

INNAFOR

Verdikvelder for idrettens hverdagshelter



Påmelding:
Scan QR-koden
eller besøk:
antidoping.no/innafor



Tromsø

Tid: 19. oktober kl. 17:30–21:00

Sted: Quality Hotel Saga
Richard Withs Plass 2,
9008 Tromsø

Pris: Gratis

Vi ønsker påmelding for å gi
kjøkkenet beskjed om hvor
mye mat som skal lages

Program

17:30–18:00	Matservering, registrering
18:00–18:05	Velkommen
18:05–18:25	Styrke laget – hvordan utvikler vi trivsel og tilhørighet? <i>Flyt Idrett ved Kronprinsparets fond</i> Vi vil bygge gode fellesskap og lagkultur og få flest mulig med lengst mulig i idretten. Gode tips og triks på veien.
18:25–18:45	Doping – hvorfor angår det oss? <i>Antidoping Norge</i> Er det doping i norsk idrett? Og hvordan unngår vi at unge utøvere havner i dopingfella? Dette bør du vite.
18:45–19:00	Pause
19:00–19:25	Hvordan skaper vi en sunn idrett? <i>Sunn idrett</i> Hva er bra (nok) mat for våre unge utøvere? Hvordan blir vi selv gode rollemodeller?
19:25–19:45	Spillevett i idretten – forebygge risiko i forbindelse med pengespill <i>Norsk Tipping</i> Forebygging av en uheldig spillekultur. Hvordan gjør vi det – og hva skal vi være bevisst på som voksne?
19:45–19:55	Pause
19:55–20:20	Doping – hva spør de unge om? <i>Dopingkontakten</i> Dopingracet starter på mobiltelefonen. Holdninger, trender og bekymringene de unge har rundt doping, kropp og trening.
20:20–20:40	Er dette OK? <i>Norges idrettsforbund</i> Hva er egentlig en trygg idrett og hvordan skaper vi trygge rammer for barn og unge.
20:40–20:55	Spørsmålsrunde Panel fra ADNO, Norsk Tipping, Sunn Idrett, NIF og Kronprinsparets Fond svarer på spørsmål fra salen.
20:55–21:00	Oppsummering og avslutning

