



30 september 2023

Stå upp för barns rätt till idrott och hälsa!

Lördagen 30 september arrangeras årets Idrottens dag som är en manifestation för idrott och rörelseglädje. Nu vill vi tillsammans med Ljusdals kommun bjuda in er förening att vara med på en av årets viktigaste dagar!

Riksidrottsförbundet har arrangerat Idrottens dag runt om i Sverige sedan 2017. I år arrangerar vi på RF-SISU Gävleborg årets Idrottens dag på Älvvallens IP i Ljusdal, där vi bjuder in allmänheten att kostnadsfritt prova på aktiviteter under lördagen mellan kl. 11-15. Vi ser gärna er förening vill vara på plats med oss för att erbjuda besökarna en dag fylld av rörelseglädje!

Ersättning utgår till deltagande idrottsföreningar och vi uppmanar till en fortsatt samverkan mellan skola och idrottsförening efter Idrottens dag.

Bakgrund

Vi vet idag att fysisk aktivitet är bra för barns välmående, skolresultat och hälsa. Samtidigt visar forskning att barn och unga rör sig alldeles för lite. I dag når bara 44 % av pojkarna och 22 % av flickorna den rekommenderade nivån av 60 minuters fysisk aktivitet om dagen. Idrotts- rörelsen vill, med skolans hjälp, förändra det.

Varför en Idrottens dag?

Idrottens dag är en kul dag med aktiviteter för att höja kunskapen om barns idrottande och bygga broar mellan barnen, vårdnadshavare och idrottsrörelsen.

Målet är att fler ska kunna och vilja idrotta hela livet. Liksom tidigare år har vi ett ökat fokus på de minst aktiva barnen.

Idrottens dag är en fantastisk möjlighet för er förening/ert förbund att nå nya målgrupper, som en del av ert återstartsarbete efter pandemin.

Vilka står bakom Idrottens dag?

Riksidrottsförbundet är huvudarrangör, tillsammans med RF-SISU distrikten som på respektive ort arrangerar Idrottens dag. I Ljusdal samverkar vi med kommunen. Idrottens dag är också en del av EU:s stora satsning European Week of Sports, vars mål är att få hela Europa i rörelse.

Välkomna till Idrottens dag!

Vad händer nu?

- ✓ Boka in Idrottens dag, lördag 30 september kl. 11-15, i kalendern.
- ✓ Anmäl er förenings intresse i vårt formulär genom att [klicka här](#).
- ✓ Läs mer på www.idrottensdag.se

Kontaktperson Idrottens Dag:

Emelie Holmberg

Emelie.Holmberg@rfsisu.se
076- 137 41 34



#BEACTIVE



Gävleborg

LJUSDALS KOMMUN