

Firmaidræt



DFIF Dansk Firmaidrætsforbund



1

Januar • 2003



**Friluftsmærket –
en aktivitet for alle**

**Tema: Ny og sund livsstil
med Livsstilsclubber**

**446 danskere tilmeldt
til Eurofestival i Salzburg**

Bred debat om firmaidrættens fremtid

Ved formandsmødet i november "kastede" styrelsen pludselig et oplæg til debatkatalog op på det store hvide lærred. Den efterfølgende uge modtog alle forbundets foreninger, kredse, udvalg og den centrale ledelse m.m. debatkataloget. Her anmoder styrelsen om, at der bliver taget stilling til et muligt nyt navn, en mulig fremtidig struktur for idrætter, aktiviteter og uddannelse og kredsenes mulige fremtidige opgaver.

Alle 3 emner har været hedt debatteret igennem mange år - de har sågar været på dagsordenen ved både formandsmøder og til dels også repræsentantskabsmøder uden at det - efter styrelsens umiddelbare opfattelse - har ført til, at vi er endt der, hvor alle led i forbundets organisation kunne sige, at nu havde vi den optimale løsning .

Et gammelt ordsprog siger at:

"Alle taler om vejret, men ingen gør noget ved det". Styrelsen har besluttet, at tiden er inde til at tage debatten om ovennævnte emner op igen og dermed "gøre noget ved det". Vi er af den opfattelse, at foreninger, kredse og den centrale ledelse er parate til at diskutere en helhedsløsning og ikke "bare" endnu en lappeløsning.

For at denne opgave skal blive en succes, er det en nødvendighed, at debatten starter helt ude ved græs-rødderne - altså i foreningerne og herfra videre i kredsen.

Etik og økonomi

Aktivitetsudvalgets formand Jørgen Pilegaard giver i et læserbrev i dette nr. af Firmaidræt udtryk for, at han mangler den etiske relation i det udsendte materiale. Kritikken går på, at "materialet udelukkende fokuserer på den økonomiske del af udvalgenes arbejde". Dette er umiddelbart en naturlig reaktion fra en udvalgsformand, hvis udvalg måske kommer i skudlinien.

Man kan altid diskutere efter hvilke kriterier en debat skal foregå. Styrelsen har bevidst valgt en åben

debat med udgangspunkt i, at "alt er tilladt"! Det betyder, at det står de enkelte foreninger, kredse eller udvalg fuldstændigt frit for, hvilke udspil man vil præsentere. Men for at holde debatten inden for det realistisk mulige - altså det vi i bedste fald kan opnå - så er det et "must" at drage vore økonomiske midler ind i debatten.

Nye satsningsområder

Nødvendigheden af en vis økonomisk fokusering understreges endvidere af det faktum, at vi formentlig går en periode i møde, hvor vi skal implementere nye store satsningsområder i forbundet (Motion på Danske Arbejdspladser og FMI) samtidig med, at der kommer et større og større pres på vores eksistensgrundlag - nemlig tipsmidlerne.

Det betyder i mine øjne ikke - som Jørgen Pilegaard antyder - at debatten kun skal dreje sig om "udvalgenes eskalerede volumen og økonomi". Debatten bør i stedet handle om, hvordan vi, (foreninger, kredse og forbundet) ved anvendelse af vore ressourcer på en anden og måske mere hensigtsmæssig måde, er i stand til at skabe en endnu bedre organisation til glæde for os alle.

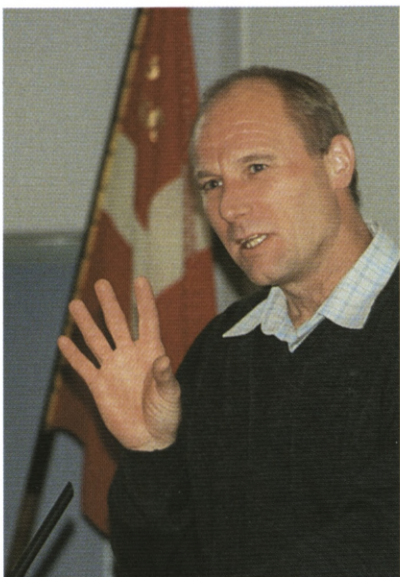
I det udsendte materiale kunne der selvfølgelig godt have være opremset de mange succeser som Aktivitetsudvalget gennem årene har været med til at iværksætte. Idrætsudvalgets og Uddannelsesudvalgets store indsats gennem tiderne kunne også med rette være blevet nævnt. Jeg er dog sikker på, at debatdeltagerne er bekendt med udvalgenes resultater, hvorfor disse helt naturligt vil blive inddraget i den kommende debat - ikke mindst i underspørgsmålet, hvor vi netop beder om, at der bliver taget stilling til forbundets serviceniveau.

Styrelsen er derfor helt enig i Jørgen Pilegaards afsluttende opfordring til at have etikken med som en vigtig del af den kommende debat.

Med dette vil styrelsen gerne ønske foreninger, kredse og den centrale ledelse god fornøjelse med debatkataloget.

Vi imødeser med spænding resultatet! █

(Red. Læs også Jørgen Pilegaards indlæg på side 6 i dette nummer af Firmaidræt.)



Debatten om firmaidrættens fremtid skal starte ude ved græs-rødderne, siger Peder Bisgaard. Foto. DFIF.



indhold

- 4 Bred opbakning til ny tips- og lottolov
- 5 Guld til generalen
- 6 Debatkataloget. Etik - tak
- 7 Eurosportsfestival 2003 i Salzburg
- 8
- 9 Internetbowling for alle
- 10 Første skridt mod en ny livsstil

- 11
- 12 Livsstilsklub. Friheden passer fint
- 13 Klaus fik et nyt liv
- 14 Livsstilsklub i Struer
- 15 25 år med Tour de Pedal
- 16 IT. Hvis skærmen er sort
- 17
- 18 Friluftslivets bidrag til folkesundheden
- 19 Seniorkonference. Boldspil og friluftsliv
- 20 Kurser. Friluftsliv for seniorer

- 21 Friluftsmarkedet – en aktivitet for alle
- 22 Hallo – er der nogen derude?
- 23 Sport, sundhed og lederkurser 2003
- 24 Åbne stævner 2003
- 25 Våbenloven nu trådt i kraft
- 26
- 27 Floorball, skydning og tæppecurling
- 28 Spil Indoor Soccer i Hillerød og Næstved med det danske landshold
- 29 Landet Rundt
- 30 Navne
- 31 Kort nyt
- 32 Vi vandt ømme baller



Næste nummer af Firmaidræt udkommer den 24. februar 2003.

Bred opbakning til ny TIPS- OG LOTTOLOV

Firmaidrætten ønsker overgangsordning hvis man skal overtage Foreningen til fremme af Motion og Idræt i dagtimerne (FMI).

Forslaget til en ny tipslov, der bl.a. skal styrke Dansk Tipstjenestes spilmonopol ved at forbyde udenlandske bookmakere at reklamere i Danmark, fik en positiv modtagelse af Folketingets partier ved 1. behandlingen.

Både regeringspartierne, socialdemokraterne og venstrefløjten vil fastholde en beskyttende ring om Dansk Tipstjeneste. Dansk Folkeparti, SF og de Radikale støtter lovforslaget, men stiller sig tøvende overfor, om man via lovgivning kan sikre monopol.

Bremse på udenlandsk konkurrence

- Lovforslaget er udtryk for, at Venstre har foretaget et klart valg. Hvis man via et dansk spilleselskab vil finansiere disse almennyttige formål, må man også gennemføre en lovgivning, der sikrer virksomheden, i stedet for at lade udviklingen gå videre, så der kommer en stigende konkurrence fra spilleselskaber, som arbejder under en helt anden lovgivning og ikke er pålagt at skaffe 2,4 mia. kr. til statsafgift og gode, nyttige formål. Derfor er der kun én vej at gå: man skal beskytte det danske spilleselskab, for ellers vil pengene gå andre steder hen", sagde Venstres idrætspolitiske ordfører, Leif Mikkelsen, da han fremlagde lovforslaget.

Firmaidrætten overtager FMI

Ifølge lovforslaget skal Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF) overtage FMI (Foreningen til fremme af Motion og Idræt i dagtimerne), uden at der følger en økonomisk kompensation med. I 2002 modtog FMI 3,5 mio. kr. fra Kulturministeriet, og det beløb kan DFIF ikke afsætte fremover.

I et høringssvar fremsendt før jul, har DFIF påpeget, at "DFIF overtager gerne ansvaret for FMI, men DFIF vil også løbende være i stand til at vurdere, hvordan FMIs organisation og struktur fungerer bedst og indretter økonomien derefter. DFIF vil foreslå, at formuleringen ændres til: "Dansk Firmaidrætsforbund overtager ansvaret for FMI og vurderer, hvordan FMIs

organisation, struktur, politik mv. varetages bedst muligt."

DFIF har absolut ingen mulighed for at binde 10% af forbundets indtægter i tilskud til FMI, så en tilpasning vil under alle omstændigheder være en nødvendighed. DFIF skal anmode om, at der i en overgangsperiode på min. 3 år tildeles DFIF ekstra økonomiske midler fra Kulturministeriet, således at det vil være muligt at forberede de mange FMI projekter, der er afhængige af dels det direkte tilskud samt ikke mindst konsulenthjælp, på en tilpasning af den aktuelle situation".

S støtter overgangsordning

Socialdemokratiet er parat til at drøfte en overgangsordning som foreslået både af FMI og DFIF.

- Hvis vi tager FMI, altså Motion i dagtimerne, som nu kommer ind under firmaidrættens paraply, forestiller vi os en løsning, der kommer til at ligne det, som FMI selv har foreslået i sit høringssvar, meget. Der går jo et stykke tid, før forslaget får virkning, det sker først i 2004, men derudover bør der gå yderligere et par år for at skabe en overgangsordning inden for de givne rammer. Det synes jeg lyder ordentligt og fornuftigt, og det har FMI selv foreslået", sagde Socialdemokratiets skattepolitiske ordfører, Ole Stavad.

DFIF's formand, Peder Bisgaard, noterer med tilfredshed, at der er en vilje blandt partierne til at se på firmaidrættens situation.

- Idrættens Fællesråd har bedt om foretræde hos skatteudvalget den 22. januar 2003, og der vil vi have bekræftet, at det står DFIF frit for at foretage tilpasninger for at opnå en rationaliseringsgevinst og at det er op til en politisk forhandling at sikre DFIF en overgangsordning, siger Peder Bisgaard.

Lovforslaget giver hestesporten 24 mio. kr. mere om året, således at hestesporten fremover når op på en samlet støtte på 90 mio. kr. om året. Hestesporten skal dog ikke forvente yderligere gavmildhed, udtaler skatteminister Svend Erik Hovmand (V). ■



Guld til generalen

Den muntre tone var slået an da Svend Møller fyldte 60 år.

■ - Den 1. januar må være verdens kedeligste dag at holde fødselsdag på. Nytårskoncert fra Wien, skihop fra Garmisch-Partenkirchen, tømmermænd og udsigten til et helt års arbejde, sagde Peder Bisgaard, da han slog tonen an til et par muntre timer ved DFIFs generalsekretær, Svend Møllers 60 års fødselsdag.

Knap 200 gæster fra idrættens verden og ikke mindst fra forbundets kredse og foreninger, trodsede det danske vintervejr den 4. januar, for at hilse på "generalen" der siden 1985 har ført DFIFs politiske ledelses ønsker ud i livet.

- Svend betyder egentlig "fri mand, som er i en andens tjeneste", og det passer jo egentlig meget godt på dig, sagde Peder Bisgaard, da han på styrelsens og forbundets vegne sagde tillykke.

- Du er i dit es ved styrelsesmøderne, og det er faktisk kun Kurt, der kan få dit gode humør til kortvarigt at forsvinde, hvis han spørger for meget. En ting er sikkert. Du har i de sidste 18 år fuldt og helt arbejdet for firmaidrætten, sagde Peder Bisgaard, der ikke lod det blive ved de pæne ord.

På styrelsens og forbundets vegne overrakte han Svend Møller forbundets Guldnål, der "gives til en firmaidrætsleder, som har udført et særdeles aktivt og årelangt arbejde for firmaidrætten, på såvel lokalt- som forbundsplan eller ydet en tilsvarende indsats inden for den øvrige idræt", som der hedder i statutterne.

Parløb med Carlsen

Også Tage Carlsen, firmaidrættens førstemand gennem næsten 23 år,

takkede Svend Møller for et godt samarbejde.

- Vi har kørt et godt parløb, næsten som et par siamesiske tvillinger, hvor vi har kunnet gætte hinandens tanker. Vores parløb skal heldigvis fortsætte et stykke tid endnu i den europæiske firmaidræts federation, hvor vi samtidig stopper som præsident og som generalsekretær til næste kongres, sagde Tage Carlsen.

Svend Møller er kendt for ikke kun at spille embedsmandens rolle, men befinder sig også godt i det politiske spil. Der var da også nogle af de idrætspolitiske ordførere der havde fundet vej til Nyborg, bl.a. Peder Sass (S) og Leif Mikkelsen (V). Sidstnævnte havde også en personlig hilsen til Svend Møller.

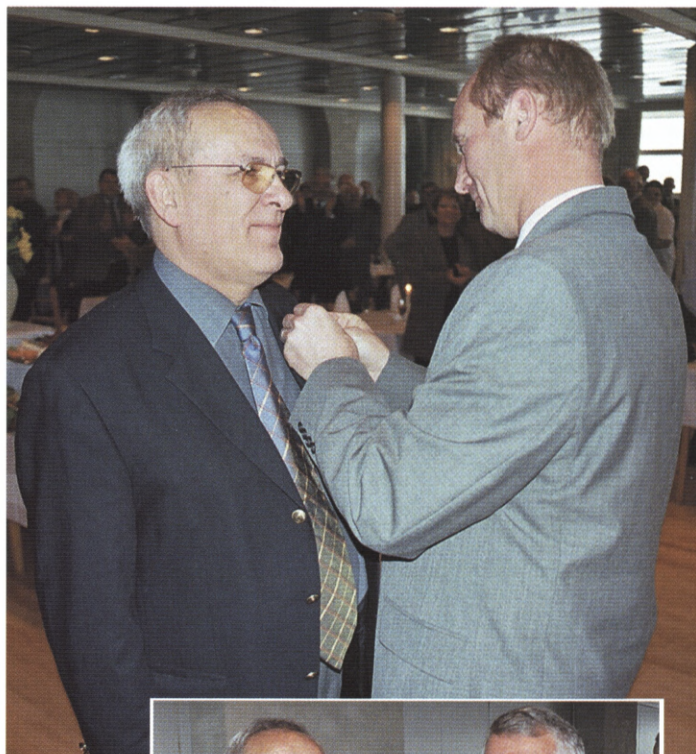
En pokkers god kammerat

- Efter at jeg er stoppet som formand for DGI, har jeg fundet ud af, hvorfor der er så mange idrætsorganisationer. Der er ikke andre der ville have Svend, så firmaidrætten måtte tage ham. Men der er lys forude. Jeg har selv hørt ham sige, at han går af om 3 år, sagde Leif Mikkelsen med et smil på læben.

- Jeg er ikke den der går og roser folk i det daglige, men jeg vil gerne sige tak for et godt samarbejde gennem mange år, et samarbejde der har udviklet sig til et personligt venskab. Du er en pokkers god kammerat, og så kan man stole på dig, en aftale er en aftale, sagde Leif Mikkelsen.

Også fra formanden for Friluftsrå-

Svend Møller blev hædret med forbundets Guldnål ved receptionen på Hotel Nyborg Strand.



Et godt makkerpar. Tage Carlsen (th), mangeårig formand for DFIF, sagde tak for et godt parløb.

det, Bent Agerskov, var der en hilsen med en tak for et professionelt samarbejde. Bent Agerskov sad i mange år som generalsekretær for Danmarks Idræts-Forbund (DIF), men understregede, at han ikke repræsenterede DIF i dagens anledning.

- Jeg kommer fra en organisation, hvor formanden spiller golf og generalsekretæren arbejder. Jeg kan forstå, at det går anderledes til her i firmaidrætten, sagde Bent Agerskov, idet han med et smil på læben opfordrede Svend til at bruge mindre tid på golfbanen og mere tid på friluftslivet. ■

Etik - tak!

Debatkatalog. Formanden for DFIFs aktivitetsudvalg appellerer til, at man tager alle aspekter med i debatten om en fremtidig struktur.



Det er farligt kun at anvende økonomien som et parameter hvis man skal vurdere et udvalgs arbejde, siger formanden for aktivitetsudvalget, Jørgen Pilegaard. Foto. DFIF.

I det nylig udsendte debatkatalog fremstår dele af forbundet som ekstravagant – udgiftstungt og tidssvarende. Rigtigt – vi skal debattere fremtidig struktur, men ikke ud fra den måde som materialet er serveret på i kataloget. Sådan opnår man ikke en dialog!

Fokus på økonomien

Hvor er den etiske relation i dette materiale? I materialet fokuseres udelukkende på den økonomiske del af udvalgenes arbejde, men hvad med den anden del af virkeligheden? Hvorfor rettes fokus i materialet ikke mod det arbejde som er udført og de resultater som er opnået gennem perioden? Alle dele af forbundet er vokset og er dermed også dyrere end i 1985, så hvorfor er det kun udvalgenes eskalerede volumen og dermed økonomi, der fokuseres på?

At anvende økonomi til at sondere og evaluere med, er meget negativt og utroligt farligt. Så kan alle jo "komme i klemme". Jeg kunne med lethed pege på andre dele af forbundet, hvor der kunne være behov for en fremtidig "tilpasning", hvis vi udelukkende så på pengene og "faktabokse".

Hvad er målet?

Og hvorfor skal den øvrige del af forbundet ikke tilpasses fremtiden? Nej, jeg ønsker ikke mudderkastning. Vi er i det 2100 århundrede, og forbundet står overfor en tilpasning som skal svare til det omgivne samfund. Vi kan ikke fortsætte med at have en struktur som har et kvart århundrede på bagen. Så derfor er det helt fint at begynde debatten udfra det udsendte materiales fokusområder.

I den kommende debat om den fremtidige struktur skal man derfor ikke kun se på økonomi, men også på hvad man ønsker at opnå med strukturforandring.

Dette indlæg er ikke ment som et forsvar for det nuværende arbejde og struktur i udvalget, men jeg vil gerne appellere til, at man tager alle aspekter med i debatten om den fremtidige struktur.

Så husk venligst i behandlingen om fremtidens firmaidræt, at have etikken med som en vigtig del af Jeres arbejde.

(se DFIFs formand Peder Bisgaards svar i lederen på side 2 i dette nummer af Firmaidræt).

De ømme punkter

AF JOHN THRANE, REDAKTØR, DFIF

Debatkatalog tager fat i nogle af de ømme punkter i forbundets virke.

Styrelsen udsendte kort før jul et debatkatalog, hvori man opfordrede kredse, foreninger og udvalg til at tage hul på en debat om nogle af de mere ømme punkter i forbundets virke.

Styrelsen vil med debatoplægget bl.a. inspirere til en grundlæggende debat om mulighederne for et nyt "ørefængende" navn. Her har forbundets PR gruppe spillet ud med navnet "Firmaidræt Danmark". Navnet er valgt fordi begrebet "firma-

idræt" allerede er indarbejdet i offentlighedens bevidsthed. Styrelsen lægger også op til en ny struktur for udvalgenes arbejde, hvor det peges på et mere tværgående samarbejde udvalgene imellem. Det tredje fokuspunkt er kredsens rolle i fremtiden, hvor styrelsen spørger om kredsen skal tildeles nye arbejdsopgaver udover at afholde kvalifikationsstævner til forbundets DM stævner.

Eurofestival 2003 i Salzburg

5800 idrætsudøvere fra hele Europa mødes til Eurosportsfestival i Salzburg fra den 25.- 29. juni.



Salzburg gennemløbes af floden Salzach, der også lægger navn til "Salzacheløbet" der afvikles lørdag den 28. juni med to distancer, 5 og 10 miles.

Helt præcist har i alt 5779 deltagere meldt deres ankomst til Salzburg i juni, og de skal dyste i godt 200 forskellige konkurrencer i 20 idrætsgrene. Fra Danmark har 33 arbejdspladser meldt sig under fanerne, og med 446 tilmeldte til festivalen, vil de rød/hvide farver helt sikkert sætte sit præg på festivalen. Tyskland er det land der stiller med flest deltagere, nemlig 1697 deltagere, og der kommer næsten 800 franskmænd til festivalen i Salzburg.

De østrigske arrangører er godt tilfredse med deltagerantallet.

- Vi havde forventet 5000 deltagere, og med den nuværende økonomiske afmatning, så var vi usikre på om det tal kunne holde. Med knap 5800 deltagere er vi ovenud tilfredse, siger formanden for organisationskomiteen, Dr. Wolfgang Gmachl.

Fodbold er topscorer

Fodbold er ikke overraskende topscorer blandt idrætsgrenene med 980 spillere, hvor 60 hold skal dyste i 7-mands og i 11-mands, hvor der deltager 25 hold. På andenpladsen kommer lidt overraskende volleyball med 690 deltagere, og tredjepladsen blandt de mest populære idrætsgrene er bowling, med 629 deltagere. Håndbold samler 435 deltagere og i tennisturneringen deltager ikke færre end 396 spillere. Der er 285 der skal spille badminton, 268 skal spille basketball, og golfturneringen samler 250 deltagere.

Begrænsning i bowling

Som nævnt har 446 danskere tilmeldt sig festivalen, og ud af disse er der 164 deltagere fordelt på 38 hold som vil spille bowling. Det er desværre flere end Salzburg kan klare, idet bowling er en af de idrætsgrene hvor man på forhånd havde meldt ud, at der kunne blive tale om deltagerbegrænsning. Danmark havde oprindeligt fået tildelt 21 hold, men det er lykkedes at få tildelt yderligere 6 hold. De 11 hold som ikke kan få plads, har fået besked fra Salzburg. Det drejer sig om hold fra Amager Forbrænding, Amcor Flexible Raackmann, Coca Cola og Scan Produktion.

TDC har det største danske hold

Med 72 deltagere har TDC/IF Telefonen fra Odense det største hold med ved Eurosportsfestivalen. De fordeler sig over flere idrætsgrene: badminton, golf, bowling, dart, 7-mands fodbold +35, håndbold mænd +35 og volleyball mix +35. Bispebjerg Hospital er også godt med. De deltager med 45 personer i idrætterne: badminton, dart, 7-mands fodbold +35, atletik og svømning.

DFIF forventer at få de endelige deltagerantal fra Salzburg i starten af februar og vil så undersøge, hvem der vil transporteres af DFIFs busser, og hvem der selv sørger for transport. ■

Disse firmaklubber er med i Salzburg

Arriva,
Avery IF,
Carstens & Larsen,
Dr. Adams,
DSB Randers,
DSB København,
FDBI/COOP, FKBU,
Frederiksberg Kommunale Sportsklub,
FKS, Odense,
Hovedstadens Jernbaneidræt,
Bispebjerg Hospital,
IBM Danmark,
IF Posten, Østerbro,
KIMS,
Kalundborg Kommunes Personalesport,
Lindab,
NKT Aalborg,
Nordsjællands Postcenter,
Roskilde Firma og Familieidræt,
Stålets Idrætsforening,
Svendborgskolen,
I.K. TDC,
TM Line 2000,
Told & Skat, Frederikshavn,
Told*Skat Fritid, Sydhavsøerne.

DFIF•SHOPPEN

LUKKER!

**OPHØRSUDSALG:
DFIF-ARTIKLER NEDSAT
TIL EKSTRA LAVE PRISER...**

Festivalsokker
5 par for

kr. 60,-

IBO shorts
microfiber med indertruse,
2 lommer. Str. S-XXXL
nu kun

kr. 61,-

Rygsæk de luxe
nu kun

kr. 68,-

Rygsæk
nu kun

kr. 44,-

Green cotton shorts

100% bomuld,
2 lommer. Str. S-XXL.
nu kun

kr. 51,-

Desuden findes få
rester i DFIF-tøj
(ikke afbilledet!)
- Ring og
hør nærmere.



Cap

kr. 10,-

Bermudashorts
mønstret microfiber,
2 lommer
nu kun

kr. 30,-



Rød bomuldsjakke
med festivallogo
på ryg. Kun str. S og M
nu kun

kr. 40,-

Sweatshirt med hætte
100% økologisk bomuld. Marineblå
med råhvid besætning. Str. S-XXL.
nu kun

kr. 51,-

firma
idræts
festival

Køling 6.-8. september 2002



Dansk
Firmaidrætsforbund



Internetbowling for alle bowlingspillere

Spil bowling mod dine kolleger over Internettet.

Succesen med turneringer over Internettet også udbredt til alle bowlingspillere i Danmark. Tilmeldingen er startet, og du kan tilmelde dig internetbowling på www.dfif.dk.

Turneringen er en "en mod alle" turnering ud fra gældende DFIF regler. Hver spiller skal som minimum spille 5 runder á 2 serier, men derudover er det valgfrit, hvor mange runder man vil spille. De 10 bedste serier er tællende.

Der spilles i 6 rækker, både damer og herrer fra A- til F-rækken, hvor A-rækken er for dem med højeste snit og så fremdeles.

Gratis finalestævne

Det koster kun 20 kr. pr. runde (10 kr. pr. serie) at være med i Internetbowling. Alle deltagere får et deltagerbevis, og de ni bedste fra hver af de 6 rækker bliver inviteret til et gratis finalestævne i Odense den 14. juni 2003, hvor rejseud-

gifterne til tog og baneleje afholdes af DFIF.

Til finalestævnet kåres de 6 endelige vindere i dame- og herrerækken, hvor 1. præmien i hver række er et weekendophold for to personer på Hotel Nyborg Strand. Til 2. og 3. pladsen er der gaver fra Rosendahl. Finalestævnet afsluttes med fælles spisning med præmieoverrækkelse. I løbet af turneringen bliver der fire gange trukket lod blandt alle deltagere om et weekendophold på Hotel Nyborg Strand.

Åben for alle

Alle kan være med i Internetbowling. Hvis man er licensspiller i Dansk Firmaidrætsforbund eller Dansk Bowling Union, er det snittet fra 1. juni 2002 der er gældende hele sæsonen i Internetbowling (Bemærk: kun i Internetbowling).

Hvis man ikke har en licens, bliver man ved indmeldelse i Dansk Firmaidrætsforbund placeret i D- rækken, mens

man bliver placeret i A-rækken hvis man ikke melder sig ind. Hvis du vil være med til Internetbowling, så kontakt din lokale firmaidrætsforening. Hvis din bowlinghal ingen tilknytning har til Dansk Firmaidrætsforbund, så kan du finde den nærmeste lokale forening på www.dfif.dk. Yderligere info på 65 31 65 60. Spørg efter Anette Hvidtfeldt eller send en mail til hv@dfif.dk eller få en folder om Internetbowling tilsendt. |



Der er flotte præmier til deltagerne i Internetbowling. 1. præmien er et weekendophold på Hotel Nyborg Strand for to, og i løbet af turneringen bliver der trukket lod om weekendophold blandt alle deltagerne. Foto. Sportsfoto.

LÆS MERE OG TILMELD DIG PÅ WWW.DFIF.DK

Yderligere information:

Dansk Firmaidrætsforbund
Idrætskonsulent
Anette Hvidtfeldt, 65 31 65 60
hv@dfif.dk

DFIFs Bowlingsektion:

Vagn A. Jensen, 65 99 25 11
vj@dfif.dk
Torben Frandsen, 75 53 18 81
torben.frandsen@stofanet.dk

Første skridt mod en ny livsstil

Ud med slankeklure og ind med nye madvaner og motion. En ændret livsstil er opskriften på kampen mod overvægt i de nye livsstils-klubber under Dansk Firmaidrætsforbund.

Familien har set tv-avisen. Alle i den varme stue føler sig trætte og oppustede. De keder sig og zapper lidt rundt på kanalerne. Måske skulle de gå en aftenur? Men det blæser og småregner. Desuden skal man gå fire-fem kilometer, før det gavner.

Der bliver nikket genkendende til scenariet blandt de 130 mennesker, der er mødt op til en opgang om overvægt og fedme hos Århus Firma Sport denne tirsdag aften. Opsangen leveres af Flemming Darre, der selv har kæmpet med overflødige kilo.

- Hvis I tænker på den måde, får I aldrig motion. For hvem gider gå fem kilometer i regnvej? Beslut jer for at gå ned til det nærmeste gadehjørne og hjem igen. Det vigtigste er at få overtøjet på. Når først I er ude, får I lyst til at gå en omvej tilbage, og så er I igang, siger Flemming Darre, der er manden bag Ebeltoft Kurcenter og Ubberup Højskole, kendt fra tv-programmerne „Miraklet på Mols“ og „Livet er fedt“.

De to kursteder hjælper overvægtige med at ændre livsstil, men kurserne savner et sted at dyrke idræt og være sammen med andre overvægtige, når de er kommet hjem. Derfor er de to kursteder gået sammen med Dansk Firmaidrætsforbund om at oprette livsstilsklubber rundt om i landet.

Motivation er den vigtigste faktor, hvis man vil gøre noget ved sin overvægt, men der er grænser for, hvor hårdt man skal lægge ud, forklarer Flemming Darre.

- Nogle beslutter sig for at gå en tur hver dag, men man skal passe på med at have for høje forventninger til sig selv, for så risikerer man at blive skuffet. Det er bedre, at I giver jer selv fri to dage om ugen, men uden at beslutte hvornår. Så kan I lettere bevare motivationen.

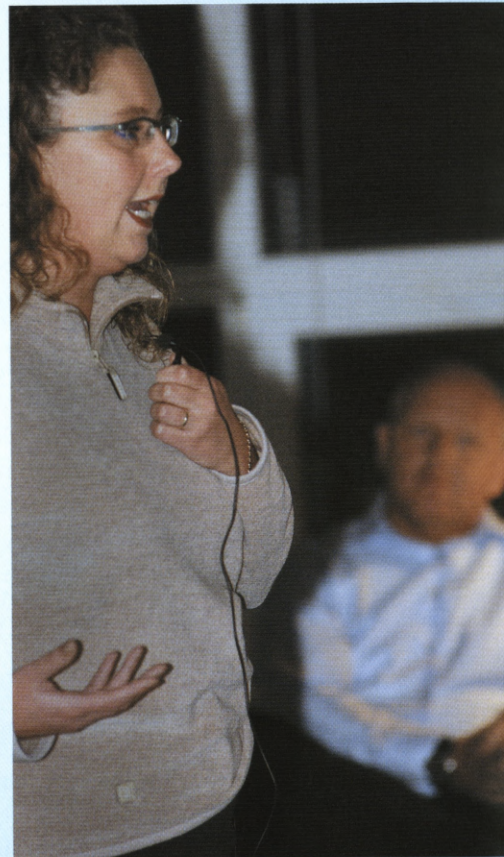
Dæm op med chikaner

De fremmødte er af forskellig størrelse. Nogle er sværvægtige, mens andre kun vejer et par kilo for meget.

- Nu skammer nogle af jer sig måske over, at I vejer otte kilo for meget, når I kan se, at andre er oppe på 50 eller 100 kilo. Men det er godt at kæmpe med de otte kilo, inden de bliver til 15 eller 20, påpeger Flemming Darre.

Han troede selv, han skulle ned på de 82 kilo, han vejede engang. Da det ikke kunne lade sig gøre, forestillede han sig 86 kilo. I dag svinger badevægten mellem 103 og 104 kilo.

- Jeg motionerer og løber maraton, og det har jeg det godt med. Man skal ikke forsage alt, men finde



- Det er ikke let at lægge de vaner af sig, som man har brugt hele livet på at bygge op, men det skal man, understreger Anne Kathrine Rasmussen, der er klinisk diætist på Ubberup Højskole.

sin egen stil og lave forhindringer, så man ikke æder løs. Når jeg kommer hjem fra arbejde, har jeg brug for at falde til ro, men jeg åbner ikke længere køleskabet i håb om at finde noget. Jeg tager en skål branflakes med skummetmælk, fortæller Flemming Darre.

Han deler rollen som foredragsholder med Anne Kathrine Rasmussen, der er klinisk diætist på Ubberup Højskole. Hun understreger, at deres filosofi ikke handler om at sende folk på slankekur.

- Ordet kur signalerer, at det dre-

- Det vigtigste er at få overtøjet på. Når først I er ude, får I lyst til at gå længere, end I havde regnet med, og så er i gang med at motionere, siger Flemming Darre til de 130 mennesker, der er mødt op til en opsang om overvægt og fedme hos Århus Firma Sport.



jer sig om en afgrænset periode. At ændre livsstil stopper aldrig. Det fortsætter resten af livet. Det er ikke let at lægge de vaner af sig, som man har brugt hele livet på at bygge op, men det skal man! Det er hårdt, og I skal selv udføre arbejdet. Det er kun jer selv, der kan tage ansvaret for, hvad I vil gøre med jeres liv, siger hun.

- Det er også vores eget ansvar, at vi har puttet alt det mad i munden, lyder det selverkendende fra en kvinde i salen.

Ingen hungersnød

Mange overvægtige undgår at spise i løbet af dagen. Men når de kommer hjem, driver sulten dem hen til køleskabet.

- Når jeg siger til folk, at de skal spise seks gange om dagen, ser de på mig med rædsel i øjnene. Men ved at spise på forhånd holder de forbrændingen oppe, og så nægter maven at tro på, at der skulle være udbrudt hungersnød, siger Anne Kathrine Rasmussen til forsamlingen.

- Mange køber ind som om, de altid skal have gæster. Køb kun det, I skal bruge, for I kan ikke spise noget, der ikke er der, siger Anne Kathrine Rasmussen.

Det spiller Flemming Darre videre på.

- 80 procent af os steger seks bøffer, selv om vi kun skal være fire til bords. Allerede når vi har taget hver en bøf, begynder det strategiske spil om de to sidste. Hvis I kun steger fire bøffer, fokuserer alle på den mad, de har fået, og ikke på det, der er tilbage.

Man kan også komme maden i forkøbet.

- Det holder ikke at tro, at man kan spise igennem til den årlige seks-retters middag hos moster Oda og så stå op klokken 6 hver morgen i ugen efter og gå en tur. Gå i stedet en lang tur dagen før. Når I så sidder ved bordet, har I ikke lyst til at slå jeres indsats i stykker, og så spiser I ikke mere end nødvendigt, råder Flemming Darre.

Kræver sin mand

Aftenens yngste deltager er en dreng på 11 år. Ellers er der folk i alle aldre. Selv om mænd også er overvægtige, er de fleste deltagere kvinder. Sådan plejer det at være, når det handler om kost og motion. Men det kan kræve sin mand, hvis hustruen ændrer livsstil.

- Vi har haft en kursist, som tabte 30-40 kilo og derefter lærte at gå i spagat. Da hun kom hjem til manden igen, sparkede hun døren ind og sagde, at nu ville hun til at have or-

dentlig sex, fortæller Flemming Darre og fremkalder aftenens største grin hos publikum.

En anden kvinde gik mere drastisk til værks. Hun smed så mange kilo, at hun igen kunne komme på cyklen, og så cyklede hun hjem til Aalborg og sparkede manden ud.

- Hun fandt ud af, at han var problemet i forhold til alt det, hun gerne vil. Nogle finder aldrig ud af, hvorfor de er blevet tykke. Men denne kvinde er et eksempel på, at man godt kan begynde at ændre livsstil, mens man leder efter svaret, siger Flemming Darre.

En ting er helt sikker. Det nytter ikke noget at ærgre sig over, at man har levet et forkert liv.

- I skal glæde jer over at være i gang med at skifte livsstil og nyde den velvære, der følger med, siger Flemming Darre, der godt er klar over, at der følger mange op og nedture med. Det kan man ikke undgå.

- Mange af vores kursister falder i med maden, men de går stadig ture på otte-ni kilometer. Mange vælger at gå om morgenen, for så er de sikre på, at de ikke bliver forhindret af noget andet i løbet af dagen, siger han. ■

Friheden passer fint

Tanken om at dyrke idræt med andre overvægtige tiltaler mange.

Omkring 80 af de 130 deltagere i foredraget om vægt og motion blev for at høre mere om den livsstilsklub, som Århus Firma Sport er ved at etablere i lighed med andre firma-idrætsforeninger landet over. Tre af dem er Birthe Jensen og hendes to voksne døtre, Charlotte og Susanne.

- Det er et godt koncept, fordi vi selv kan afgøre, hvornår vi vil være med, siger Susanne Boye Jensen, der har lokket sin mor med. Søsteren bor i Fredericia, men tog med, fordi hun tilfældigvis var hjemme i Århus.

Livsstilsklubben tilbyder en række aktiviteter flere gange i løbet af ugen. Hver tirsdag aften er der vejning, og til en start lyder tilbudene på gåture, step, mave-baller-lår-ryg-arme og boldspil. Men medlemmerne

kan foreslå andre aktiviteter.

- Hvis jeg melder mig til noget, der foregår fast hver mandag, og jeg så ikke kan tre gange på kort tid, så tænker jeg, at det også kan være lige meget. Her kan jeg bare komme til en aktivitet en anden dag i ugen, siger Susanne Boye Jensen, der har planer om at prøve step.

Birthe Jensen vil gerne tabe sig.

- Vi har en far derhjemme, som ikke vil tage skade af en anden kost, men jeg tror ikke, jeg kan få ham lokket med i livsstilsklubben, siger hun. Det burde nu ikke være helt umuligt, mener døtrene. I hvert fald ikke til gåturene.



- Vi må støtte hinanden i familien, når vi alle har problemer med vægten, siger Susanne Boye Jensen (th), der synes, at livsstilsklubben lyder som et godt tilbud. Det samme gør hendes søster og mor.

- Tidligere gik vi tit ture efter aftenstunden, men det gik i sig selv, da vi flyttede hjemmefra. Men vi havde det hyggeligt, og vi må støtte hinanden i familien, siger Susanne Boye Jensen.

Hun vurderer, at hun vejer 25 kilo for meget. Det gør, at hun ikke bryder sig om at gå i motionscenter.

- Jeg ville føle mig overbegloet. Jeg har tidligere svømmet med en veninde, men det var heller ikke rart. I livsstilsklubben vil jeg møde lige-sindede, som vil tænke lige som mig. Ellers ville de ikke komme her. Så ville de tage ud i de almindelige foreninger, siger Susanne Boye Jensen. ■

AF JOHN THRANE, REDAKTØR, DFIF.

Kost, motion og motivation

Recepten er motion, kostændring og samvær - resultatet er Livsstilsklubber i Danmark.

Livsstilsklubber i Danmark er et tilbud til alle overvægtige, der ønsker at tabe sig via omlægning af kost- og motionsvaner, og som gerne vil mødes med andre ligestillede i et aktivt og motiverende fællesskab omkring idræt, motion, undervisning og vejledning.

Ved at kombinere motion og ideer til sund kost og binde det hele sammen med et helt specielt samvær, hvor man også vejes og ud-

veksler opskrifter og erfaringer, så skaber man grundlaget for en Livsstilsklub.

I Livsstilsklubben ved de personer, der leder og instruerer, hvad det vil sige, at mærke „pinslerne på egen krop“. Her er der brug for rigtige eksperter, nogle der selv har prøvet at smide en masse kilo, og som selv har prøvet, hvad det vil sige, når overflødige kilo begrænser en i hverdagen. ■

Her er der etableret Livsstilsklubber:

Livsstilsklub – Frederikshavn:
Frederikshavn Firma Klubber,
tlf. 9842 7063.

Livsstilsklub – Esbjerg:
Esbjerg Firmaidræt, tlf. 7513 0470.

Livsstilsklub – Struer:
Struer Firmaidræt, tlf. 9785 3504.

Livsstilsklub – Aalborg:
Aalborg Firmasport, tlf. 9817 0321.

Livsstilsklub – Aarhus:
Århus Firmasport, tlf. 8678 6222.

Livsstilsklub – Odense:
Firmasport Klubbernes Sammenslutning,
tlf. 6617 4606.



Klaus fik et nyt liv

Et ophold på Ebeltoft Kurcenter betød et vendepunkt i Klaus Olsens liv.

I Klaus Olsen taler af erfaring, når han tager rundt i landet til de nye livsstilsklubber for at hjælpe til med opstarten af klubberne. Klaus

har på sin egen krop prøvet, hvad det vil sige at leve med en livstruende overvægt. Et forløb på 12-14 år med stigende vægt, slankeklure og efterfølgende nye vægtproblemer, kulminerede



Klaus Olsen.

i 1998, hvor Klaus vejede 235 kg. Vejningen foregik med et ben på hver sin badevægt, og Klaus havde ikke kun problemer med at klare arbejdet og dagligdagen på grund af den svære overvægt, men han havde også helbredsmæssige problemer, bl.a. med vejtrækningsproblemer og dårlig ryg og knæ.

Genfandt livsmodet

I dag har han smidt 105 kg, og har fået et nyt liv i stedet. Som livlinekonsulent for Ebeltoft Kurcenter tager han nu ud til de nyoprettede livsstilsklubber for at give moralsk opbakning til de nye ledere af livsstilsklubberne, og han øser af sine erfaringer fra sit 36-årige liv med vægtproblemer til medlemmerne.

- Vægttab handler utroligt meget om motivation. Og så skal man erkende over for sig selv, at man har et alvorligt problem. Det er først når man har gjort det, at man kan gøre noget ved sin vægt, siger Klaus.

Vendepunktet for Klaus indtraf i september 2000 da han af sin daværende arbejdsgiver, Told- & Skatteregion Kalundborg, fik bevil-

get et 15 ugers kurophold på Ebeltoft Kurcenter. Da sagde vægten 212 kg.

- Kuropholdet vendte skuden for mig. Jeg tabte mig 31 kg i løbet af kuropholdet i Ebeltoft, og for mig betød det meget at være sammen og motionere med ligestillede. Da jeg kom hjem blev jeg kastet lige ud i julens fristelser, men jeg holdt mig i skindet, og tabte yderligere 4 kg i julen, fortæller Klaus, der dog hurtigt kom til at savne kammeratskabet og træningsfællesskabet på kurcenteret.

Nyt ophold i Ebeltoft

Klaus Olsen fortsatte med træningen og motionen, men arbejdsmæssigt begyndte det at stramme til. I august 2001 fik han sin opsigelse, og Klaus fik bevilget et nyt ophold på Ebeltoft Kurcenter fra januar til juli 2002.

- Efter det halve år var jeg nede på 138 kg, og i perioden fra jeg stoppede som elev på kurcentret til jeg blev ansat, tabte jeg yderligere 6 kg, hovedsagelig ved at cykle mellem 300-400 km om ugen, fortæller Klaus, for hvem netop træning og motion er vigtig.

- Vægttab handler både om kost og motion og en ny livsstil, men for mange overvægtige kan det være svært at komme i gang med at motionere. Mange har en dårlig fysik, og så er blot en gåtur et stort problem, siger Klaus.

Mange overvægtige isolerer sig, og når man er alene, er fristelsen til at spise stor. Hvis man motionerer sammen, er det lettere at komme af sted, man får også en fællesskabsfølelse omkring kampen mod kiloene, og får plejet sit netværk.

Det handler om motivation

- Jeg har den filosofi, at motion skal være sjovt. Det må ikke være surt, for så får man ikke folk med. Man kan f.eks. alliere sig med en naturvejleder, og lære noget om naturen når man er ude at gå. Og det er også en god ide, at motionere sammen, så man får plejet sit netværk, siger Klaus, der ikke lægger skjul på, at han har fundet et nyt ståsted i livet.

- Jeg har fået et nyt job, og jeg har masser af lyst til at arbejde med ny livsstil, kost og træning. For mig handler det ikke kun om, at kunne forklare hvordan det fysiske omkring kost og motion fungerer. Det handler ligeså meget om, hvordan man kan gøre noget mentalt, så man kan få overskud til at få en ny livsstil. **I**



Klaus Olsen fik livsmodet og humøret tilbage efter at have smidt 105 kg

Ny livsstilsklub i Struer

Trængsel i klublokalerne da 84 spørgelystne overvægtige mødte op for at vide mere om ny livsstilsklub i Struer.

Alle borde og stole var i brug, da Struer Firmaidræt holdt informationsaften om ny livsstilsklub.



En succes. Sådan betegner formanden for Struer Firmaidræt, Flemming Odde starten på livsstilsklubben i Struer.

Tirsdag den 7. januar 2003 blev der holdt åbent hus, hvor alle interesserede kunne få deres nysgerrighed stillet omkring det nye initiativ. Arrangørerne havde forventet mellem 30-35 interesserede, men der mødte 84 spørgelystne overvægtige op, så der var trængsel i klublokalerne i bowlingcentret.

Efter nogle gode indlæg af Klaus fra Ebeltoft Kurcenter, som selv har tabt 105 kg, og vores livsstilsklubleder Anita, der har været på et 10 ugers kursus på Ebeltoft Kurcenter blev ordet givet frit. Der kom mange gode spørgsmål fra salen, som viste,

at deltagerne virkelig havde tænkt over, hvad det vil sige at ligge hele sin livsstil om. Klaus og Anita, der selv på egen krop har prøvet en livsstilsændring, viste med deres kompetente svar, at de virkelig er inde i stoffet, så folk kan trygt overlade dem at hjælpe sig i gang med en ny og sundere livsstil, fortæller Flemming Odde.

Efter debatten blev man enige om opstart af klubben, og man fik fastlagt hvilke aktiviteter livsstilsklubben skal tilbyde.

60 medlemmer i livsstilsklubben

Vi var selvfølgelig spændte på hvor mange der ville møde op til den første vejning, men vi har nu 60 med-

lemmer i livsstilsklubben, og det er faktisk i nærheden af, hvad vi kan magte, siger Flemming Odde, der selv er instruktør på spinningholdet om onsdagen.

Der er vejning hver onsdag og torsdag, og onsdag er der også mave-balle-lår gymnastik på programmet og om tirsdagen er der gåture med start fra klublokalerne i Kirkegade.

Vi har lejet svømmehallen om søndagen fra 18-20, og det er blevet en kæmpe succes. Svømmehallen er lukket for andre gæster, og de overvægtige nyder virkelig at boltre sig i vandet. Bagefter er der kaffe og slankeboller, så vi også får hyggen og samværet med. Det er helt tydeligt, at der er mange af de overvægtige der har et stor behov for at dyrke samværet efter aktiviteterne, fortæller Flemming Odde.

Struer Firmaidræt vil starte yderligere aktiviteter op efter forslag fra medlemmerne. Der er planer om temaaftener om kost og motion, aftenbesøg hos tøjforretninger og sportsbutikker, og der vil også blive lavet sociale arrangementer, f.eks. bowling og sund mad.

FAKTA OM LIVSSTILSKLUB - STRUER

Et medlemskab af livsstilsklubben koster årligt 300 kr.

Svømning og mave-balle-lår gymnastik koster 25 kr.

Vejning i forbindelse med deltagelse i aktivitet er gratis.

Vejning uden deltagelse i aktivitet koster 25 kr.

Gåture hos Struer Firmaidræts gåklub er gratis.

Cykelture hos Struer Firmaidræts cykelklub koster 10 kr.

Kurser og rejsetilbud til Livsstils klubberne

Livsstils klubberne kan trække på de mange spændende kurser fra Dansk Firmaidrætsforbund og i samarbejde med Ebeltoft Kurcenter og Ubberup Højskole arrangeres der også kurser lokalt i den enkelte Livsstilsklub.

Derudover arrangeres kurser på Ebeltoft Kurcenter og medlemmer af Livsstils klubberne kan også trække på rejsetilbud fra Ebeltoft Kurcenter.

25 år med Tour'en

Landsdækkende cykeldag den 25. maj markerer 25 år med motionscykelkampagnen Tour de Pedal.

Startskuddet til den første cykelkampagne lød i Helsingør i 1979, hvor daværende kulturminister Niels Matthiasen trådte an i pedalerne til "Cykl' 79", som kampagnen dengang hed.

Siden hen er det blevet til flere millioner km. på de danske veje med motionscykelkampagnen, der i 1985 skiftede navn til "Tour de Pedal". De første 25 år med Danmarks første cykelkampagne skal markeres med en stor landsdækkende cykeldag den 25. maj 2003, hvor op mod 10.000 cyklister forventes at springe i sadlen.

Mange af vore foreninger er den 25. maj værter ved et lokalt jubilæumsarrangement. I samarbejde med DFIF Storkøbenhavn og Bakken vil Dansk Firmaidrætsforbund således lave et større jubilæumsarrangement for familien med cykelmotion og aktiviteter, specialtilbud på Bakken og shows, siger aktivitetskonsulent i DFIF, Jan Knudsen.

Tag familien med

Den officiel jubilæumsdag er søndag den 25. maj med starttidspunkt kl. 10.00, og alle vore foreninger tilbyder forskellige cykeldistancer, hvor én af ruterne skal være på 25 km, men der vil også være forskellige aktivitetsmuligheder for familien i målområdet.

Alle deltagere får et jubilæumsdiplom, og efter løbenes afvikling vil der på deltagernes startkort udtrækkes der lodtrækningspræmier. Præmierne er bl.a. weekendophold, cykler, 25 cykelhelme, 25 cykelcomputere, 25 cykel T-shirts og 25 jubilæums T-shirts. Til alle der fylder 25 år eller har sølvbryllup i maj måned og som deltager på jubilæumsdagen får en særlig præmie.

Samtidig med Tour de Pedal kører i hele maj måned, afvikler Dansk Cyklist Forbund og DFIF den store "Vi cykler til arbejde" kampagne, der i 2002 samlede ikke færre end 105.000 deltagere. "Vi cykler til arbejde" kører i 4 uger, fra den 28. april til den 25. maj.

"Vi vil derfor opfordrer alle deltagere i "Vi cykler til arbejde" til at markere afslutningen på kampagnen med et medarbejder- eller familiearrangement på Tour de Pedal Jubilæumsdagen søndag den 25. maj kl. 10.00 i den lokale firmaidrætsforening.

En grundpakke

Alle kan i samarbejde med en af vore lokale firmaidrætsforeninger bliver arrangører af jubilæumsdagen. Som hjælp til arrangementet vil der udover administrativ hjælp og konsulentbistand også blive tilsendt arrangørerne en grundpakke, som indeholder 10 stk. A3 plakater, 500 stk. klistermærker, 200 stk. startkort, 100 stk. jubilæumsdiplom, 2 stk. Jubi T-shirts samt en quickguide til selve afviklingen.

Vil du vide mere så følg med på www.dfif.dk eller kontakt aktivitetskonsulent, Jan Knudsen på tlf. 6531 6560 eller 4045 7860. ■



Startskuddet til den første cykelkampagne lød i Helsingør i 1979, hvor daværende kulturminister Niels Matthiasen (i midten) trådte an i pedalerne til "Cykl' 79", som kampagnen dengang hed. Til højre DFIFs mangeårige formand Tage Carlsen og til venstre daværende viceborgmester i Helsingør Børge Jensen. Arkivfoto. DFIF.

FAKTA

Disse byer og foreninger har pt. meldt sig som arrangører:

Amager (KFS), Aulum, Bov, Bramming, Brønderslev, Ebeltoft, Fakse, Farsø, Fredericia, Frederikshavn, Give, Glejbjerg, Grenaa, Lis Tornbjerg, Grindsted, Aage Larsen, Haderslev, Herning, Hillerød, Hirtshals, Hjørring, Holbæk, Holstebro, Horsens, Ikast, Korsør, Lemvig, LTFU, Aktiv Fritid, Midtfyn, Nakskov, Nyborg, Odder, Pandrup, Ribe (Fodslaw), Ringkøbing, Ringsted, Ry, Skive, Skælskør, Slagelse, Struer, STØFI, Sæby, Told*Skat Fritid, Tønder, Vamdrup, Varde, Vejen, Vejle (Turcyklisterne), Vestfyn, Aabenraa.

Hvis skærmen er sort



IT-afdelingen holder gang i 177 pc'ere i forbundet samt i kredse og foreninger.

IT-gruppen. Efter flere år med spotlight på IT-gruppens arbejde, handler det nu mere om driften og vedligeholdelse af forbundets IT-løsninger.

Overalt i samfundet er det afgørende at strømforsyningen, vandforsyningen og kloaknettet virker. Der lægges ikke mærke til det, eller tales om det, så længe det virker, men hvis det svigter kommer der hurtigt fokus på. Sådan er det også med IT-området i DFIF og det er vel også sådan det helst skal være.

Igennem flere år har IT gruppen været langt fremme i skoene, men lever nu en mere stille og rolig tilværelse for derved at sikre, at driften og vedligeholdelsen af vores IT-løsninger fungerer optimalt. Parallelt dermed udvikles nye løsninger og værktøjer efter behov.

På forespørgsel fra flere sider vil jeg gerne med dette indlæg ridse IT-aktiviteterne op for det kommende år, samt angive hvilke grupper der er med til at realisere målene for 2003.

IT-gruppen

Gruppen er en ad hoc gruppe nedsat af forbundsstyrelsen til at varetage den overordnede koordinering, rådgivning og udvikling på IT-området for hele forbundet. Gruppen har som sin primære opgave at udarbejde og revidere IT strategien for DFIF. Derudover har denne gruppe til opgave at udarbejde budgetter for IT-området i DFIF.

På DFIF's hjemmeside kan detaljerne i IT-strategien studeres nærmere. Desuden kan ses hvem der er med i gruppen. http://www.dfif.dk/dfif/it/it_strategi.asp

Udviklingsgruppen for SuperNova

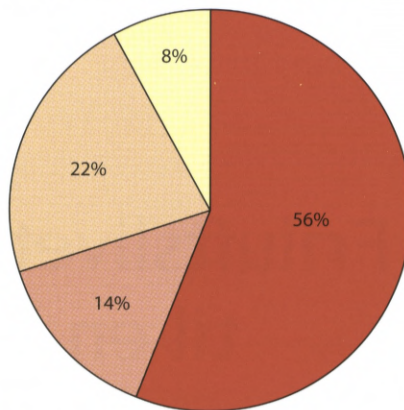
Denne gruppe kaldes populært UG-gruppen. Gruppens primære opgave er, at varetage udvikling, test, dokumentation og vedligeholdelse af SuperNova løsningen. Derudover har gruppen til opgave at udforme og gennemføre kurser i SuperNova. Hvert gruppemedlem har ansvar for specifikke moduler i SuperNova. På DFIFs hjemmeside kan ses hvem der er med i gruppen http://www.dfif.dk/supernova/sn_udviklingsgruppe.asp

SuperNova superbrugergruppen

Gruppens primære opgave er at yde hjælp til SuperNova brugere i foreninger og kredse. Desuden indgår superbrugerne som sparringspartnere for udviklingsgruppen og som hjælpeinstruktører på SuperNova kurser.

Således fordeler superbruger gruppens opgaver sig tidsmæssigt.

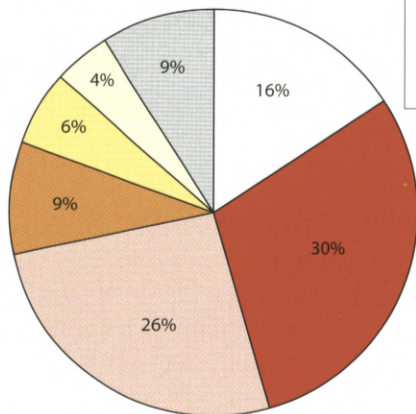
Superbrugergruppen for SuperNova



- Hjælpeinstruktører på centrale kurser og roadshow
- Support til foreninger og kredse
- Hjælp til afvikling af DM-stævner
- Superbrugermøder

Således fordeler arbejdsopgaverne sig i DFIFs IT afdeling.

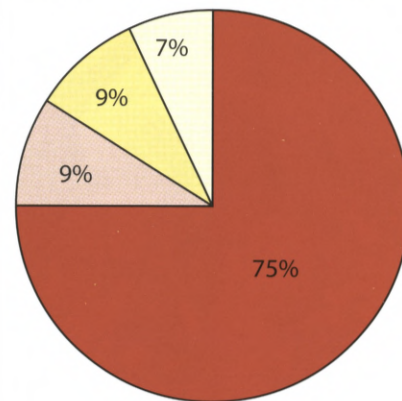
IT-afdelingen



- Udvikling og vedligeholdelse af SuperNova
- Udvikling og vedligeholdelse af Webapplikationer, logistikkoncepter og værktøjer til forbundet generelt
- Support til foreninger, kredse, udvalg og forbundskontor
- Indkøb og aftaler med leverandører og samarbejdspartnere
- Drift af netværk, servere, printere, og forbundets PC'ere
- Administration af abonnementer og licenser
- Diverse møder og administrative opgaver

Således fordeler UG-gruppens opgaver sig tidsmæssigt.

Udviklingsgruppen for SuperNova



- Undervisning, centrale kurser og roadshow
- Kravspecifikation og test af SuperNova
- Dokumentation og undervisningsmateriale
- Planlægning- og koordineringsmøder

IT-afdelingen

Her varetages den daglige drift af alt udstyr på forbundskontoret samt de administrative løsninger der bruges på forbundskontoret. Desuden ydes herfra daglig teknisk support og rådgivning på IT området til foreninger og kredse. Et tredje og meget væsentlig område der arbejdes på, er udvikling og vedligehold af hjemmesiden samt udvikling af WEB applikationer – et område i kraftig vækst. Eksempler på WEB applikationer er Internet-idrætter, fælleskalender, indberetninger, tilmeldinger etc.

Afdelingen indgår i kommunikationscentret, men har specielt fokus på IT- og logistikopgaverne. IT-afdelingen består af Lars Borup Andersen, Troels Majlandt og Michael Hansen.

Billeddatabase og aktivitetskalender

Udover drift og support er der det kommende år planlagt følgende mål på IT området. I samarbejde med IU skal der oprettes en elektronisk tilmelding til DM stævner gennem SuperNova og hjemmesiden. InternetSkydning, internetGolf og InternetBowling fortsættes i samarbejde med IU. Der arbejdes desuden med tilmelding, resultatformidling, statistik, formularer og færdigt præsentationsmateriale på hjemmesiden.

I 2003 skal der etableres en fælles aktivitetskalender for DFIF og foreningerne på hjemmesiden i samarbejde med PR-gruppen. Kalenderen administreres for foreningernes vedkommende af foreningerne selv, mens forbundsdelen administreres på forbundskontoret. Der skal desuden oprettes en fælles kalender og postlister for styrelse og ansatte. Begge kalendere skal køre på en DFIF-server på forbundskontoret.

I samarbejde med redaktøren af Firmaidræt og DFIFs desktopper etableres der en billeddatabase med forskelligt indhold på hjemmesiden i værktøjskassen. Billeddatabase administreres fra kommunikationscenteret og forventes klar inden udgangen af 1. kvartal 2003.

IT-afdelingen har også planlagt en opdeling af websider og databaser med henblik på placering på flere servere.

I samarbejde med AU skal der også udarbejdes et koncept til elektronisk håndtering af AUs kampagner, bl.a. Tour de Pedal, LøbeTouren, Danmark-Stafet og Panterdage.

IT-afdelingen skal i 2003 også arbejde med udvikling af SuperNova på eksisterende platform og en kommende platform i samarbejdet med DGI og DIF. ■



Ved DFIFs firmaidrætsfestival i 2002 var der fokus på friluftaktiviteter, og her viste formanden Peder Bisgaard, at han også mestre prussikklatring, da han klatrede til tops i Marielundsskovens bøgetræer.

Friluftslivets bidrag til en øget sundhed

Peder Bisgaards tale ved Friluftsrådets 60 års jubilæumskonference.

med det formål: „At tilbyde alsidige friluftsoplevelser, som fremmer sundhed og samvær i og med respekt for naturen og hvor dramaet har været en mulig ingrediens”.

Et af tilbuddene har været forskellige former for aktivitetsdage og teamtrainingsforløb for virksomheder, hvor både basisfriluftsliv og friluftaktiviteter har været omdrejningspunkterne. Målgrupper har eksempelvis været: Hele medarbejdergruppen, samarbejdsudvalget, afgrænsede afdelinger eller ledergrupper.

Men også i vores eget satsningsområde ”Motion på arbejdspladsen” opfordrer vi til oprettelse af løbe- eller cyklegrupper samt med deltagelse i vore kampanjer ”Tour de Pedal” og ”Vi cykler til arbejde” samt ”LøbeTouren” og ”Danmark-Stafetten”, der er motionsløbsarrangementer specielt for arbejdspladsen og som foregår i natur-skønne omgivelser over hele Danmark.

Familieidrætten har igennem flere år været et af forbundets store fokusfelter, og intet falder mere naturligt, end at legen på tværs af generationer kan foregå i naturen. Vi har med stor glæde og inspiration fulgt Friluftsrådets kampagne „Familien i naturen året rundt” og har i denne sammenhæng lavet forskellige tiltag over for vore medlemmer, med friluftslivets centrale placering under vores nylig afholdte Firmaidrætsfestival, som det største aktiv.

Friluftsmarkedet

I forsommeren 2003 er vi klar til at introducere „Friluftsmarkedet”. Det er et nyt initiativ som i efteråret 2002 har været prøvet af i forskellige sammenhænge, og hvor drama, sundhed og samvær er kodeordene. Det er et tilbud vi forventer at vore foreninger får meget glæde af, som et nyt tilbud til deres medlemsklubber og virksomheder.

Senioridrætten i Dansk Firmaidrætsforbund er et tilbud til de medarbejdere, der vælger at takke af på arbejdsmarkedet. Inden for denne kategori af motionister udviklede vi allerede i 1999 en konference med „Friluftsliv - for seniorer” som hovedtema. Konferencen blev i år 2000 fulgt op med en video om samme emne og siden har vi afholdt op mod 100 inspirationsarrangementer for denne målgruppe.

Firmaidrætten ser derfor sig selv som en naturlig medspiller i bestræbelserne på at få flere ud i naturen og motionere, men vil også gerne indgå i kommende partnerskaber for at øge effekten af vore fælles interesse - nemlig naturen som en skøn arena for mange motions- og sanseoplevelser - gerne med drama, sundhed og samvær for øje.

Så hermed er opfordringen og indbydelsen givet videre til et kommende samarbejde.

Tak for ordet og tillykke med fødselsdagen. ■

■ Kan firmaidrætten gøre en forskel når vi taler om folkesundhed og friluftsliv? Ja, det kan vi, for ifølge fremtidsforskeren Søren Steen Olsen fra Institut for Fremtidsforskning, er „Drama, sundhed og samvær kodeordene for den behovsdækning som idrætten i dag og i den kommende tid skal have for øje”.

Med virksomhederne som det naturlige udgangspunkt for firmaidrættens virke, vil vi gerne byde ind med forskellige motionstilbud for at imødekomme disse behov og dermed bidrage til en øget folkesundhed.

Naturen som motionsrum

En af de oplagte arenaer i disse bestræbelser er naturen og „det frie rum”. Man kunne sagtens i denne sammenhæng tale om „Naturen som et motionsrum”. Firmaidrætten har gennem de seneste år eksperimenteret med forskellige motionstilbud

Boldspil og friluftsliv

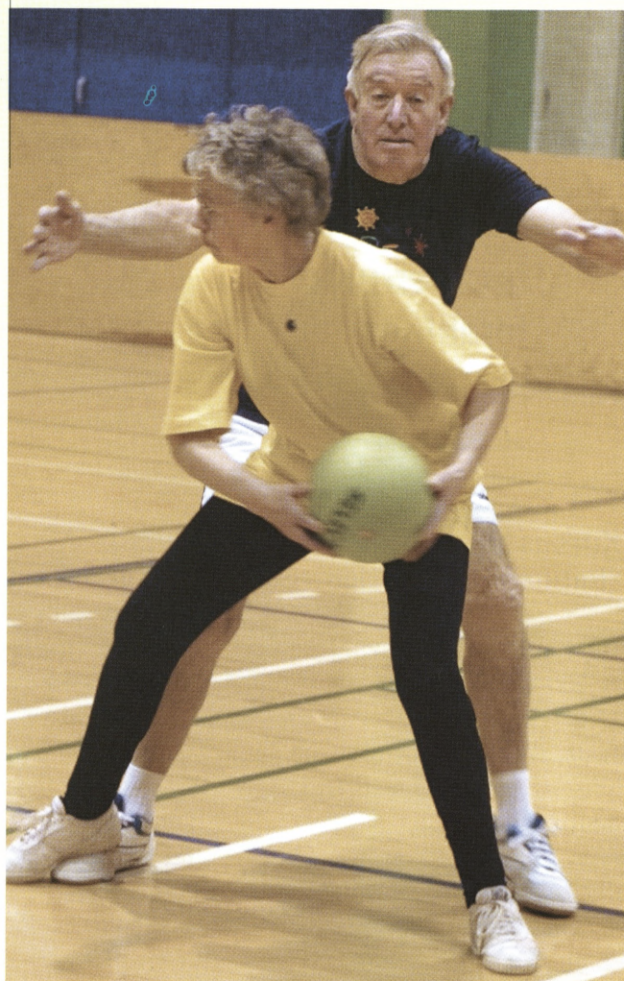
DFIF, DAI og FMI afvikler fælles Senioridrætskonference til september 2003.

DFIF, FMI og DAI afholder i fællesskab Senioridrætskonference på Den Jyske Idrætsskole, Kursuscentret, i Vejle tirsdag den 16. september til onsdag den 17. september 2003.

Konferencen har 2 hovedområder; friluftsliv og boldspil. Konferencen vil indeholde en god blanding af praktiske aktiviteter, »classrooms«, plenumforedrag samt mulighed for gensidig erfaringsudveksling.

Tilmeldingsfristen er den 1. juni og prisen er kr. 1.200 pr. deltager incl. overnatning på dobbeltværelse, fortæring, undervisning, festmiddag m.m.

Der vil tilgå foreningerne en indbydelse ultimo februar. Vil du vide mere så kontakt aktivitetskonsulent, Jan Knudsen, DFIF på tlf. 6531 6560 eller 4045 7860.



Boldspil bliver det ene tema og friluftsliv det andet på et stor fælles Senioridrætskonference der afvikles af DFIF, DAI og FMI i september måned 2003. Foto. Johnny Wichmann.

En aktivitetsdag i naturen

DFIF, DAI og FMI tilbyder nu alle instruktører, seniorer og forenings- og projektledere et gratis 3 timers inspirationskursus lokalt i foreningen. Vi kommer med rekvisitter og instruktører. Du sikrer deltagelse af min. 30 seniorer samt instruktører fra din forening og naboforeningerne, kaffe/kage (egenbetaling) og lokal markedsføring. Der afholdes 6 arrangementer, fordelt på følgende måde:

Forår: Uge 19 (2 stk.), uge 20 (1 stk.), uge 21 (2 stk.), uge 24(1 stk).

Efterår: Uge 34 (2 stk.), uge 35 (1 stk.), uge 36 (2 stk.), uge 37 (1 stk).

Ansøgningsfrister er henholdsvis den 7. april og den 26. maj.

Er der flere end 12 ansøgninger vil fordeling ske efter lodtrækning.

Rundt om Tåsinge

Du kan også deltage i en aktivitetstur for seniorer og instruktører, " Rundt om Tåsinge".

Tid/sted: Mandag den 2/6 - onsdag den 4/6 på Tåsinge.

Tema: Vi vandrer, MTB-cykler, kajakker eller roer Tåsinge rundt langs kystlinien. Turen indeholder friluftaktiviteter, kulturelle indslag samt primitiv overnatning og madlavning.

Pris: Kr. 200 incl. ophold, fortæring og aktiviteter. Transport til Tåsinge er for egen regning. Der kan max. deltage 32 personer.

Yderligere information hos:

FMI, Carsten Hansen, 6530 2747 / 4045 7867

DFIF, Jan Knudsen, 6531 6560 / 4045 7860

DAI, Birthe Henriksen, 4326 2385 / 4040 0587

Friluftsliv for seniorer

Kurser i friluftsliv
for instruktører,
forenings- og
projektledere og
seniorer.



Kurset "Naturen som motionsrum" byder på lege i skoven og lejrball om aftenen.
Foto. Johnny Wichmann.

Kursus A1 (Naturen som motionsrum)

Tid/sted: Onsdag den 23. april kl. 10.30 - torsdag den 24. april kl. 16.00 i Ry.

Tema: Adgangsregler, Skovlege, Friluftaktiviteter, Naturens Fitness-maskine m.m.

Pris: Kr. 699,- incl. ophold, fortæring, undervisning, video og kursusmaterialer. Transport er for egen regning.

Der skal være min. 16 deltagere før kurset gennemføres. Sidste tilmeldingsfrist til de tre kurser er senest 3 uger før første kursusdag.

Kursus A2 (Naturen som motionsrum)

Tid/sted: Tirsdag den 12. august kl. 10.30 - onsdag den 13. august kl. 16.00 i Haslev.

Tema: Gamle Idrætslege, Skovlege, Friluftaktiviteter, Mountainbike og Friluftsmærke.

Pris: Kr. 699,- incl. ophold, fortæring, undervisning, video og kursusmaterialer. Transport er for egen regning.

Der skal være min. 16 deltagere før kurset gennemføres. Sidste tilmeldingsfrist til de tre kurser er senest 3 uger før første kursusdag.

Kursus B1 (Friluftsidræt)

Tid/sted: Tirsdag den 27. august kl. 10.30 - onsdag den 28. august kl. 16.00 i Kerteminde.

Tema: Løbsaktiviteter, Boldspil, Gamle Idrætslege, Friluftsmærke, og Adgangsregler.

Pris: Kr. 699,- incl. ophold, fortæring, undervisning, video og kursusmaterialer. Transport er for egen regning.

Der skal være min. 16 deltagere før kurset gennemføres. Sidste tilmeldingsfrist til de tre kurser er senest 3 uger før første kursusdag.

Grib chancen - brug bolden

**Inspirationsdag i boldspil
– en aktivitet for alle seniorer.**

De tre idrætsorganisationer, DFIF, DAI og FMI indbyder til en række inspirationsdage med 3 timers inspiration lokalt i foreningen. Inspirationsdagen henvender sig til alle instruktører, seniorer og forenings- og projektledere, og tilbuddet er ganske gratis.

Eneste krav er, at der skal være mindst 20 seniorer før inspirationsdagen gennemføres. Vi kommer med rekvisitter og instruktører. Du sikrer deltagelse af min. 20 seniorer samt instruktører fra din forening og naboforeningerne, kaffe/kage (egenbetaling) og lokal markedsføring. Der afholdes 6 arrangementer i henholdsvis forår og efterår.

Inspirationsdagene kan afvikles i uge 5, 6, og 9, to stk. hver uge. Ansøgningsfrist for disse er 6. februar 2003.

I efteråret kan inspirationsdagene afvikles i uge 41, 43 og 45, ligeledes med to stk. hver uge. Ansøgningsfrist for ovenstående er 25. maj. Er der flere end 12 ansøgninger vil fordelingen ske efter lodtrækning.

Yderligere oplysninger og ansøgning til:

FMI, Carsten Hansen, 6530 2747 / 4045 7867

DFIF, Jan Knudsen, 6531 6560 / 4045 7860

DAI, Birthe Henriksen, 4326 2385 / 4040 0587

Friluftsmærket

- en aktivitet for alle

■ Aktivitetsudvalget i Dansk Firmaidrætsforbund har nu skabt et Friluftsmærke, som er en alsidig aktivitet, der også indeholder grænseoverskridende aktiviteter med naturen som kulisse.

Hvis man vil have fat i nye målgrupper i befolkningen, er kravet at aktiviteterne skal indeholde udfordringer og mulighed for at afprøve grænser. Det er alt sammen krav som Friluftsmærket opfylder, og samtidig er aktiviteterne tilrettelagt således at alle kan være med. Både motionister såvel som trænete i alle aldre.

Friluftsmærket er en kombination af mange forskellige friluftaktiviteter, både nye og traditionelle, og byder på udfordringer indenfor kondition, muskelstyrke, motorik, balance, præcision og samarbejde.

Stjernetræfkoncept

Friluftsmærket indeholder disciplinerne: kajak, mountainbike, klatring, bueskydning, øksekast, forhindringsbane, softgun, kompasløb. Disciplinerne er inddelt i en obligatorisk- og en valgfrigruppe, hvor fra der skal vælges et vist antal discipliner fra hver gruppe. Der er ingen tvivl om at det bedste resultat og oplevelse fås, hvis man træner og øver over en periode på eksempelvis 6 gange, det kan være én gang ugentligt, og prøven tages som afslutning på denne periode.

Friluftsmærket kan tilbydes som en enkeltstående aktivitetsdag indenfor familie- eller senioridrætten, som "stjernetræfkoncept" eller som et virksomhedsarrangement. Afviklingen skal ske igennem den lokale firmaidrætsforening, og skal tilpasses de lokale forhold.

Afviklingsformer

Ved gennemførelsen af Friluftsmærket erhverver deltagerne et stofmærke eller diplom. Planen er, at udvikle et Friluftsmærke, hvor de enkelte discipliner kan aflægges individuelt med pointgivning. Desuden skal alle discipliner kunne afvikles på en bane, og prøven kan aflægges som en samarbejdsprøve (point eller samlet tid).

Vi regner med at køre en forsøgsperiode frem til juni 2003, hvor et færdigt materiale skal ligge klar til brug for foreningerne. DFIFs Aktivitetsudvalg er behjælpelig med konsulent, instruktør og økonomisk støtte til de foreninger, der er interesseret i at få afviklet Friluftsmærket i deres forening. ■



Træklatring er en af de udfordringer som Friluftsmærket byder deltagerne på.

FAKTA

Friluftsmærket inddeles i følgende grupper:

Børn 08 – 12 år

Ungdom 12 – 16 år

16 – 20 år

Voksne 20 – 50 år

Senior 50+

Familie Alle aldre samtidig

Firmaer Alle aldre samtidig

Teams Alle aldre samtidig

Der vil for hver gruppe blive udarbejdet en drejebog, hvor der stilles krav til afstand, længde, sikkerhed m.m.

Hallo - er der nogen derude?

**PR og Markedsføring:
Én person tilmeldt til
stortræf og én kreds har
behov for kredsleder-
uddannelsen ud af 19
udbudte 3 timers kurser!**



Hvis man vil være kendt er det ikke nok bare at sætte en annonce i lokalbladet med tilmelding til næste fodboldturnering, siger formanden for PR Gruppen Freddy Juhl.

Det er med stolthed i stemmen, at jeg som formand for DFIFs PR Gruppe nu kan proklamere, at forbundets foreninger og kredse er blevet så dygtige til PR og Markedsføring, at det ikke længere er nødvendigt at udbyde kurser på området – hvilket den lave interesse jo i høj grad er et udtryk for. Eller er der noget jeg helt har misforstået?

Der blev på repræsentantskabsmødet i november 2001 sendt et stærkt signal til forbundsstyrelsen om, at foreninger og kredse ønskede en øget indsats på PR området, hvilket også resulterede i ansættelsen af en PR- og informationskonsulent. En ansættelse der har båret frugt på forbundets udadvendte information til presse m.m., og dermed også den eksponering af vores værdier og aktiviteter, som vi havde forventet.

Foreningerne ønsker øget markedsføring

Siden januar i år har jeg deltaget i utallige møder landet over med forbundets formænd og andre ledere i mange forskellige sammenhænge, og er hver gang gået fra møderne med en positiv opfattelse af, at foreningerne ønsker en øget indsats af markedsføringen lokalt.

Citat: "Man skal ikke markedsføre forbundet, men foreningerne. Det er jo dér medlemmerne skal hentes".

Et udsagn som jeg hidtil har været helt enig i. Nu er jeg ikke så sikker længere, for hvis der med den manglende interesse gives udtryk for, at foreningerne mener, at man ikke selv behøver at gøre en

indsats – og i samme åndedrag forventer at forbundets PR Gruppe skal stille resurserne til rådighed for at markedsføre den enkelte forening, så hænger det ikke sammen længere. Det går virkelig ikke! Vi hjælper gerne med gode ideer, men vi udfører IKKE det praktiske arbejde.

Faktisk tror jeg heller ikke på, at man er blevet så dygtige til markedsføring af foreningernes aktiviteter, at uddannelse er unødvendig – det bevises jo med de stagnerende medlemstal.

Hvad er der så galt?

En forklaring kunne være, at foreningerne ikke har forstået vigtigheden af markedsføring. Der er måske lavvande i kassen? Hvad ved jeg – jo, jeg ved med sikkerhed, at der ikke bliver nogen fremgang i nogen forening, uden at man er kendt i lokalområdet for gode og veltilrettelagte aktiviteter.

Og man bliver altså ikke kendt hvis man blot læner sig tilbage, og IKKE gør noget aktivt ved markedsføringen udover at sætte små annoncer i lokalbladet med tilmelding til næste fodboldturnering...

Det er der ikke nogen, der kan sælge ret mange varer ved – og vi sælger altså idræt, motion og samvær. Så sælg det – og ved man ikke hvordan man skal gøre – så tag på et af Uddannelsesudvalgets kurser.

En god markedsføring behøver ikke at koste en bondegård, mindre kan også gøre det.

Er du uenig med mig eller?

Det er jo ikke umuligt at jeg tager fejl i mine udsagn – men jeg tør godt tage diskussionen med dig allerede i morgen. Brug DFIFs debatforum aktivt. Klik ind på www.dfif.dk/openforum

Sport, sundhed og lederkurser 2003

Kurstilbud fra Dansk Firmaidrætsforbund her og nu

Stress som positivt værktøj

Tid og sted: Lørdag d. 3 maj 2003 kl. 10:00-17:00
i Middelfart

Indhold:

- Ved du i virkeligheden hvad der sker, når du bliver stresset?
- Findes der positiv stress?
- Hvordan bevarer man overblikket i en stresssituation?
- Stress som fænomen
- Hvordan opstår stress?
- Jeg ved, hvad der stresser mig, hvorfor kan jeg ikke håndtere det?
- Ved du, hvad der stresser dig?
- Hvorfor har vi trang til stimulanser som rygning og sukker, når vi er stresset?

Instruktør: Grethe Fremming, medstifter af Polariscentret. Underviser i firmaer i USA, Australien, Tyskland, Sverige, Norge og Danmark. **Pris:** kr. 950 incl. frokost. Foreningspris kr. 425 incl. frokost.

Tilmelding: Senest den 2. marts 2003.

Lev sundt ikke kedeligt

Foredrag om optimal ernæring når det er bedst. Kom og få gode ideer fra Pia Birk. Hør hvordan du kan ændre dine kostvaner på en sund og velsmagende måde, uden at livet bliver kedeligt:

Tid og sted: Sønderborg torsdag d. 30. januar 2003 kl. 19-21.30

Pris. kr. 50. Tilmelding til:

Sønderborg Familie og Firma Sport, SFS-Hallen
Borgmester Andersensvej 100
6400 Sønderborg

Telefon: 7442 7999. Telefax: 7442 9922. E-mail:
soenderborg@dfif.dk

Tid og sted: Nyborg. Torsdag d. 27. februar kl. 19-21.30.

Pris kr. 50. Tilmelding til:

Jørgen Andersen
Skovvej 2
5540 Ullerslev

Telefon: 6535 3075. E-mail:
aj@dfif.dk;hndbld@dfif.dk

Fitness-instruktøruddannelse i motionscenter

Tid og sted: lørdag d. 01. marts 2003 kl. 10 - 18
i Tommerup

Pris: kr. 1100. **Tilmelding:** Senest d. 09. februar. 2003

Petanque-instruktør inspirationskursus

Tid og sted: lørdag d. 01. marts 2003 kl. 10-17.30
i Fredericia.

Emner: show-cases, instruktionsteknik og praktiske øvelser på banen, erfaringsudveksling og turnering samt gode råd og fif. Foreningspris: kr. 400.

Tilmelding: senest d. 15. februar 2003

Spinning 1

1. del af instruktøruddannelsen.

Tid og sted: søndag d. 23. marts 2003 kl. 10-18.00
i Kolding. Pris kr. 1100 incl. instruktion, materialer, forplejning.

Tilmelding: senest d. 26. februar 2003



Riffel 1 instruktøruddannelse

Tid og sted: d. 11.-13. april 2003 i Middelfart
Tilmelding senest d. 01. marts 2003

Vi du høre mere om kurserne eller vil du have tilsendt et gratis katalog med alle de spændende kurstilbud? Kontakt DFIF på tlf. 6531 6560, eller send en mail til uddannelseskonsulent Jane Have Andersen på jha@dfif.dk



Dansk Firmaidrætsforbund

Storebæltsvej 11, 5800 Nyborg,
tlf. 65 31 65 60, fax: 65 30 14 26,
e-mail: jha@dfif.dk og www.dfif.dk



Stævner 2003

1. februar til 31. august 2003

Idrætsgren	Dato/Måned/år	Forening	Kontaktperson	Telefon	Sidste tilmeld.
Gang og vandring	Kyndelmissevandring 2. februar Ryslinge Marchen 22.-23. aug.	Wabblerne Wabblerne	Fl. Rasmussen Fl. Rasmussen	62 67 15 25 62 67 15 25	
BILLARD	Albani Cup 24. & 25. maj 03	FKS Odense	Arne Kristensen	66 10 99 67	1. maj 03
BOWLING	Bymesterskab 26. april 03	Esbjerg	EFIs kontor	75 13 04 70	
CYKLING	Vi cykler til arbejde 28. april til 25. maj Tour de Pedal Maj måned Tour de Pedal 25. maj 25 års Jubilæumsdag Danmark Rundt 16.-19. juni	Hele landet Hele landet Hele landet Politiet IF		65 31 65 60 25 39 80 44	
FODBOLD INDE	Indefodbold 16. feb. Five a side Arovit C. 2. feb.	FKS Odense Esbjerg	Preben Grønberg EFIs kontor	66 15 05 28 75 13 04 70	1. feb. 03
KEGLER	Kegler 2. feb. Kegler 26. & 27. april	Haderslev Nyborg	Bernt Larsen	74 52 16 71 65 31 68 55	14. apr. 03
MOTIONSØB	Vestkystløbet 1. juni Kongebroløbet 13. sept. Danmark-Stafetten 22. maj Danmark-Stafetten 25. maj Danmark-Stafetten 1. juni Danmark-Stafetten 14. juni Danmark-Stafetten 15. juni Danmark-Stafetten 23. aug.	Esbjerg Middelfart København Ry Hillerød Svendborg Næstved Frederikshavn	EFIs kontor MFS Eli Rasmussen Erik Kjær Kristensen Aja Andersen	75 13 04 70 64 41 20 90 32 53 53 42 86 89 21 56 48 26 73 20 62 22 58 09 55 73 56 84 98 43 86 25	24. aug. 03
PETANQUE	St. Bededags Cup 16. maj Petanque 24. maj	Ringe Middelfart	Søren Hansen Bodil Christensen	62 66 16 13 64 41 26 79/ 64 471 20 90	13. maj 03 1. maj 03
PISTOL 15 M	Pistol 15 m 1. & 2. feb. Pistol 15 m 8. & 9. feb.	Odense Haderslev	Leif Sørensen	66 17 63 20 74 52 77 65	9. jan. 03
RIFTEL 15 M	Riffel 15 m 8. & 9. feb. Riffel 15 m 1. & 2. marts	Haderslev Bov	Finn Nikolajsen	74 52 77 65 74 67 30 96	14. feb. 03
RIFTEL 50 M	Riffel 50 m 21. juni Riffel 50 m 16. & 17. aug.	FKS Odense Middelfart	Leif Sørensen Vagn Ove Jensen	66 17 63 20 64 41 50 30	30. maj 03 2. aug. 03
TENNIS	Tennis double 15. & 16. marts	LTFU	Kim Kofoed	45 46 00 29	28. feb. 03

Få din forenings åbne stævne eller arrangement med på DFIFs aktivitetskalender.

Send en e-mail til Firmaidræts redaktion, e-mail jt@dfif.dk med oplysninger om tidspunkt, sidste frist for tilmelding, arrangerende forening og tlf. eller e-mail for kontaktperson.

Navneskifte i København

Farvel til funktionæridrætten og goddag til firmaidrætten

Den 1. januar 2003 var på mange måder en historisk dag for KFIU, Københavns Funktionær Idræts Union. Dagen blev skelsættende, idet den 75 år gamle union, der med ca. 40.000 medlemmer er Danmarks største idrætsforening, tog navneforandring til Københavns Firma Idræts Union.

Dermed blev der taget afsked med noget af arvegodset fra oprettelsen af unionen, der blev dannet i 1927 fordi kontorfolkene var blevet trætte af at tabe til de bredskuldrede smede fra B&W, der spillede i FKBU Firma Klubbernes Boldspil Union). Derfor stiftede kontorfolkene Handels- og Kontorfunktionær-

nes Boldspil Union (HKBU), der i 1953 blev til KFIU.

- Vi har skiftet "funktionær" ud med "firma", fordi det gamle udtryk var et levn fra fortiden, men navneskiftet er blot en lille del af en omfattende strukturændring, der skal tilpasse unionens profil til samfundets udvikling, fortæller formanden for KFIU, Josef Jezewski.

Første skridt blev taget i marts 2002, hvor repræsentantskabet vedtog et forslag til en ny organisation. Hovedbestyrelsen og forretningsudvalget blev nedlagt, og der blev oprettet en unionsbestyrelse på 5 personer, hvis primære opgave er den daglige ledelse af unionen. I

november 2002 blev der oprettet et idrætsudvalg, hvor formanden for billardudvalget, Leif M. Jensen blev valgt til formandsposten.

- Idrætsudvalget består af formændene for idrætsudvalgene, og den nye struktur skal frigøre udvalgsformændene fra det administrative arbejde i hovedbestyrelsen, og give dem mere tid til det de egentlig skal lave, nemlig firmaidræt, siger Josef Jezewski, der også forventer, at der bliver mere tid til udvikling af nye idrætslige- og motionsmæssige tilbud til klubberne, f.eks. tilbud om floorball. ■

Våbenloven er trådt i kraft

Fristen for at anskaffe et godkendt skab udløb den 1. januar 2003.

Våbenlov af 26. januar 2000 foreskriver, at alle der har et eller flere våben, skal opbevare det i et godkendt våbenskab. Et „godkendt våbenskab“ betyder, at det skal være godkendt i mindst én 1143-1 grad 0 eller en tilsvarende klasse, hvilken blandt andet er SKAFOR blå klasse 2. Vejer skabet under 1000 kg, skal det være forsvarligt fastboltet til væg, gulv eller lignende.

Fristen for at anskaffe et godkendt skab udløb den 1. januar 2003. Herefter skal alle våben opbevares i et godkendt våbenskab. Har du endnu ikke anskaffet dig et godkendt skab, har du to muligheder:

1. Hurtigst muligt at anskaffe et godkendt våbenskab.

2. Kontakte den lokale DFIF skytteforening for at få en aftale om eventuel opbevaring i godkendt boks på skydebanen.

Godkendte våbenskabe kan købes hos DDS, hos en våbenhandler m.v. Vælger du at få dit våben opbevaret hos den lokale DFIF skytteforening i en godkendt boks, må der påregnes et individuelt gebyr pr. år herfor.

Der er i loven givet mulighed for kontrol. Både foreninger og private våbenejere, kan få besøg af en kontrollant, som har myndighed til at kontrollere, at et våben er korrekt

registreret og opbevaret. Er våbenet ikke lovligt opbevaret, vil der komme en politianmeldelse. Der har været 3 år til at få forholdet bragt i orden, så der er ingen pardon.

Pr. 1. juni 2002 trådte loven om våbenregistrering ligeledes i kraft, så for videre ændringer i ens våbenregistrering, må der påregnes et gebyr på 120 kr. Våbenregistrering administreres af DDS.

Med venlig hilsen
Idrætsudvalget, Dansk
Firmaidrætsforbund. ■

FirmaMotion



“Når Virksomhed og Medarbejdere skal ha' det godt”

At have et firmamotionsrum i virksomheden er en luksus, som flere og flere virksomheder og medarbejdere ikke vil være foruden.

Fordelene taler for sig selv. Både for medarbejdere og virksomhed.

Velvære kommer indefra og ses og mærkes udenpå. Motion er den bedste kilde til bedre velvære og resultatet ses og mærkes efter få uger.

Med et firmamotionsrum i virksomheden får du mulighed for at få indpasset træningen i en travl hverdag f.eks. efter

arbejde når myldretrafikken er på sit højeste. Når du er færdig kan du køre hjem og ofte er du hjemme på samme tid, som du ellers ville have været. Bare friskere og gladere.

Med et firmamotionsrum får virksomhedens medarbejdere det bedre. Både med sig selv og hinanden.

Man mødes til træning, på tværs af organisationen og det skaber ofte relationer man ellers ikke ville have fået.

Relationer giver forståelse og bedre kommunikation i dagligdagen. Samtidig

giver det motivation i træningen og i arbejdet.

Pedan sørger for at oplevelsen af træningen bliver unik. Med det bedste udstyr på markedet hvor design, funktionalitet, effektivitet og sikkerhed går op i en højere enhed, dækker Pedan's udstyr ethvert træningsbehov du måtte have, lige fra kredsløbstræning til styrketræning.

Virksomheden skaber rammerne. Pedan giver mulighederne - men i sidste ende er det dig, der skaber resultaterne.



PEDAN A/S
- din wellness partner -

KØBENHAVNSVEJ 224 - 4600 KØGE
Tlf. 56 65 64 65
info@pedan.dk - www.pedan.dk

Floorball, skydning og tæppecurling

- et anderledes og spændende tilbud til din firmaklub.

Storstrøms Amtskreds inviterer nu for 13. gang til et nyt kredstræf som 3-kamp, og igen er det med den spændende og populære aktivitet floorball på programmet.

Kredstræffet afvikles af Storstrøms Amtskreds sammen med Vordingborg Firma Sport den lørdag den 5. april 2003 i Vordingborg i Iselinge-hallens lokaler på Chr. Richardtsvej.

Træfstævnet går i korte træk ud på, at man tilmelder sig som hold der består af 6 personer, 4 herrer og 2 damer. Der skal dystes i floorball, skydning (15 m) og tæppe-

curling. Det koster kun 450 kr. pr. hold at deltage, og deltagerne skal være fyldt 16 år. Holdene inddeles i puljer. I floorball tæller det dobbelt, når damer scorer. Der spilles på en halv håndboldbane. Der tildeles point puljevis pr. idrætsgren. Puljevinderne går ikke videre. Der uddeles præmier i de enkelte puljer. Som noget nyt vil der i år være præmie til det firma, der opnår flest point.

Yderligere information og tilmelding hos Leif Rasmussen, Næstved, tlf. 55 73 20 85, mail naestved@dfif.dk eller Ingolf Pe-



Floorball er igen på programmet til kredstræffet i Storstrøms Amtskreds.

tersen, Vordingborg, tlf. 55 37 26 44 mail vordingborg@dfif.dk
Indbydelsen er udsendt med dette nummer af Firmaidræt til alle firmaklubber i Storstrøms Amt der er medlemmer af DFIF. |

Sådan fik vi flere hold med

En "prikkerunde" hos Danfoss i Næstved gav 5 hold til kredstræffet.

Hvordan får vi flere hold med til kredstræf som 3-kamp? Det spørgsmål har både arrangørerne og de lokale arbejdspladser drøftet mange gange. Det gjorde man også på Danfoss i Næstved, da indbydelsen kom ind ad

døren sidste år. Indbydelsen blev sat op flere synlige steder på arbejdspladsen, men en uge før tilmeldingsfristens udløb, var der kun tilmeldt et enkelt hold.

Og så tænkte jeg, det kan ikke være rigtigt, siger Jørgen Jensen fra Danfoss. Så han besluttede sig for at gå på „jagt“ efter flere personer og hold. Og som jagten skred frem, gik der sport i opgaven.

Hvordan fik du folk med?

- Jeg gik rundt og „prikkede“ dem på skulderen og spurgte, om ikke det var noget for dem. Og det bevirkede, at

Danfoss i Næstved stillede med 5 hold sidste år i stedet for bare et. Denne fremgangsmåde er et godt eksempel på, at interessen er til stede, men det kniber for folk med at komme ud af starthullerne, understreger Jørgen Jensen.

Godt arrangement

- At vi var mange hold, og firmaet havde sponseret deltagelsen samt trøjer med Danfoss logo, var med til at højne stemningen. Det var lige-

gyldigt, hvor man var, så var der kollegaer, som man kunne heppe på eller „mobbe“ afhængigt af resultatet, pointerer Jørgen Jensen.

- At det var nogle idrætsgrene, som man normalt ikke dyrker (skydning, tæppe-curling og floorball) betød, at der var nogle, der på forhånd var meget skeptiske med hensyn til deres deltagelse, men alle gik til den med liv og sjæl da man først var i gang. Da vi mødte på arbejde om mandagen gik snakken livligt, og den var udelukkende positiv. Det kan da godt være, at vi i 2003 møder med nogle flere hold, men det kræver et hårdt benarbejde at nå dette resultat, slutter Jørgen Jensen. |

Spil Indoor Soccer med det danske landshold

Dansk Firmaidrætsforbund (DFIF) og Dansk Arbejder Idrætsforbund (DAI) inviterer alle fodboldinteresserede til gratis PR fodboldstævne i det nye spændende spil Indoor Soccer.

- **Lørdag d. 1. februar kl. 12.00 – 16.00**
i Frederiksborg Centret, Milnersvej 39 i Hillerød.
- **Søndag d. 2. februar kl. 11.00 – 16.00**
i Næstvedhallen, Rolighedsvej 20 i Næstved.

Ved begge præsentationsstævner vil det danske VM hold i Indoor Soccer først spille en opvisningskamp på 2 x 10 minutter. Bagefter kan de tilmeldte hold prøve spillet med kyndig hjælp fra VM spillere, dommere og officials.

Indoor Soccer er et intenst og tempofyldt spil. Den normale kamptid er 2 x 25 minutter med fem spillere på banen ad gangen. Én af de store forskelle fra normal "in-

dendørs" fodbold er selve bolden, som har et specielt lavt opspring, der stiller krav til såvel spillernes teknik som kondition.

Indoor Soccer spilles på en håndboldbane med håndboldmål, men uden bander. Målmanden må tage med hænder og alle spillere må bevæge sig frit over hele banen.

I Hillerød skal tilmelding foretages til Hillerød Firmsport v/ Torben Schultz Larsen på 4825 0052.
Mail: torbenschultz@larsen.mail.dk

I Næstved skal tilmelding foretages til John Kulas 5573 3927. Mail: kulas@mail1stofanet.dk

For yderligere information bedes du kontakte idrætskonsulent Anette Hvidtfeldt, DFIF på tlf. 6531 6560. Mail: hv@dfif.dk



Spinning...

Værsgo her har du en supergod instruktør-uddannelse. Uddannelsen løber over 3 kurser og afsluttes på kursus 3 med eksamen og diplom

1-del • Spinning 1

Søndag den 23. marts 2003 - kl. 9.30 - 18.00 i Kolding

Pris: Kr. 1100,-

Tilmelding: Senest den 26. februar 2003

Er I minimum 12 deltagere fra samme center, kan kurset også afvikles hos jer, så I sparer tid og kørsel.

Vil du vide mere om kurset se www.dfif.dk eller ring til uddannelseskonsulent Jane Have Andersen på tlf. 6531 6560.



**Dansk
Firmaidrætsforbund**

Storebæltsvej 11 • 5800 Nyborg • Tlf. 6531 6560

Fax 6530 1426 • www.dfif.dk



Landet rundt

Svendborg.

FMI-TRÆF 2003 i Svendborg

Årets FMI-TRÆF afholdes i dagene 28. – 30. april og vil for første gang siden organisationens allerførste træf i 1991 finde sted på Fyn, nærmere betegnet Svendborg. Træffet er FMIs 13. i rækken, og det er med stor forventning at arrangementet igen har fundet til Fyn, og især Svendborg. Svendborgs overflødhedshorn af især naturmuligheder bliver også en stor del af træffet. Således bliver der mulighed for et friluftsanslag på det smukke Christiansminde, med så forskellige tilbud som havkajak og Gamle Idrætslege.

Der bliver for første gang også mulighed for at kombinere udflugterne med motion, idet der arrangeres en kombinationsstur for op til 50 personer, der indeholder en ca. 10 km lang cykeltur med stop ved bl.a. Bregninge Kirke og Valdemars Slot, samt en længere sejltur på Svendborgsund. Men der bliver også mere traditionelle aktiviteter som gymnastik, svømning, boldspil, petanque, dans m.m. Disse afholdes på og omkring landsstævnestadion ved Svendborg Idrætshal, der bliver "stævnecentrum".

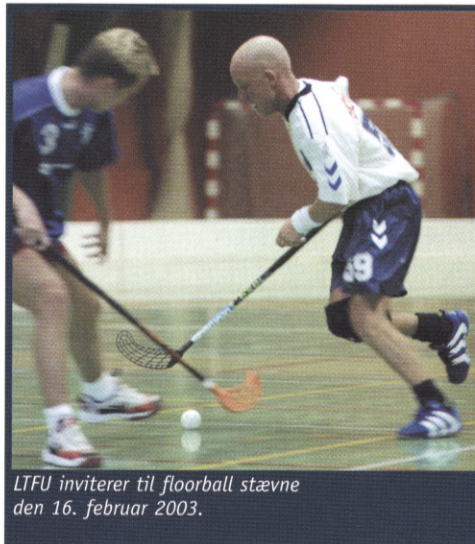
FMI håber på endnu et par gode dage med mange glade deltagere i Svendborg.

Lyngby-Tårnbæk. LTFU afholder floorballstævne

LTFU har inviteret alle foreninger under de københavnske unioner, LTFU, FKBU og KFIU samt KFS, til floorballstævne i Lundtofte Hallen den 16. februar 2003.

- Floorball stævnet er det første der bliver afviklet, og hvis det bliver

„godt modtaget“, vil floorball blive ny aktivitet i LTFU. For at sikre at arrangementet afvikles korrekt, har vi fået Formanden fra Lyngby Floorball Forening, Hans Ola Ohlsson, til at hjælpe os med det praktiske. fortæller formanden for LTFU, Preben Christensen.



LTFU inviterer til floorball stævne den 16. februar 2003.

Et hold består af 5 markspillere og 1 målmand, men der kan skiftes ud efter eget ønske. Spilletid sættes til 2 x 10 minutter per kamp, men kan korrigeres efter tilmeldte hold. Pris per hold er kun 75 kr.

Skanderborg. KICK OFF Multisport

Skanderborg Firma og Familie idræt starter et nyt projekt op, for børn i alderen 8 – 12 år, der har fået navnet **KICK OFF** Multisport. Det er et tværidrætslig projekt der bygger på ideen om, at aktiviteterne skal være alsidige og henvende sig til en stor gruppe af børn. Hvor nøgleordene er fantasi, spænding, inspiration, engagement og samvær, som dermed giver dem nogle oplevelser med idrætten, som de ikke umiddelbart havde forstillet sig.

KICK OFF multisport er ikke baseret

på konkurrence idræt, men idræt der er sjov og underholdende.

Det er et projekt der foregår både inden- og udendørs, hvor følgende aktiviteter tilbydes: alle former for boldspil, tons og tummel, vandaktiviteter, skydning, ketcherspil, økse-kast, rulleskøjter, gamle lege, natur og orientering, cykling, klatring, naturgolf og m.m.

Projektet havde forpremiere søndag d. 12. januar i Skanderborg Tenniscenter, hvor masser af børn og forældre prøvede de mange aktiviteter og havde en sjov eftermiddag. Yderligere oplysninger om **KICK OFF** Multisport kan fås ved at kontakte, Ulla Staal, tlf. 8651 0660 eller 2229 5592.

Dansk Firmaidrætsforbund inviterer til DM stævner i marts 2003

Indbydelserne til DM stævnerne i marts måned er sendt ud til alle kredse og foreninger i DFIF.

DM stævnerne afholdes således:

Badminton • 22.-23. marts
i Roskilde

Holdbillard • 22.-23. marts
i København

Bordtennis • 15.-16. marts
i København

Bowling • 15.-16. marts
i Ringkøbing

Dart • 15.-16. marts i Vordingborg
Indefodbold • 15.-16. marts

i Sønderborg
Håndbold • 22.-23. marts

i Ringkøbing
Kegler • 22.-23. marts i Haderslev

Pistol 15 m • 15.-16. marts
i Vordingborg

Riffel 15 m • 15.-16. marts
i Skallebølle (MFS)

Volleyball • 29.-30. marts
i København

**HUSK! Tilmeldingsfristen til
DM stævnerne er den
10. februar 2003.**



Nyt om navne

Ny direktør for Lokale- og Anlægsfonden

Lokale- og Anlægsfondens bestyrelse har besluttet at ansætte programchef ved DR2, **Torben Frølich**, som ny direktør. Torben Frølich, der tiltræder sin nye stilling den 1. februar 2003, er 43 år, uddannet journalist, og har før tiden som programchef for DR2 været ansat i flere stillinger indenfor både DR og TV2.

Tidligere på året blev **Hans Toft**, borgmester i Gentofte, udpeget som formand for Lokale- og Anlægsfonden, der virker under kulturministeriet. Fonden støtter og udvikler byggerier til forskellige kulturelle formål - heriblandt idræt, teater og musik. Den er oprettet i henhold til tipsloven og uddeler årligt ca. 75 mio. kr. i form af tipsmidler og afkast af fondens grundkapital.

Der er udpeget tre nye medlemmer til bestyrelsen for Lokale- og Anlægsfonden. Det er journalist og tv-vært **Line Baun Danielsen**, TV3 og tidligere TV2, stadsarkitekt **Jan Christiansen**, Københavns Kommune, tidligere partner i Domus Arkitekter og lektor på Arkitekt-skolen i København og endelig **Jens Szabo**, aktiv roer og medlem af byrådet i Ry Kommune. Derudover består bestyrelsen af, **Niels Lund**, generalsekretær i Dansk Ungdoms Fællesråd, **H.C. Hansen**, bestyrelsesmedlem i Danmarks Idræts-Forbund. **Søren Møller**, formand for Dansk Gymnastik- og Idrætsforeninger. **Peder Bisgaard**, formand for DFIF. **Bent Ager-skov**, formand for Friluftsrådet og **Flemming Knudsen**, tilforordnet fra Kommunernes Landsforening. ■

Ny redaktion bag Webmaster e-service

Gode værktøjer, ideer, koder og inspiration til foreningernes hjemmesider vil fremover komme til at kendetegne "Webmaster e-service"

- samtidig med at frekvensen af udsendelsen vil blive øget betydeligt, siger **Freddy Juhl**, der er formand for PR Gruppen.

Per Lykkegaard, plj@compuconsult.dk fra Fredericia Fag- og Firmaidrætsforbund, www.fffif.dk har velvilligt stillet sig til rådighed som redaktør af "Webmaster e-service" og **Finn Ryborg**, finn@dfif.dk fra Svendborg Firma Sport, www.firmasport.dk som medskribent.

Redaktionen håber fremover at kunne udsende "Webmaster e-service" 8 - 10 gange om året, fyldt med links til gode sager på nettet, der kan hjælpe med at holde foreningernes hjemmesider dynamiske og moderne.

Finder du en flot hjemmeside eller andet på nettet som du gerne vil dele med andre, så send en mail til redaktionen. ■

Ny ledelse i Køge Firma Bold

På en ekstraordinær generalforsamling i Køge Firma Bold i november 2002 fik foreningen ny ledelse. Ny formand blev **Alice Døsing**, der bliver formand frem til den ordinære generalforsamling i 2003. Ny næstformand er **Lise Brade**. Den øvrige bestyrelse fortsætter, således at **Hans Rasmussen** fortsætter på kassererposten og **Liselotte Skovsager** fortsætter på sekretærposten. Den ekstraordinære generalforsamling blev afholdt, da det kom frem, at der siden 1999 har hersket ustabile forhold omkring kassererposten, og at egenkapitalen i foreningen er blevet formindsket med 790.000 kr. på 3 år. ■

Formand valgt på ny i Nakskov

Bjarne Sørensen fortsætter som formand for de 1000 medlemmer i Nakskov Firma & Familie Sport.

Det blev klart da Bjarne Sørensen blev valgt på en ekstraordinær generalforsamling den 16. december 2002, hvor han indvilgede i at stille op på ny som formand, efter at den ekstraordinære generalforsamling få minutter forinden havde vedtaget de nye love for foreningen, hvor der fremover skal være en bestyrelse på 7 mand. Bjarne Sørensen trak sig fra formandsposten på den ordinære generalforsamling i november måned, da forsamlingen forkastede et forslag om, at bestyrelsen i Nakskov Firma & Familie Sport fremover kun skulle bestå af 5 medlemmer. Den tidligere bestyrelse bestod af 16 medlemmer, hvor alle idrætsgrenene under firmasporten var repræsenteret.

Nu bliver bestyrelsen så på 7 medlemmer efter de reviderede love og vedtægter, og Bjarne Sørensen er overbevist om, at den nye bestyrelse vil kunne arbejde konstruktiv i modsætning til den tidligere bestyrelse på 16 medlemmer, hvor man ofte var ude for, at bestyrelsen var handlingslammet fordi kun halvdelen af medlemmerne mødte op til møderne.

Valget af Bjarne Sørensen er blevet modtaget med stor tilfredshed både i Nakskov Sportsråd, Nakskovs Idrætscenters forretningsudvalg og af Nakskov byråd, hvor firmasporten under Bjarne Sørensens ledelse har høstet stor anerkendelse. ■

Ny formand for DAI

Efter 28 år i DAIs (Dansk Arbejder Idrætsforbund) bestyrelse, heraf de 16 år som formand, har **Flemming Mortensen** valgt at stoppe. Formandskiftet fandt sted ved DAIs 37. kongres den 23. november 2002, hvor kongressen valgte **Thomas Bach** til formandsposten. ■



Kort nyt

Int. fodboldturnering i Prag

Fra firmasportsforbundet i Prag, Tjekket, har DFIF modtaget en invitation til den internationale fodboldturnering for firmahold, "Um's Prager Fässchen", der finder sted fra den 5. til den 8. juni 2003. Det er 11. gang turneringen afvikles og turneringen er godkendt af EFCS (European Federation of Company Sports).

Turneringen er sponsoreret af et stort byggeri, og der spilles 11-mands fodbold, og alle hold er garanteret 5-6 kampe. Der afvikles sideløbende en turnering for 7-mands hold. De 3 sidste år har et fodboldhold fra Mærsk, København, deltaget i turneringen med en 2. plads i 2001 som bedste resultat. Der deltager hold fra bl.a. Schweiz, Italien, Tyskland, Holland og Frankrig. Yderligere information og indbydelse kan fås ved henvendelse til DFIFs forbundskontor i Nyborg, tlf. 65 31 65 60. Se også hjemmesiden www.praegerfaesschen.cz

Nye befordrings-satser for 2003

Ligningsrådet har fastsat de nye satser for befordring mellem hjem og arbejdsplads for 2003.

Kilometersatsen for fradrag for befordring mellem hjem og arbejdsplads i indkomståret 2003 er fastsat således:

0 - 24 km inkl. intet fradrag

25 - 100 km inkl. 1,60 kr. pr. km

Over 100 km 0,80 kr. pr. km

Satserne for udbetaling af skattefri godtgørelse til dækning af udgifter ved brug af egen bil til erhvervmæssig kørsel er med virkning fra den 1. januar 2003 fastsat således:

Kørsel til og med 20.000 km årligt 2,90 kr. pr. km

Kørsel ud over 20.000 km årligt 1,60 kr. pr. km

Ved brug af egen cykel, knallert eller EU-knallert til erhvervmæssig kørsel er den skattefri godtgørelse uændret fastsat til 0,40 kr. pr. km.

DM stævnet i hold-billard

I forbindelse med DM stævnet i hold-billard den 22.-23. marts 2003 i København, har flere rettet henvendelse angående evt. tilmelding af reserver til dette stævne. DFIFs billardsektion har besluttet, at det bliver muligt at tilmelde én reserve pr. hold (3 mands hold) ved det forestående DM stævne i hold-billard.

*Sportslig hilsen, DFIF's billardsektion,
Peter Dorf Kristensen, formand.*

DM stævnerne i pistol- og riffelskydning på 15 m i 2003

Det skal hermed meddeles, at der jf. DFIF's fællesbestemmelser for DM kvalifikationsstævner og DM stævner pkt. 11. tilmelding, gives dispensation til, at skytterne kan deltage i begge DM stævner, der afholdes den 15.-16. marts 2003.

Pistolskydning på 15 m afholdes i Vordingborg, Riffelskydning på 15 m afholdes i Middelfart (Skallebølle Centret)

Husk ved tilmelding at gøre opmærksom på, hvis I deltager i begge DM stævner, så vi kan tage højde for det ved programlægningen.

*Sportslig hilsen, DFIF's idrætsudvalg
Jan Reinhold, formand*

Indbydelse 50 års jubilæum

Roskilde Firma- og Familieidræt kan i 2003 fejre 50 års jubilæum og i den anledning inviterer foreningen til reception lørdag den 22 marts 2003 kl. 14.00 til 16.00 i Roskilde hallens restaurant, Møllehusvej 15, Roskilde.

*Med venlig hilsen
Bestyrelsen, Roskilde
Firma- og Familieidræt*



DFIF

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. 6222 5733

Mobiltlf. 4013 8733
E-mail: sm@dfif.dk

Styrelsen:

Formand Peder Bisgaard
Kighusvænget 21
3400 Hillerød
Tlf. 4826 9643
Fax. 4824 9643
Mobiltlf. 2445 3015
E-mail: bis@dfif.dk

Næstformand

Jørn Godt
Schultzvej 5
6091 Bjert
Tlf. 7557 2322
Mobiltlf. 4091 4274
E-mail: jgo@dfif.dk

Tony B. Andersen

Løvetandsvej 73
8870 Langaa
Tlf. 8646 7104
Fax. 8646 7114
Mobiltlf. 2081 7252
E-mail: tba@dfif.dk

Kurt Petersen

Lumbysvej 12
4200 Slagelse
Tlf. 58 52 75 35
Mobiltlf. 4045 7859
E-mail: kurt_pet@dfif.dk

Knud Johansen

Bragesvej 12
8680 Ry
Tlf. 8689 3326
Fax. 8689 3326
E-mail: kj@dfif.dk

Adm.chef

Jan Steffensen
Ærteken 6
5492 Vissenbjerg
Tlf. 6447 3317
Fax. 6447 3387
Mobiltlf. 4033 9920
E-mail: jst@dfif.dk

Redaktør

John Thrane
Capellavænget 12
5210 Odense NV
Tlf. 6616 0888
Mobiltlf. 2045 5502
E-mail: jt@dfif.dk

Uddannelseskonsulent

Jane Have L. Andersen
Lyngvænget 8
5800 Nyborg
Tlf. 6531 7253
Mobiltlf. 4045 7862
E-mail: jha@dfif.dk

IT-chef

Lars Borup Andersen
Kissendrupvej 18
5800 Nyborg
Mobiltlf. 4016 8560
E-mail: lb@dfif.dk

Aktivitetskonsulenter:

Bo Isaksen
Vestergade 3
5881 Skårup
Tlf. 6223 1433
E-mail: au.bo@dfif.dk

Jan Knudsen
Westermannsvej 15
5230 Odense M
Tlf. 6591 0803
Fax. 6591 0803
Mobiltlf. 4045 7860
E-mail: au.jan@dfif.dk

Idrætskonsulent

Anette Hvidtfeldt
Læssøegade 135
5230 Odense M
Tlf. 6619 1936
Mobiltlf. 2423 7525
e-mail: hv@dfif.dk

PR- og informationskonsulent:

Jesper Ræbild
Dyrehavevej 53
5800 Nyborg
Telefon: 6531 8220
Mobil: 2329 8067
E-mail: jesper@dfif.dk

Foreningskonsulenter:

Jørgen Rasmussen
Lovvej 10, Pederstrup
4700 Næstved
Tlf. 5576 1635
Fax. 5576 0335
Mobiltlf. 2142 1635
E-mail: jr@dfif.dk

Sannie Kalkerup
Skovhaven 6, Eskilstrup
4560 Vig
Tlf. 5932 8384
Fax. 5932 8441
Mobiltlf. 4045 7863
E-mail: sk@dfif.dk

Jan Rask
Fåborgvej 28A
5762 Vester Skerninge
Tlf. 6224 1101
Mobiltlf. 2029 1822
E-mail: jan.rask@dfif.dk

Torben Laursen
Gl. Kongevej 48
6200 Aabenraa
Tlf. 7463 2515
Fax. 7463 2514
Mobiltlf. 4045 7864
E-mail: tl@dfif.dk

Jan Grumstrup
Vibevej 20
9500 Hobro
Tlf. 9851 0101
Fax. 9852 0235
Mobiltlf. 4033 9832
E-mail: jg@dfif.dk

AF TRINE ANDERSEN, PROJEKTMEDARBEJDER, MOTION PÅ FYNske ARBEJDSPLADSER. FOTO. JOHNNY WICHMANN.

Jubi - vi vandt ømme baller

Medarbejderne på Sygeplejeskolen i Odense oplevede en dag med motionsaktiviteter og socialt samvær og fik i tilgift 3 dage med ømme muskler og baller.



Ball-bouncer fik pulsen op.



Opvarmning med faldskærmslege.

En gruppe friske medarbejdere havde deltaget aktivt i "Motion på fynske arbejdspladser" efterårskampagne "Arbejdspladsen motionerer". I lodtrækningen var de så heldige at vinde 2. præmien og kunne efterfølgende invitere de resterende kolleger til en 4 timers aktivitetsdag med både grin, puls og små udfordringer.

28 af de friske

Parate og spændte på udfordringerne hjalp et par medarbejdere hurtigt med at rydde kantinen og et par klasselokaler for borde og stole. Opvarmningslegene "Push ball" og "Klem din kollega" kræver, at man kan komme lidt omkring. "Push ball" er en jagt efter en stor bold, som katten efter musen og "Klem din kollega" en fangeleg med tøjklammer på maven. Stemningen blev lynhurtig høj da de 28 friske medarbejdere kastede store smil og grin sammen med bolde, klemmer og terninger rundt i lokalet. Ingen tvivl om at medarbejderne gik op i legene og hyggede sig med hinanden denne solskinsfyldte dag i december.

Spillehjørne og Ball-bouncer

Efterfølgende cirkulerede medarbejderne mellem 3 aktivitetsstationer, hvor de skulle have et lille kursus i hverdagsmotion og pusterumsøvelser, spille boccia, tæppecurling, hole in one golf og ringspil i spillehjørnet og få pulsen op med Ball-bouncer – en slags indendørs hockey med skumkøller. Kroppen blev rørt – både de små og store muskler.

Dagen afsluttede med en udskilningsquiz, hvor medarbejderne fik viden om deres arbejdsplads sat lidt på prøve – og tænk sig den samme medarbejder vandt begge runder og kunne glad tage en motionselastik og et sæt pusterumsplakater med sig.

Ømme baller

Den dejlige dag satte sine spor flere dage efter. Medarbejderne kunne sende hinanden et stort smil, når det på grund af ømme muskler kneb med at skulle tage trappen, sætte sig på stolen og række armene i vejret. Der blev gået til den med "Motion på arbejdspladsen".