløbende informere ledelse og ansatte om omfang og effekt af motion på arbejdspladsen.
11. Udnytte motionsfaciliteterne som rekreativt tilbud til de ansattes familie og til pensionerede medarbejdere.
12. Samarbejde med nærliggende virksomheder om instruktører og faciliteter, såfremt arbejdspladsen ikke kan eller ikke ønsker at klare opgaven alene.

Arbejdspladserne tilbyder de traditionelle motionsformer. 95 % tilbyder styrketræning og 58 % tilbyder gymnastik eller aerobic.

motionsfaciliteter på arbejdspladserne, som denne undersøgelses resultater kan sammenlignes med. Derimod kan der trækkes en parallel til udenlandske undersøgelser. I USA har 36,6% af alle arbejdspladser - med mere end 100 ansatte - motionsfaciliteter. De store procentuelle forskelle mellem de amerikanske data og resultaterne fra Fyn kan skyldes, at amerikanske arbejdspladser har en særlig interesse i at understøtte alle initiativer, der kan fremme de ansattes sundhed og trivsel. De amerikanske virksomheder er i vid udstrækning økonomisk involveret i dækningen af udgifterne til medicin og sygeforsikringer for de ansatte.

Der findes større lighedspunkter mellem fynske og canadiske arbejdspladser. 5,2% af alle canadiske arbejdspladser - med mere end 100 ansatte - havde i 1988 sundhedsfremmede motionstilbud. Canadiernes eget bud er, at dette tal i 1996 vil være steget til 25%.

### Færre sygedage

De to væsentligste formål med etableringen af motionsfaciliteter på fynske arbejdspladser har været "at tilfredsstille medarbejdernes

Fortsettes næste side...

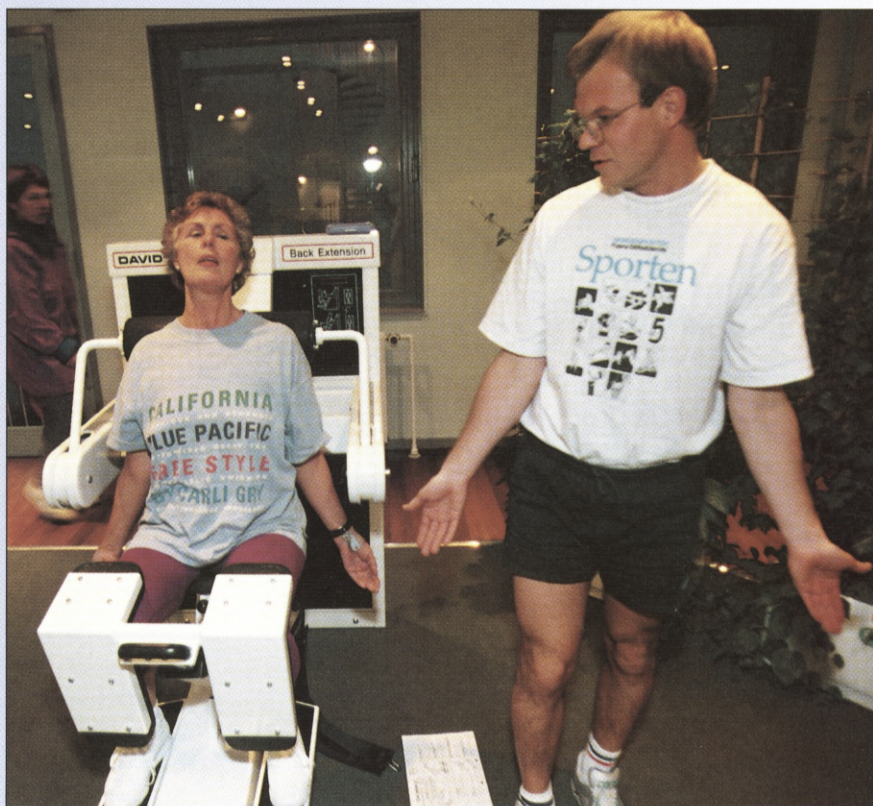
*Et veluddannet instruktørkorps øger mulighederne for, at motionsaktiviteterne bliver en varig succes.*

ønsker" og "at mindske antallet af sygedage". Med hensyn til det sidstnævnte angiver henholdsvis 36,4% af de offentlige og 11,1% af de private arbejdspladser dette formål. Indtil nu har ingen dansk undersøgelse dog påvist en statistisk sikker positiv sammenhæng mellem deltagelse i motionstilbud på arbejdspladsen og mindsket sygefravær. Dette forhold skyldes muligvis, at forsøgsperioderne i Danmark har været af for kort varighed. Det bør fremhæves, at der foreligger flere undersøgelser i Sverige, Canada og USA, der påviser ovennævnte sammenhæng. Disse undersøgelser viser endvidere, at indgår tilbuddet om motion som ét af flere sundhedsfremmende initiativer (eksempelvis i samspil med vejledning vedrørende kost, rygning og stress) øges den positive sammenhæng.

### Tilbyder traditionelle motionsformer

Arbejdsgiverne på fynske arbejdspladser (både de offentlige og de private) med mindre end 500 ansatte markerer sig på to væsentlige områder. For det første er de eneansvarlige for finansiering af motionsfaciliteter på 60% af de "motionstilbydende" arbejdspladser, og for det andet er de også i højere grad indstillet på at dække de årlige driftsomkostninger. Dette forhold kan skyldes en større åbenhed over for medarbejdernes ønsker vedrørende personalepleje og en forståelse af værdien af et velfungerende fysisk og psykisk arbejdsmiljø. Holdningen hos disse arbejdsgivere kan også skyldes en realistisk vurdering af, at de økonomiske udgifter, der er forbundet med etablering af motionsrum, er af et sådant omfang, at medarbejderne ikke alene har økonomisk mulighed for at realisere ideen.

Undersøgelsen viser, at



arbejdspladserne udbyder de traditionelle motionsformer. 95% tilbyder styrketræning og 58% tilbyder gymnastik/aerobic. På de arbejdspladser, der tilbyder flere aktivitetsformer, er det naturligt nok de to nævnte aktivitetsformer, der oftest er kombineret. Denne kombination af styrketræning og gymnastik/aerobic findes på 42% af de arbejdspladser, der tilbyder mere end én aktivitet.

### Instruktøren - en undervurderet faktor

Hvorvidt arbejdspladsen bør ansætte veluddannede instruktører til undervisning i motion og måske endog aflønne dem, har i de senere år været livligt diskuteret. Den fynske undersøgelse viser, at den private sektor er mere tilbageholdende med at ansætte og lønne uddannet personale end den offentlige. Denne tilbageholdenhed kan give anledning til bekymring. Efter vor opfattelse har arbejdspladser med veluddannede instruktører langt bedre mulighed for at stille krav til disse og samtidig udbyde en bredere vifte af motionsaktiviteter, således at flest mulige ansatte fornemmer, at der også er et attrak-

tivt tilbud til dem. Den dygtige instruktør kan inddrage aktiviteter, der rækker ud over de fysiske mål, og som indvirker på psykosociale forhold såvel under træningen som under det daglige arbejde. De nævnte kvaliteter ved et veluddannet instruktørteam vil øge mulighederne for, at motionsaktiviteterne bliver en varig succes, der kan bidrage til en forbedret personalepleje.

### Samarbejde med DFIF

En fjerdedel af de arbejdspladser, der indgår i undersøgelsen, angiver et samarbejde med DFIF. Dette samarbejde drejer sig imidlertid ikke om de motionstilbud, der har været nævnt i denne artikel. Der ligger dog stadigvæk efter vor vurdering en stor og spændende opgave for DFIF i at stimulere den positive udvikling, der peger hen mod en øget udbredelse af sundhedsfremmende og trivselsskabende motionstilbud på danske arbejdspladser.

*Kilde: Finn Berggren og Thomas Skovgaard: Aktivitetstilbud og motionsfaciliteter på fynske arbejdspladser. Odense Universitetsforlag, juli 1995.*

# Konference om Virksomheds-trim

**Sundhed og velvære gennem motion og samvær på arbejdspladsen.**

**D** FIF og Institut for Idræt, Odense Universitet vil i fællesskab sætte fokus på sundhed og velvære gennem motion og samvær på arbejdspladsen. Konferencens arbejdsform vil bestå af cases omkring forskellige virksomheders praktiske erfaringer med virksomheds-trim og dels teoretiske oplæg fra udenlandske og indenlandske personer med erfaring og viden omhandlende emnet. Konferencen vil også tilbyde en praktisk del, hvor deltagerne på deres egen krop kan opleve, hvad den teoretiske snak går ud på.

Konferencen vil samtidig løfte sløret for et fælles projekt omkring virksomheds-trim mellem Institut for Idræt Odense Universitet og Dansk Firmaidrætsforbund. Projektet går i sin enkelthed ud på, at tilbyde interesserede virksomheder en undersøgelse af deres ansattes behov og ønsker om motion og samvær samt tilbyde kvalificerede igangsættere af motion og trivsel til arbejdspladsen.

Konferencen finder sted tirsdag den 16. og onsdag den 17. januar 1996 på Hotel Nyborg Strand. Prisen for at deltage bliver kr. 500, og sidste frist for tilmelding, der foregår til forbundskontoret, bliver den 18. december. Yderligere oplysninger om DFIF's konference om Virksomheds-trim fås ved henvendelse til forbundskontoret, tlf. 65 31 65 60, spørg efter Bo Isaksen.

## Program for DFIF's konference om virksomheds-trim

### Tirsdag den 16. januar 1996.

Kl.11.00 - 12.00 Ankomst og indkvartering på enkeltværelser på Hotel Nyborg Strand.

Kl. 12.00 - 13.00 Frokost med to lunetter og kaffe.

Kl.13.00 - 13.30 Konferencen åbnes officielt af formand for DFIF Tage Carlsen

Kl.13.30 - 14.30 - Historisk rids af udviklingen inden for motion og sundhedsfremme på arbejdspladsen ved lektor på Institut for Idræt, Odense Universitet Finn Berggren.

- DFIF's rolle i sundhed og motion på arbejdspladsen ved aktivitetsskulent i DFIF Bo Isaksen.

Kl.14.30 - 15.00 - Kaffe/the

Kl.15.00 - 16.30

- Erfaringsoplæg om "Det Batter" i Odense. Direktør Aage Juhl, Magistratens 3. afdeling, Odense Kommune

- Erfaringsoplæg fra "Det Batter" ved centerleder Mette Marie Petersen

- Erfaringsoplæg ved Novo Nordisk

- Erfaringsoplæg fra Micro Matic ved Fmd. Fyns Kredsen Leif Sørensen.

Kl.16.30 - 16.45 - Omlædning

Kl.16.45 - 17.45 - Praktisk forløb i Hotel Nyborg Strands "motionsrum". Stud. scient. Charlotte Worm, Thomas Skovgaard og Line Beese Rasmussen

Kl.18.15 - 19.45 Festmiddag

Kl.20.00 - 21.00 - Opbygning af motion og trivsel på arbejdspladser i USA.

Direktør ph.d. Richard Keelor USA. Foredrag på amerikansk om opbygningen af forskellige fysiske aktivitetsprogrammer på amerikanske virksomheder, deres effekt og virkningsgrad på arbejdsmiljøet omkring den enkelte virksomhed. Richard Keelor er tidligere leder af præsidentens råd for fysisk aktivitet og sport. Han var initiativtager omkring opbygningen af fysisk aktivitet på arbejdspladsen i USA. I dag er han direktør for sit eget konsulentfirma, som rådgiver virksomheder om sundhedsfremme på arbejdspladsen.

Kl.21.30 - 22.30 - Kulturaften med underholdning af violinisten Kim Sjögren.

### Onsdag d.17.januar 1996

Kl. 7.30 - 8.30 - Morgenmad

Kl. 8.30 - 9.00 - Projekt "Virksomheds-Trim" ved lektor Finn Berggren og aktivitetsskulent Bo Isaksen, DFIF

Kl.9.15 - 10.00 - Foredrag om motion og trivsel på Saab-Scandia i Lindköping ved direktør Sture Malmgren, som idag er leder af et selvstændigt konsulentfirma med speciale i virksomheds-trim.

Kl.10.00 - 10.30 - Kaffe/the

Kl.10.30 - 11.00 - Foredrag om Norske erfaringer ved Hilde Grønningssæter.

Kl.11.00 - 11.10 - Sjøv motion

Kl.11.15 - 11.45 - Indlæg om DI og LO's holdning til motion og trivsel på arbejdspladsen.

Kl.12.00 - 13.00 - Frokost Ta' selv bord incl. kaffe.

Kl.13.00 - 13.40 - Sundhed, motionsvaner og livsværdier ved forskningsmedarbejder ved DIKE Cand. psych Mette Kjølner

Kl.13.40 - 14.15 - Ministeriel afrunding omkring sundheden, samværet og trivslens rolle på arbejdspladsen fremover i Danmark.

- Officiel afslutning ved formad for DFIF Tage Carlsen.

# Firmaerne bakker op om idrætten

Af John Thrane

**F**ra årlige familie- og motionsdage til faste tilbud om motion og idrætsaktiviteter på arbejdspladsen. Tilbudene er mange og forskellige. Firmaidræt har set på fire større virksomheder, der alle har en klar defineret holdning til virksomhedskultur, og som bruger idrætsaktiviteter som middel til at opbygge og vedligeholde det interne sociale netværk.

## Familie- og motionsdag på Danfoss

Den store sønderjyske virksomhed Danfoss startede i 1992 med at afholde en familie- og motionsdag. Det blev en succes, og er siden hen blevet en fast årlig tradition. Tilbudene er mangeartede, lige fra naturvandring og petanque, til familieidræt og fodbold.

På forespørgsel gik DFIF i 1994 ind i arrangementet med instruktører i familieidræt, krocket, petanque og pushball. Danfoss er vendt tilbage og har forespurgt om lignende hjælp til arrangementet i 1995.

Danfoss-direktør Jørgen M.

Foto: Jørgen Hjort



### Virksomhedstrim er et:

- Ønske om afholdelse af to årlige aktivitetsdage for virksomhedens ansatte og deres familier. Projektet kan til dette formål tilbyde et aktivitetsprogram med rekvisitter og instruktører.

Clausen lægger ikke skjul på, at Familie- og Motionsdagen er en kraftig saltvandsindsprøjtning til sammenholdet og korpsånden i virksomheden, og han lægger stor vægt på, at lederne også deltager i dagen. Der blev således arrangeret

en pushball-kamp mellem tillidsrepræsentanter og ledere.

- Det primære formål er at være sammen og have det hyggeligt og sjovt med hinanden. De fleste af os tager ikke skade af at få rørt musklerne, og lidt konkurrence er heller ikke at kimse af, understreger Jørgen M. Clausen.

## Raackmann i Horsens

Inspireret af familie- og motionsdagen på Danfoss henvendte Danisco Flexible Raackmann i Horsens sig til DFIF og forespurgt om hjælp til at få gang i et lignende arrangement. Idrætsforeningen på Raackmanns havde sørget for lån af baneanlæg hos Horsens Firma Idræt ligesom der var arrangeret fælles-spisning om aftenen.

Aktivitetsprogrammet med rekvisitter og instruktør blev stillet til rådighed af DFIF, der sammensatte en alsidig aktivitetsdag på 5 timer med faldskærmslege og

### Virksomhedstrim er et:

Ønske om deltagelse i turneringer, eksempelvis fodbold eller bowling. Projektet vil her kunne formidle kontakten til den eksisterende lokale sammenslutning.

memoryspil til skumtennis, ultimate og pushball kamp.

- Vi forventer at gentage aktivitetssdagen næste år og ser frem til et endnu bedre fremmøde i 1996. Aktiviteterne var meget velvalgte og instruktøren var rigtig god til at få sat skub i deltagerne, fortæller Inge Lyshøj fra Raackmanns, der var en af initiativtagerne til aktivitetssdagen.

## Motionsrum for medarbejderne

På Jyske Slagterier i Skive er man gået en anden vej. Her er man blevet enige om indretning af et motionsrum for medarbejderne. I samarbejde med Skive og Omegns Firma Idræt (SOFI) er DFIF gået ind med vejledning og opstart af aktiviteter i motionscentret. I samarbejde med fællestillidsmanden har DFIF udviklet et lokalt kursus omkring opvarmning, øvelser i vægttræningsudstyr, afspænding og træningsorganisation. I takt med behovet vil kurset blive fulgt op af flere, således at der hele tiden vil være tilstrækkelig med uddannede instruktører i motionsrummet.

I forbindelse med kurset på Skive Slagteri og et tilsvarende kursus på Micro Matic i Odense har DFIF udarbejdet et kompendium omkring opvarmning, afspænding og træningsøvelser til motionsrum.

I forbindelse med kurset fik SOFI mulighed for at oplyse om de forskellige muligheder slagteriarbejderne havde for aktiviteter i den lokale firmaidrætssammenslutning.

## Micro Matic i Odense

På den odenseanske virksom-

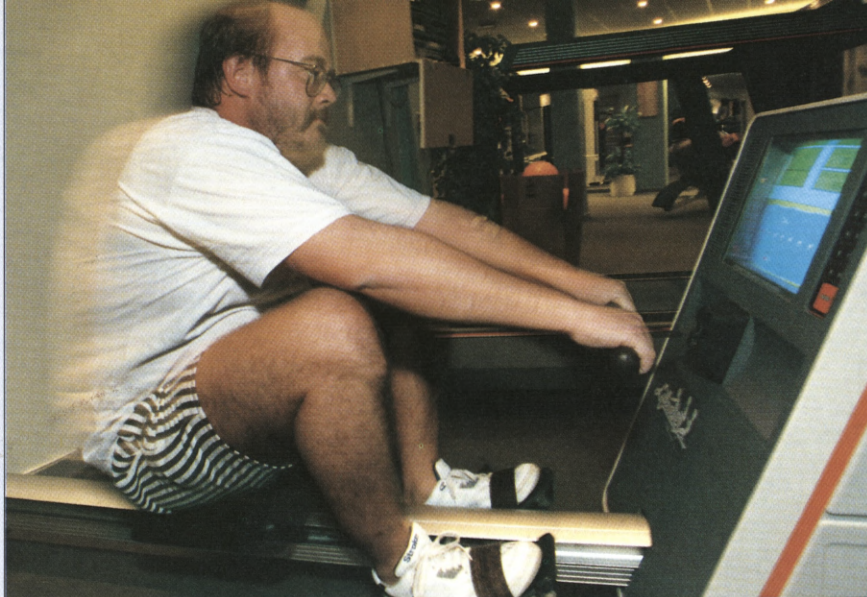


Foto: Niels Nyholm

hed Micro Matic har man ledelsens fulde opbakning omkring de aktiviteter som firmaidrætsklubben tilbyder medarbejderne. Klubben fik for et par år siden stillet et klublokale til rådighed på fabrikken, og her findes i dag et fuldt udstyret motionscenter med 18 forskellige vægttræningsredskaber. Der er samtidig plads til at dyrke aerobic, billard, bordtennis og dart og der er også solarium og bade faciliteter.

Klublokalet er åbent døgnet rundt, fordi en stor del af medarbejderne på odense-virksomheden arbejder i tre-holdskift. Er du medlem af firmaklubben, får du ganske enkelt et nøglekort, så du kan komme ind på alle tider af døgnet.

- Udover aktiviteterne i klublokalet bruger medlemmerne også aktivitetstilbudene i FKS-Odense, hvor vi deltager i fodbold, badminton, dart, skak og skydning, fortæller formanden for firmaklubben Leif Sørensen, der har været foregangsmand i opbygningen af motionscentret.

## Virksomhedstrim er et:

- Ønske om indstilling af motionsrum. Projektet vil kunne vejlede om indkøb samt tilbyde instruktører og kursusforløb i brugen af motionsrummet.

- Søgningen til motionscentret var meget stort i starten, men efterhånden dalede interessen, p.g.a. for lidt kendskab til øvelsesvalg og for lidt socialt samvær omkring vægttræningsmaskinerne, fortæller Leif Sørensen.

- Det forsøger vi nu at rette op på ved at afholde kurser i anderledes personalemotion, der er bygget op omkring boldspil, gymnastik, løb og træning i motionscentret, ligesom vi arbejder på at finde en instruktør, som kan komme og køre aktiviteter for medlemmerne.

- Jeg vil gerne gå ind og købe instruktørtimer til klubmedlemmerne, for det er vigtigt at de får den rigtige velkvalificerede instruktion fra starten, så de kan benytte maskinerne fuldt forsvarligt, siger Leif Sørensen.



Foto: Steffen Røjskjær



## Virksomhedstrim er et:

- Ønske om en ugentlig motionsaktivitet i virksomhedens kantine. Projektet kan tilbyde et aktivitetsprogram med instruktør og rekvisitter samt evt. et kursusforløb for enkelte medarbejdere, som senere vil være istand til at overtage instruktionen på virksomheden.



# Glade ansigter i Danmark-Stafetten

**Mange familiehold blandt de 65 hold til det hyggelige arrangement i Vognsbølpar-ken i Esbjerg.**

Af Preben Nielsen.  
Foto. Hans Chr. Gabelgaard

**L**okalarrangørerne fra Esbjerg Firmaidræt og Esbjerg Motion havde sat næsen op efter over 100 deltagende hold i den 10. udgave af Byernes motionsløb Danmark-Stafetten søndag den 13. august i Vognsbølpar-ken. Så mange kom der imidlertid ikke til firmaidrættens landsdækkende arrangement, for EFI og Esbjerg Motion måtte nøjes med 65 hold, eller to færre end i 1994.

Af de 65 hold blev de 14 tilmeldt på selve løbsdagen. De 65 hold svarer til, at ca. 250 løbere var ude på enten 5,9 km eller 4,6 km for skoleeleverne.

## Fem mælke-hold

Kløver Mælk fra Esbjerg var det firma, som stillede op med flest hold, nemlig fem i mixrækken.

- Da jeg begyndte at arbejde på mejeriet, var der kun ganske få løbere på Kløver Mælk, så det er dejligt, at vi kunne samle en snes til Danmark-Stafetten i år, fortæller den 32-årige Allan Nielsen.

## Debut i stafetten

Allan Nielsen har tidligere været med i en del motionsløb, bl.a. Vestkystløbet, men det var første gang, han stillede op i Danmark-Stafetten. En af de ældste deltagere var den 63-årige tidligere landsholdsløber i maraton, Ejnar Madsen fra Esbjerg Motion. Han stillede op sammen med tre kvinder fra Esbjerg Motion og viftede livligt med Dannebrog, da han storsmilende og under taktfaste klapsalver passerede målstrengen.

## 73 maratonløb

Den 17. september løber Ejnar Madsen sit livs maratonløb nr. 74 (Bro-maraton over både den nye og gamle Lillebæltsbro), så han ser allerede nu frem til jubilæums-løb nr. 75 i næste sæson på den 42 km og 195 meter lange strækning.

Ejnar Madsen træner tre gange

om ugen mellem 14 og 21 km.

Også en anden 63-årig imponerede under Danmark-Stafetten. Det var tidligere leder af Færdselspolitiet i Esbjerg, Arne Klausen, som endnu engang beviste, at han er hurtigere end mange klart yngre løbere.

## Ikke skuffet

Blandt deltagerne var der flere familiehold. Det gælder bl.a. de meget flittige løbere fra Ribe, Mads Ejbye-Ernst, konen Dorthe og de to sønner Anders og Jakob.

- At der kun kom 65 hold vil jeg ikke spekulere så meget over. Det var langt vigtigere for både EFI og Esbjerg Motion, at vi så mange glade ansigter i Vognsbølpar-ken, og at vi fik masser af ros for et hyggeligt arrangement med afslappede deltagere, siger formanden for Esbjerg Firmaidræt, Jens Lykke.

Hos skoleholdene var der tre hold med fra Esbjerg Realskole og et enkelt fra Næsbyerg Skole, så nu har Esbjerg Realskole vundet pokalen som største skolehold 10 år i træk.



Dårlig økonomi har sat idrætslivet i Litauen skakmat. DFIF bidrager med erfaring og viden om den danske model for foreningsdannelse, som kan lette arbejdet med at genopbygge idrætslivet.

Af Sannie Kalkerup og  
Henning H. Jensen  
Forbunds konsulenter, DFIF

**B**esøget i Litauen var støttet af Kulturministeriets Østeuropapulje, og hovedformålet var at afvikle et to-dages forenings- og lederseminar for idrætsledere med tilknytning til "Zalgoris", der primært organiserer firmaidrætten i Litauen. Der blev også tid til at besøge klubber og foreninger, for at få et indtryk af på hvilket stade idrætten befinder sig i den tidligere Sovjetrepublik.

Hovedemnet var de organisatoriske problemer som idrætten i Litauen i dag står overfor, og hvordan de kan løses. Hvilke krav stilles der til en frivillig idrætsleder, og hvordan kommer man igang med en foreningsdannelse?

Vi fornemmede, at forventningerne hos vores værter gik i retning af, at vi kom med de magiske ord der kunne rette op på økonomien, og de kunne nøjes med at sidde tilbagelænet og suge til sig, og derefter tage hjem i foreningen og sætte gang i idrætsaktiviteter.

Gennem oplæg og gruppearbejde fik vi debatten og forventningerne afbalanceret, således at spørgsmålet om at udvikle foreningslivet ikke kun omhandlede økonomien.

### Idrætsanlæggene forfalder

I Litauen har der hidtil været en tradition for at dyrke idræt gennem arbejdspladsen mere eller

# Litauen - afvikling og udvikling



På atomkraftværket Ignalina findes en stor idrætsforening der har et af de få velholdte idrætsanlæg i Litauen. Foto: Sannie Kalkerup.

mindre frivilligt. Virksomheden sørgede for faciliteter og lønnet idrætsleder til igangsætning af aktiviteter. Efter selvstændigheden har man oplevet en tilbagegang i aktive idrætsudøvere. Virksomhederne har ikke ansat så mange idrætsledere som tidligere, og idrætsanlæggene forfalder på grund af manglende vedligeholdelse. Den danske tradition med frivillige ledere, der går sammen om igangsætning af aktiviteter og vedligeholdelse af faciliteter, er et ukendt begreb. Det er det største problem i dag i Litauen!

Seminaret fik afdækket hvad lederne havde af ønsker til et foreningsliv. De litauiske idrætsledere var enige om, at hvis de formår at danne netværk og tage initiativer, vil seminaret kunne danne grund for hvilken retning foreningslivet skal tage i fremtiden.

### Ønsker om uddannelse

Udover at skabe de økonomiske rammer og etablere idrætsfaciliteter, ville man gerne igang med stævneaktivitet, turneringer o.s.v. Uddannelse af ledere og instruktører

står også højt på ønskesedlen, samt oplysningsarbejde omkring foreningsdannelse. Hvad man prioriterede højest var en anden sag. Skulle man skaffe penge først og dernæst lave aktiviteter - eller omvendt? Her var man lidt mere uenige. Vi fandt det uhyre vigtigt at gøre opmærksom på at vores argumenter skulle bruges som eksempler på hvordan man kunne gøre, og ikke hvordan man skulle gøre. Litauerne skal selv tage beslutninger om, hvordan de vil have det.

### Tæt på år 0

Idrætten i Litauen i dag er tæt på år 0. Opgaven i de kommende år vil være at få besluttet i hvilken retning man skal gå. Hvordan skal foreningerne opbygges, og hvor tager vi fat først? DFIF har her en stor opgave med at bidrage med erfaring og viden, som kan lette arbejdet for det betrængte idrætsliv i Litauen.

Fra den 4.-10. september tager DFIF imod en delegation af idrætsledere fra Litauen, der på en inspirationsrejse rundt i Danmark skal stifte bekendtskab med hvorledes dansk foreningsarbejde er organiseret.

Af John Thrane

# Test-sammen-slutninger søges

**E**DB-gruppen søger test-sammenslutninger. Bare rolig, det er ikke sammenslutningerne der skal testes, men derimod de nye EDB-programmer, som gruppen gerne vil have gennemtestet, inden de sendes på "markedet".

- Vi forventer naturligvis, at programmet er fejlfrit, men vi behøver hjælp fra sammenslutningerne for at få det testet i daglig brug, siger IT-konsulent Steen Storland.

Så hvis du står og mangler et godt EDB-program eller ønsker at udskifte det nuværende, så er chancen der nu. Interesserede skal blot kontakte Steen Storland på forbundskontoret, der så vil koordinere og samle ønsker og krav sammen.

- Det er vort mål, at finde 10 sammenslutninger der vil være med til at teste programmet, og at testfasen kan starte til november 1995. Vi vil selvfølgelig være behjælpelig med opstart og uddannelse, ligesom vi vil følge meget tæt op på den dagligdags brug af systemet, lover Steen Storland.

## Tæt på leverandør valg

EDB-gruppen er nu meget tæt på at have udvalgt en leverandør, der kan levere et EDB-program, som sammenslutningerne kan benytte, afslører Steen Storland. Han kan dog endnu ikke sige noget om økonomien for de enkelte sammenslutninger. Det afhænger af de videre forhandlinger med leverandøren.

- De administrative rutiner og medlemsregistreringen er næsten standard i alle programmer, hvorefter der omkring stævnetilrettelse skal omprogrammeres en del for at få opfyldt vore krav til programmet.

- Der forestår derfor endnu nogle forhandlinger inden aftalen er endeligt på plads, så jeg kan endnu ikke fortælle hvilken leverandør og hvilket program, der bliver tale om, men alt tyder på, at vi kan overholde tidsplanen og have en prototype færdig til november, siger Steen Storland.

Med en prototype menes, at de administrative rutiner, medlemsregistrering og stævneprogrammer til fodbold er færdig. Dart og badminton følger umiddelbart efter.

## Fokus på brugervenlighed

EDB-gruppen har fokuseret meget på brugervenligheden af programmet, og mener at der er fundet det helt rigtige. Og bare faciliteterne omkring medlemsregistrering er sød musik i enhver kasserers øre.

- Programmet sikrer, at alle personer der deltager i aktiviteter,

kan registreres som medlemmer. Det betyder flere medlemmer, hvilket betyder højere tilskud fra kommunen, højere tilskud fra DFIF og flere kontingentkroner i kassen, fortæller Steen Storland.

Programmet skal også gøre det nemt hvert år at udskrive de standardindberetninger, der skal sendes til kommunen og idrætsorganisationer, hvilket betyder, at man ved en enkelt procedure kan få lavet det arbejde, der tidligere tog mange timer. Alle data der er lagret i de gamle systemer, kan i vid udstrækning genbruges, således at man ikke skal indtaste alle oplysninger en gang til.

- Det har været et nøglepunkt for os, at data kun skal registreres én gang, og at man derefter kan genbruge dem forskellige steder i systemet, siger Steen Storland. □

## Promotion T-shirt



Anette og Kim fra forbundskontoret er allerede nu trukket i Åbent Hus T-shirten og viser her Åbent Hus plakaten frem. Alle Åbent Hus arrangører har modtaget 10 stk. af T-shirten gratis.

Vær allerede nu med til at skabe opmærksomhed for Åbent Hus dagen i september - og bliv smart i en 100 % ren bomulds T-shirt med flot tryk - pris 50 kr. T-shirten fås i i str. L, XL og XXL, og bestilles på tlf. 65 31 65 60 eller fax. 65 30 14 26.

# Åbne stævner 1995/96

Fra 1. oktober 1995 til 31. september 1996

## Badminton

|           |             |            |           |             |            |
|-----------|-------------|------------|-----------|-------------|------------|
| 28. & 29. | Oktober 95  | Aabenraa   | 21. & 22. | Oktober 95  | Tønder     |
| 04. & 05. | November 95 | Odense     | 28. & 29. | Oktober 95  | Kolding    |
| 11. & 12. | November 95 | Sønderborg | 04. & 05. | November 95 | Haderslev  |
| 18. & 19. | November 95 | Fredericia | 11. & 12. | November 95 | Sønderborg |
| 25. & 26. | November 95 | Esbjerg    | 25. & 26. | November 95 | Fredericia |
| 10. & 11  | Februar 96  | Svendborg  | 13. & 14. | Januar 96   | Nyborg     |
| 24. & 25. | Februar 96  | Sønderborg | 10. & 11. | Februar 96  | Esbjerg    |
| 13. & 14. | April 96    | Sønderborg | 17. & 18. | Februar 96  | Haderslev  |

## Billard

|           |            |                      |           |              |            |
|-----------|------------|----------------------|-----------|--------------|------------|
| 14. & 15. | Oktober 95 | Odense (pensionist). | 02. & 03. | Marts 96     | Sønderborg |
| 08. & 09. | Juni 96    | Odense               | 23. & 24. | Marts 96     | Aabenraa   |
|           |            |                      | 27. & 28. | April 96     | Nyborg     |
|           |            |                      | 28. & 29. | September 96 | Bov        |

## Snooker

|           |         |         |
|-----------|---------|---------|
| 15. & 16. | Juni 96 | Faaborg |
|-----------|---------|---------|

## Bordtennis

|     |             |        |
|-----|-------------|--------|
| 19. | November 95 | Odense |
|-----|-------------|--------|

## Bowling

|            |             |            |
|------------|-------------|------------|
| 07. & 08.  | Oktober 95  | Aabenraa   |
| 28. & 29.. | Oktober 95  | Vejle      |
| 10. - 12.  | November 95 | Kolding    |
| 25. & 26.  | November 95 | Sønderborg |

## Dart

|          |            |           |
|----------|------------|-----------|
| 10. & 11 | Februar 96 | Svendborg |
| 09.      | Marts 96   | Kolding   |

## Fodbold inde

|           |             |                       |
|-----------|-------------|-----------------------|
| 04. & 05. | November 95 | Fredericia            |
| 05.       | November 95 | Bov                   |
| 11.       | November 95 | Kolding               |
| 11. & 12. | November 95 | Esbjerg               |
| 25.       | November 95 | Nyborg                |
| 13.       | Januar 96   | Kolding               |
| 02. - 04. | Februar 96  | Fredericia(stor bane) |
| 10. & 11  | Februar 96  | Svendborg             |

## Fodbold ude:

|           |           |            |
|-----------|-----------|------------|
| 17. & 18. | August 96 | Fredericia |
|-----------|-----------|------------|

## Håndbold inde:

|           |             |            |
|-----------|-------------|------------|
| 21.       | Oktober 95  | Sønderborg |
| 04.       | November 95 | Bov        |
| 10. & 11  | Februar 96  | Svendborg  |
| 25.       | Februar 96  | Bov        |
| 02.       | Marts 96    | Sønderborg |
| 20. & 21. | April 96    | Odense     |

## Håndbold ude:

|           |           |            |
|-----------|-----------|------------|
| 10. & 11. | August 96 | Fredericia |
|-----------|-----------|------------|

## Kegler

|           |              |          |
|-----------|--------------|----------|
| 30.       | September 95 | Bov      |
| 07. & 08. | Oktober 95   | Aabenraa |
| 14. & 15. | Oktober 95   | Esbjerg  |

## Motionsløb

|     |         |                    |
|-----|---------|--------------------|
| 02. | Juni 96 | Grindsted (Engsø)  |
| 09. | Juni 96 | Esbjerg (Vestkyst) |

## Pistol

|           |             |            |
|-----------|-------------|------------|
| 04. & 05. | November 95 | Middelfart |
| 04. & 05. | November 95 | Sønderborg |
| 09. & 10. | December 95 | Bramming   |
| 03. & 04. | Februar 96  | Odense     |

## Skydning 15 m

|           |             |            |
|-----------|-------------|------------|
| 07. & 08. | Oktober 95  | Aabenraa   |
| 21. & 22. | Oktober 95  | Kolding    |
| 04. & 05. | November 95 | Middelfart |
| 04. & 05. | November 95 | Sønderborg |
| 11. & 12. | November 95 | Esbjerg    |
| 25. & 26. | November 95 | Vejen      |
| 02. & 03. | December 95 | Tønder     |
| 09. & 10. | December 95 | Bramming   |
| 27. & 28. | Januar 96   | Vamdrup    |
| 03. & 04. | Februar 96  | Odense     |
| 10. & 11  | Februar 96  | Svendborg  |
| 10. & 11. | Februar 96  | Haderslev  |
| 17. & 18. | Februar 96  | Fredericia |
| 24. & 25. | Februar 96  | Grindsted  |
| 24. & 25. | Februar 96  | Aabenraa   |
| 13. & 14. | April 96    | Kolding    |

## Skydning 50 m

|              |           |            |
|--------------|-----------|------------|
| 31. maj & 1. | Juni 96   | Tønder     |
| 09.          | Juni 96   | Odense     |
| 22. & 23.    | Juni 96   | Fredericia |
| 17. & 18.    | August 96 | Middelfart |

## Volleyball

|     |            |     |
|-----|------------|-----|
| 14. | Oktober 95 | Bov |
| 11. | Februar 96 | Bov |

## 3 - kamp

|           |          |             |
|-----------|----------|-------------|
| 13. & 14. | April 96 | Vordingborg |
|-----------|----------|-------------|

Udarbejdet af Jan Steffensen  
Forbundskonsulent, DFIF.

# Ny DFIF-slagsang

Åbent Hus plakat indlagt i dette nummer af Firmaidræt. Tag den ud og hæng den op på opslagstavlen i kantinen.

Af John Thrane  
Foto. Jannik de Fries

Det store brag, som hedder firmaidrættens Åbent Hus den 17. september, nærmer sig med stormskridt. Det syder af aktivitet rundt omkring i landet hos de lokale arrangører. Indlagt dette nummer af Firmaidræt kan du finde en Åbent Hus plakat, og bag på plakaten er trykt en liste over alle lokalarrangører og hvor det lokale Åbent Hus arrangement finder sted. Plakaten kan du tage ud, og sætte op på opslagstavlen i kantine.

## Ny forbundsvideo

I de næste uger vil der fra DFIF's forbundskontor blive udsendt



DFIF'ere på vej over Sjælland blev "indfanget" og var kor da DFIF's nye slagsang "Firmaidræt" blev indspillet i et pladestudie i Ringsted.

materialer, der omhandler den nye forbundsvideo, der vil blive vist på alle Kanal Danmarks TV-stationer i uge 36 og 37. Videoen bliver naturligvis samtidig udsendt til alle sammenslutninger. På samme tidspunkt løber den landsdækkende annonsekampagne af stabelen. Annoncen vil blive udsendt til alle lokalaviserne sammen med en pressemeddelelse, der også udsendes til de lokale arrangører. Der vil hermed være en god lejlighed for de lokale arrangører til at få omtalt Åbent Hus dagen.

## Ny slagsang for DFIF

Kommer DFIF på den danske hitliste? Svaret får du i ugerne op til firmaidrættens Åbent Hus dag, hvor DFIF udsender en CD med forbundets nye slagsang. DFIF's PR-gruppe har nemlig med den nye slagsang valgt at markedsføre sig på en lidt utraditionel måde. Derfor har vi bedt Flemming Antony om hjælp. Hvem husker ikke landeplagen fra 1972, Rød-hvide farver, som var Danmarks første fodboldsang. Den stod Flemming Antony også bag.

## Sang på populær-hitliste

Resultatet er blevet en forrygende single-CD som bare sprudler af livsglæde, akkurat det som DFIF står for. Flemming Antony har indsunget en dansk version af den kendte Tequila-sang, som nu på

dansk er kommet til at hedde Firmaidræt.

Sangen findes i to versioner på CD'en. En til Dansktopfolket og en til de mere hårdtslående. Teksten er skrevet af Flemming Antony, og den fortæller om Firmaidræt på en enkelt og elegant måde.

CD'en rummer fire numre. De to andre er DFIF-sangen, "Vi er børn af sol og sommer". Dette nummer findes med sang og som rent playback, så publikum selv kan lære teksten og synge med.

CD'en er fremstillet i 1000 eksemplarer, og udsendes i uge 35 til de 200 lokalradioer i hele landet, til de landsdækkende TV og radio-stationer og udvalgte avisredaktioner. Alle DFIF's sammenslutninger, udvalg og kredse får naturligvis også CD'en tilsendt, så man kan spille den på Åbent Hus dagen og ved senere lejligheder.

## FamilieGuf

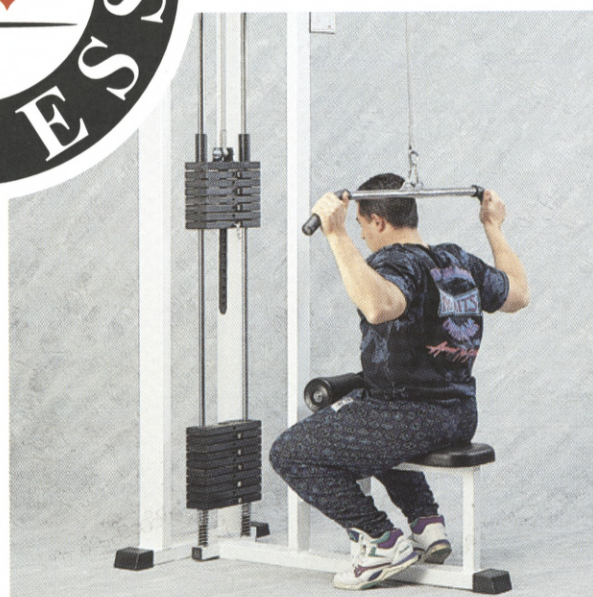
Forbundets PR-gruppe kan nu også præsentere en landsdækkende sponsor. Det er lakridsproducenten Malaco, der er på banen med 1,5 tons lakrids i de populære familieGuf-poser. Alle Åbent Hus arrangører tilbydes helt gratis en displaysokkel med tre kasser FamilieGuf, der kan bruges til uddeling blandt deltagerne eller som præmier i forbindelse med de forskellige aktiviteter. De mange kasser FamilieGuf udsendes i uge 37 direkte til arrangørerne fra Malaco.

**ÅBENT HUS**

Søndag d. 17. september 1995 mellem kl. 13.00 og 17.00  
Velkommen til en eftermiddag fuld af aktivitet og oplevelser. Vi glæder os til at hilse på dig, uanset om du er medlem eller ej. Åbent hus-dagen er en optakt til vores 50 års jubilæum i 1996. Der fejrer vi, at vi siden starten i 1946 har udviklet os til en bred og folkelig organisation med 225.000 aktivitetsmedlemmer fordelt på 7.000 arbejdspladser over hele Danmark. Vores idegrundlag er at stimulere interessen for idræt, motion og samvær gennem arbejdspladsen og familien. Dét, der tæller, er først og fremmest fællesskabet, de gode oplevelser og glæden ved motion. Med andre ord: det vigtigste er at deltage - for på den måde vinder vi alle. Kig forbi!

**DANSK FIRMAIDRÆTSFORBUND**

Åbent Hus annoncen



***I Badstuestræde 12 finder De det helt rigtige motionsudstyr både til hjemmebrug, til firmaets kondirum og til det allerstørste motionscenter.***

***Hos Saga Trim har vi handlet med motionsudstyr i over 15 år og har specialiseret os i indretning af motionsrum til firmaer, beboerforeninger, institutioner, hospitaler, skoler, idrætsklubber etc. Vi kan derfor tilbyde Dem den bedste vejledning i valg af udstyr, indretning og økonomi.***

***De er velkommen til at bestille et uforbindende konsulentbesøg, hvor vi sammen kan finde frem til det udstyr der dækker Deres ønsker. Specialtilbud og indretningsforslag udarbejdes - selvfølgelig uden beregning.***

***Ring blot til os, så får De al den yderligere vejledning, De har brug for - og De sikrer Dem kvalitetsudstyr til priser der er absolut fordelagtige for Dem.***



☎ 3312 1601

SAGA TRIM • BADSTUESTRÆDE 12 • 1209 KØBENHAVN K • TELEFON 3312 1601 • FAX 3313 1601

# Kort nyt

## Idrættens forskningsråd

Idrættens forskningsråd, der har til formål at fremme og samordne forskning af idrætslige spørgsmål af medicinsk, fysiologisk, historisk og teknisk art, har mulighed for at yde økonomisk støtte til forskningsarbejde af ovennævnte art.

Rådet foretager to årlige uddelelinger og har til disse til rådighed i alt ca. én mio. kr.

Der gøres opmærksom på, at støtte ikke kan ydes til udarbejdelse af specialer eller uddannelsesmæssige formål, men at rådet i særlige tilfælde kan yde støtte til trykning, oversættelse og udgivelse.

Ansøgningsskema skal anvendes og udfyldes.

Ansøgningsskema med tilhørende vejledning kan rekvireres på tlf. 35 30 05 23 tryk mellem kl. 10.00-11.00 og indsendes til:

### Idrættens Forskningsråd

c/o Danmarks Højskole for Legemsøvelser, Nørre Allé 51, 2200 København N, således at ansøgninger er rådet i hænde senest den 1. oktober 1995.

# Tipsmidler til idræt

**N**u er det atter tiden for at søge Kulturministeriets tipsmidler til støtte for idræt. Kulturministeriets indsats på idrætsområdet retter sig især mod de såkaldt idrætssvage og som oftest uorganiserede grupper. Der er især to puljer, som er af interesse for disse grupper.

## Idrætspuljen til udvikling omstilling og forsøg

Puljen har til hovedformål at støtte forsøg på at inddrage befolkningsgrupper med særlige behov, f.eks. socialt belastede unge, indvandrere og handicappede i det lokale idrætsliv eller på anden måde at fremme disse gruppers idrætsudfoldelse.

Ansøgningsfrist den 1. september 1995. Svar på ansøgningen kan tidligst foreligge den 15. november 1995.

## Idrætspuljen til idræt i storbyen

Her er der midler til at støtte etableringen af mindre idrætsfaciliteter, til igangsættelse af idrætsaktiviteter i store boligområder, til idrætsprojekter for børn og

unge i risikomiljøer m.v.

Ansøgningsfrist den 1. september 1995. Svar på ansøgningen kan tidligst foreligge den 15. november 1995.

## Ældreidræt

Ældreidræt er et nyt prioriteringsområde. Der er afsat en pulje til udviklingsprojekter angående uddannelsesforløb af længere varighed og på højt niveau til uddannelse af ældreidrætsinstruktører. Ligeledes kan der gives støtte til projekter, der skaber øget tilslutning til ældreidræt.

Der er også afsat midler til at formidle den danske idrætsmodel. Den internationale idrætspulje og Østeuropapuljen kan således søges løbende.

Ansøgningsskemaer og vejledninger kan rekvireres på tlf. 33 92 33 70 hos Türkan Metinoglo eller Rosa Cedermark, Kulturministeriet, Nybrogade 2, 1203 København K.

## Stævne- og aktivitetsplan for riffel og pistolskytter Øst for Storebælt i vintersæsonen 1995/96

| Dato:          | Kreds:            | Sammenslut:        | Stævne:                      |
|----------------|-------------------|--------------------|------------------------------|
| 22-24 sept.95  | Vestsjællandsamt  | Ringsted           | Åbent stævne riffel-pistol   |
| 6-8 okt 95     | Vestsjællands amt | Kalundborg         | Åbent stævne riffel-pistol   |
| 13-15 okt 95   | Storstrømsamt     | Nakskov            | Åbent stævne riffel-pistol   |
| 14-15 okt 95   | Vestsjælland Amt  | Korsør             | Åbent stævne riffel-pistol   |
| 11-12 nov 95   | Vestsjællandsamt  | Slagelse           | Åbent Stævne riffel-pistol   |
| 17-18 nov 95   | Vestsjællands amt | Ringsted           | Åbent stævne riffel-pistol   |
| 20-21 jan 96   | Storstrømsamt     | Vordingborg        | Kredsstævne riffel-pistol    |
| 20-21 jan 96   | Vestsjællands amt |                    | Kredsstævne riffel-pistol    |
| 3-4 febr 96    | Storstrømsamt     | Vordingborg        | Åbent Stævne riffel-pistol   |
| 9-11 febr. 96  | Vestsjællands amt | Ringsted           | Åbent stævne riffel-pistol   |
| 17-18 Febr 96  | Vestsjællandsamt  | Korsør             | Åbent stævne riffel-pistol   |
| 16-17 marts 96 | DFIF              | København          | Landstævne riffel-pistol     |
| 12-14 april 96 | Storstrømsamt     | Næstved            | Åbent stævne riffel-pistol   |
| 13-14 april 96 | Storstrømsamt     | Vordingborg        | Kredstræfstævne              |
| 15-16 juni 96  | Storstrømsamt     | Vordingborg/ Tubæk | Kredsstævne 50 m Pistol 25 m |
| 14-15 sept 96  | DFIF              | København          | Landstævne R 50 m p 25 m     |

## Årets Hit

Tilbud til alle landsstævnedeltagere



Gråmeleret T-shirt i 100 % ren bomuld med flot og humoristisk tegning af en sej fyr, der mestre det hele. **Pris kun 45 kr.** T-shirten kan købes ved DFIF's landsstævner og passer perfekt til cap'en, der er dette års delta-gerbevis.

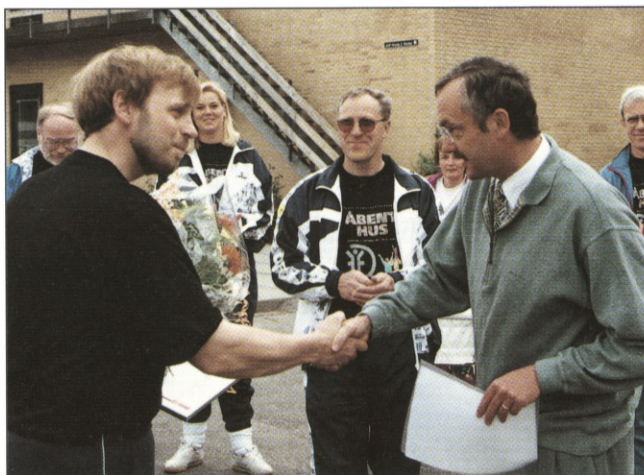
# Navne

## Finn Lund Pedersen hædret for ti års aktiv indsats for Fjerritslev Firmasport

**F**ormanden for Fjerritslev Firmasport, Finn Lund Pedersen, fik ved åbningen af multiidrætsdagen overrakt idrætslederprisen fra Nordjydske Service-sparekasser og Egnsbank Han Herred.

- Finn er en utrolig aktiv person, som med entusiasme og gåpåmod har formået at starte en bred vifte af aktiviteter op i Fjerritslev Firmasport. Jeg kan i flæng nævne skak, dart, skydning, svømning, badminton, keglespil, fodbold og volleyball, sagde marketingchef Kurt Kristensen fra Egnsbank Han Herred, da han motiverede tildelingen.

Finn Lund Pedersen startede sit frivillige lederarbejde inden for firmaidrætten i 1984, hvor han trådte ind i bestyrelsen for Migatronik Idrætsforening. I 1985 kom han ind i bestyrelsen for Fjerritslev Firma-



Marketingchef Kurt Kristensen fra Egnsbank Han Herred, Fjerritslev (th), overrækker Finn Lund Pedersen årets idrætslederpris, mens formanden for DFIF's Nordjyllands Amtskreds Torkild Carlsen i baggrunden ser til. Foto. Michael Christiansen.

## Formand fik lederpris

sport, hvor han to år senere rykkede op på formandsposten.

Han blev valgt ind i amtskredsens idrætsudvalg for fodbold i 1988 og sad i amtsbestyrelsen i perioden 1993-95.

- Selv om Fjerritslev Firmasport er en lille forening, går de aldrig af vejen for store arrangementer, og altid har Finn været primus motor. Det være sig ved kredsstævner samt landsstævnet for skydning, der har været henlagt til vores områder, fortalte Kurt Kristensen.

- Det er også Finn, der er krumtappen i dette nye projekt, der har fået navnet Multiidrætsdag. Vi

andre undrer os ofte over, hvordan Finn får tid til at være så aktiv, samtidig med at han har et krævende arbejde. Men Finn er en af de få personer, som formår at være kreativ selv i pressede situationer, lød det videre i motiveringen.

Nordjydske Servicesparekasser og Egnsbank Han Herred uddeler hvert år tre lederpriser, alle på 6000 kroner. Uddelingen i år skete for 20. gang. Egnsbanken var tidligere en sparekasse derfor tilknytningen.

Finn Lund Pedersen var indstillet af DFIF's Nordjyllands amtskreds til lederprisen. □



## Dansk Firmaidrætsforbund

**Storebæltsvej 11**  
5800 Nyborg  
Tlf. 65 31 65 60  
Fax. 65 30 14 26  
Ekspedition:  
Man.-torsdag kl. 8.00-  
15.30 Fredag kl. 8.00-15.00

**Generalsekretær**  
Svend Møller  
Cedervænget 14  
5700 Svendborg  
Tlf. 62 22 57 33  
Biltlf. 40 13 87 33

**Styrelsen:**  
Formand Tage Carlsen  
Heboltoft 12  
6950 Ringkøbing  
Tlf. 97 32 55 20  
Fax. 97 32 54 58  
Biltlf. 30 69 35 93

Næstformand Jørn Godt  
Schultzvej 5  
6091 Bjert  
Tlf. 75 57 23 22

Kristian Hansen  
Blåbærvej 2  
7200 Grindsted  
Tlf. 75 32 17 34

Kurt Petersen  
Lumbyesvej 12  
4200 Slagelse  
Tlf. 53 52 75 35

Peder Bisgaard  
Kighusvænget 21  
3400 Hillerød  
Tlf. 42 26 96 43

**Redaktør**  
John Thrane  
Capellavænget 12  
5210 Odense NV  
Tlf. 66 16 08 88  
Biltlf. 30 66 64 17

**Uddannelseskonsulent**  
Jane Have L. Andersen  
Lyngvænget 8  
5800 Nyborg  
Tlf. 65 31 72 53  
Biltlf. 40 27 20 62

### Aktivitetskonsulenter:

Bo Isaksen  
Nyborgvej 428  
5881 Skårup  
Tlf. 62 23 14 33  
Biltlf. 40 37 20 61

Steffen Røjskjær  
Zahrtmannsvej 32  
5230 Odense M  
Tlf. 65 90 75 38  
Biltlf. 40 37 20 60

### Informations- teknologikonsulent

Steen Storland  
Blankenborgvej 8  
5800 Nyborg  
Biltlf. 40 16 85 60

### Forbundskonsulenter:

Jørgen Rasmussen  
Lovvej 10, Pederstrup  
4700 Næstved  
Tlf. 53 76 16 35  
Fax. 53 76 03 35  
Biltlf. 30 66 11 27

Sannie Kalkerup  
Skovhaven 6, Eskilstrup  
4560 Vig

Tlf. 53 42 83 84  
Fax. 53 42 84 41  
Biltlf. 30 66 59 88

Jan Steffensen  
Ærtekilen 6  
5492 Vissenbjerg  
Tlf. 64 47 33 17  
Fax. 64 47 33 87  
Biltlf. 40 33 99 20

Torben Laursen  
Gl. Kongevej 48  
6200 Aabenraa  
Tlf. 74 63 25 15  
Fax. 74 63 25 14  
Biltlf. 30 66 77 42

Jan Grumstrup  
Banegårdsvej 27  
9500 Hobro  
Tlf. 98 51 01 01  
Fax. 98 52 02 35  
Biltlf. 30 66 11 26

Henning H. Jensen  
Humblelle 10, Søvdin  
8700 Horsens  
Tlf. 75 65 91 09  
Fax. 75 65 93 96  
Biltlf. 40 33 99 21

Postbesørget blad  
57237  
7007 (FAC)

# Folkefest i Hillerød

Af John Thrane

**Danmark-Stafet for 10. gang i Hillerød. Flot fremgang for skoleholdene til 56 hold**

Løbsledelsen bag Danmark-Stafetten i Hillerød, Hillerød Firmsport og Langgarverne, havde håbet på at sætte ny deltagerrekord i 10 års jubilæumsløbet, men rekorden udeblev. Med 167 deltagende hold var succesen dog i hus, og løbsleder Jens Buck-Jensen glædede sig i stedet over en pæn fremgang blandt skoleholdene, fra 48 sidste år til 56 i år. Her var det Skanseskolen der løb med førstepladsen i Skole-Stafetten med 12 deltagende hold.

## Mange trofaste hold

- Vi har gjort en stor indsats for at få flere skolehold med, og det har båret frugt, sagde Hillerød-formanden Peder Bisgaard, der også fremhævede de mange trofaste hold, der år efter år møder op, og som har gjort Danmark-Stafetten i Hillerød til det næststørste arrangement, kun overgået af Næstveds kæmpeløb med over 400 hold.

- Det er svært at blive større. Vi har hård konkurrence af det store motionscykelløb Sjælsø Rundt der samler mange tusinde motionister, siger Peder Bisgaard, men understreger samtidig, at han er godt tilfreds.



Thomas Dyregaard, Svend Mygind, Bøje Nielsen og Søren Rose sørger hver år for tørrevejr i Danmark-Stafetten i Hillerød. Foto: -jt.

Danmark-Stafetten i Hillerød har i gennem årene udviklet sig til en traditionrig folkefest, og flere firmaer har deltaget i alle årene. Blandt dem også medicinalfirmaet Pharmacia, der hvert år laver en firmaudflugt ud af løbet. Pharmacia deltog med ikke færre en 9 hold, og de markerede 10 års jubilæet ved at løbe i samlet flok over målstregen.

## Sørger for tørrevejr

Holdene i den Åbne herrerække udmærker sig med de mærkeligste navne. Et kig ned over startlisten afslørede Åreknuderne, De 4 bjørne, Jydekompagniet og Folkebevægelsen mod Regnvej.

Holdet med det mærkelige navn har de sidste 5-6 år været

faste deltagere i Danmark-Stafetten i Hillerød, og Folkebevægelsen mod Regnvej har i alle årene levet op til sit navn.

- Der har i hvert fald været tørrevejr i de sidste 5-6 år vi har været med, fortæller Thomas Dyregaard, der løb den første tur for holdet.

- Det er allertidens hyggelige motionsløb. Vi kan godt lide det ekstra samvær der er omkring et stafetløb som Danmark-Stafetten. Når man er fire deltagere på et hold følger man hinanden nøje, og hele løbsoplevelsen bliver længere end de mere traditionelle motionsløb, fortæller de muntre gutter fra bevægelsen.