

A young child with blonde hair is looking up at a yellow ball suspended in a net. The background is dark with some wooden beams. The overall image has a teal and white color scheme with abstract line patterns.

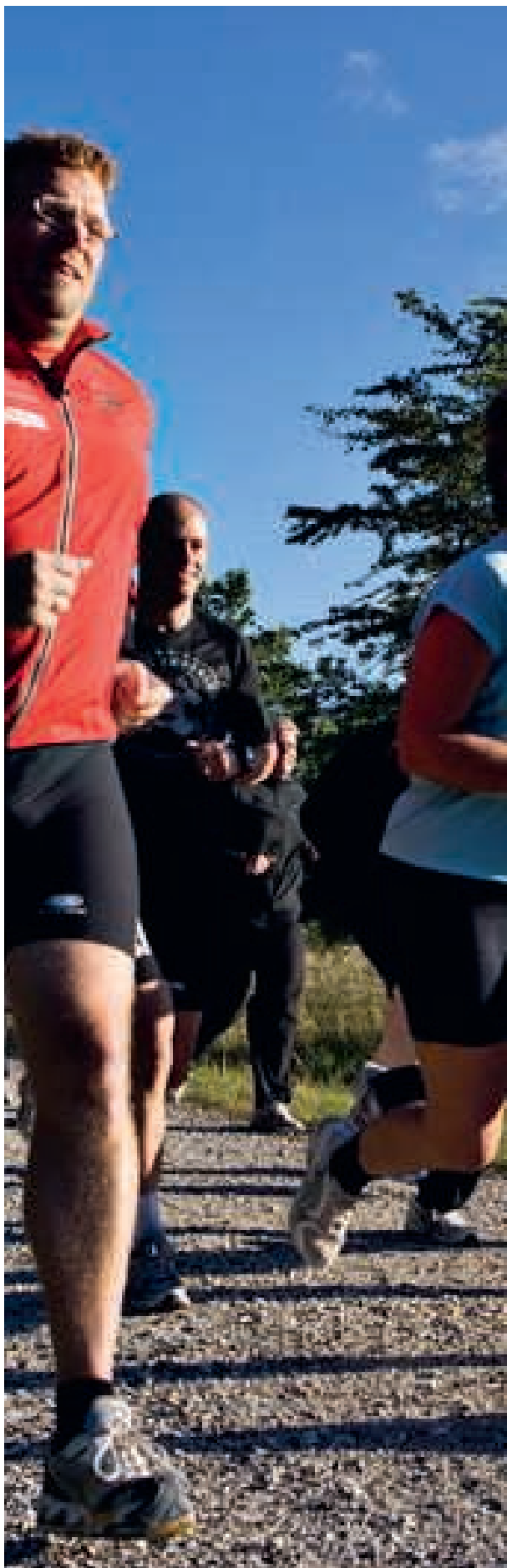
DGI Midtjylland

Medlemsfordele - brug dem

Her kan du se mange af jeres muligheder som medlemsforening.

DGI

www.dgi.dk/midtjylland



Velkommen hos DGI Midtjylland

I denne folder præsenterer vi en stor del af de mange muligheder I har som medlemsforening i DGI Midtjylland.

- Tilbud om kurser, turneringer, stævner, skoler og lejre
- Uddannelse af ledere, instruktører, trænere og bestyrelsesmedlemmer
- Netværk og indflydelse inden for jeres idræt
- Hjælp til opstart af nye aktiviteter
- Foreningsudvikling, Lederudvikling
- Indsatser i DGI
- Konsulentbistand og rådgivning
- Øvrige medlemsfordele

Det er vores mål at være foreningernes foretrukne samarbejdspartner.

Alt dette kan du læse mere om på de følgende sider.

Idrætterne

DGI har aktiviteter inden for en lang række idrætter. Vi har dog også medlemsforeninger med andre aktiviteter, som er med fordi de kan se en fordel i forhold til alle tilbud:

Vi har aktiviteter i følgende idrætter:

Atletik, Badminton, Basketball, Bordtennis, Dans og Musik, Esport, Fitness, Floorball, Fodbold, Friluftsliv, Gymnastik, Hundesport, Håndbold, Idræt for seniorer, Kajak, Kroké, Landevejscykling, Løb, Motion, Mountainbike, Petanque, Skydning, Svømning, Tennis, Triathlon, Volleyball.

Men vi har også foreninger med andre aktiviteter - f.eks. Modelflyvning, Dykning, Ridning.

En række høj- og efterskoler er også medlemmer af DGI Midtjylland.

Nogle af vores idrætter er funderet på et aktivitetsudvalg eller netværk af personer fra jer foreningerne. Disse grupper planlægger og afvikler aktiviteterne sammen med idrætskonsulenten fra kontoret:

I har mulighed for at blive en del af et netværk med jeres forening og dermed såvel at få inspiration som at give inspiration til andre.

Idrætterne tilbyder bl.a.

Turneringer og stævner

Vi har turneringer og stævner i en række i drætter Vores nøgleord er fleksibilitet – koncepterne tilrettes således efter jeres ønsker.

Generelt er vi meget åbne overfor at afprøve nye ideer i såvel turneringer som stævner. Det skal gerne være en god oplevelse for alle at deltage – uanset niveau. Via deltagelse her er der også mulighed for at komme til afsluttende stævner på landsplan (landsmesterskaber m.m.). Kontakt idrætskonsulenten, hvis I ønsker flere oplysninger om vores turneringer og stævner.



Skoler og lejre

En række af vore idrætter har skoler og/ eller lejre for børn med og uden overnatning.

En skole eller lejr er med til at styrke foreningen. Det er den respons vi får fra alle de foreninger, der har afviklet en sådan. Vi har derfor stor fokus på at lave idrætsskoler i samarbejde med jer. Vi er meget fleksible i forhold til såvel længde, form m.m.

I bestemmer selv, hvor meget I vil være ansvarlige for, men generelt klarer DGI Midtjylland alt det administrative med tilmelding m.m. Derudover har I mulighed for at få gennemført en elektronisk evaluering.



Spotkurser - skræddersyet til jeres forening

Mangler jeres trænere og/ eller ledere ny inspiration?

Spotkurserne er et supplement til de traditionelle kurser og kan fungere som en specialisering i specifikke emner.

- I bestemmer selv indholdet ud fra jeres aktuelle behov.
- Kurserne er af 3-7 timers varighed og bliver ledet af 1-2 DGI undervisere
- Forudsætningen er min. 8 deltagere og medlemskab af DGI.
- Foreningen sørger for lokaleleje og evt. forplejning.



Vejledning af trænere - eller besøg af DGI-instruktør

Jeres trænere har mulighed for at få en vejledning hjemme i jeres egen forening. Vejledningen kan være i forlængelse af et kursus, men også som et enkeltstående aftale.

Vejlederen er en erfaren instruktør, som overværer træningen og kommer med gode råd på en efterfølgende snak. Dette kan have såvel fagligt som pædagogisk indhold – evt. med en coachende vinkel. Hvis en eller flere af jeres trænere ønsker ny inspiration er det også muligt at få en gæstetræner på besøg. Det kan være til glæde for såvel træner som spiller/gymnast.



DGI Trænerguiden

Har du brug for en hjælpende hånd til din træning?
Velkommen til DGI Trænerguiden - din digitale trænerkollega!

DGI Trænerguiden er et gratis onlineværktøj, der giver dig redskaberne til en bedre, sjovere og mere varieret træning. Øvelserne er inddelt i niveauer primært, så du er sikker på at ramme rigtigt til netop din træning.

På DGI Trænerguiden kan du:

- Vælge mellem masser af allerede oprettede øvelser
- Oprette dine egne øvelser
- Sammensætte øvelserne til dine egne lektioner
- Få overblikket over træningslektionerne i din kalender

www.dgi.dk/traenerguiden

- her finder du links til netop din idræt

Idrætsfaglige kurser

Vore idrætter udbyder løbende kurser. Du kan finde dem alle på vores - under "Idræt og motion"

www.dgi.dk



Trænere/instruktører

DGI Idrætscoach

Idrætscoaching er en moderne trænerstil, der sigter på at skabe selvbevidste og reflekterende udøvere, som forstår at tage ansvar for egen udvikling. Coachingen trækker på udøvernes ressourcer og kompetencer.

Du får:

- Værktøjer til at lave målsætninger for din træning/dit hold som træner
- Indsigt i menneskesyn og hvordan coachingsamtaler indføres som en del af træningen
- Personlig udvikling og tilegnelse af faglige værktøjer som også kan anvendes i det civile erhverv
- Mulighed for at træne coaching i forhold til den individuelle udøver og grupper af udøvere, inden for individuelle idrætsgrene og holdidrætter

Uddannelsen strækker sig over tre fredage–lørdage, i alt 30 timer. Derudover er der hjemmeopgaver mellem weekenderne.

Unge i Front

Unge I Front er et samlet udtryk for vores to ungelederuddannelser ”trænerspiren” og ”lederspiren”.

I Front – trænerspiren :

Den unge er min. 13 år, er idrætsaktiv/-interesseret og måske ny hjælpetræner eller kunne tænke sig at blive det. Målet er at nå unge, der har interesse for træneropgaven.

Det særlige ved I front er, at unge fra forskellige idrætter deltager sammen.

I Front – lederspiren:

Den unge er min. 15 år, har måske været hjælper ved forskellige små arrangementer eller kunne tænke sig at øve sig i at sætte noget i gang for andre. Målet er at inspirere og motivere den unge til at tage initiativer i foreningen og styrke de begyndende lederkompetencer.



Forenings- og lederudvikling



Foreningstesten

Har du lyst til at kortlægge udviklingspotentialet i din forening? Foreningstesten giver dig og din bestyrelse et konkret billede af mulighederne.

Foreningstesten giver dig og din forening et indblik i mulighederne for at udvikle jeres forening. Ved at besvare en række enkle spørgsmål kan du og din bestyrelse eller udvalg få et indblik i mulighederne. Svarene kortlægger jeres styrker og svagheder, og I får en kvalificeret tilbagemelding på, hvor I med fordel kan lægge jeres energi. Desuden får I et godt grundlag for at tale om foreningens fremtid og udvikling.

Coaching for foreningsledere

En uddannelse for foreningslederen, der gerne vil udøve en coachende ledelsesstil i foreningen og som gennem personlig udvikling ønsker at udnytte foreningens ressourcer bedre.

Forløbet består af 3 moduler og Undervisningsformen vil være et mix af teori og praktisk arbejde krydret med erfaringsbaseret videndeling.

Målgruppe: Foreningsledere og bestyrelses- eller udvalgsmedlemmer.

Inspiration

Se vores hæfte med mange øvrige kursusmuligheder

IILU - Verdensholdet for unge idrætsledere

Bliv en del af DGI's idrætslederuddannelse og få en oplevelse for livet med udlandsophold, lederkompetencer og nye bekendtskaber.

Er du mellem 18-30 år og kan du lide at rejse? Vil du gerne styrke din personlige udvikling, få nye kompetencer og blive en bedre træner og leder? Så tag med på DGI's internationale idrætslederuddannelse (IILU).

Under uddannelsen kommer du på et spændende praktikophold i udlandet i tre uger, hvor du blandt andet oplever en anderledes idrætskultur et andet sted i verden.

- Praktikopholdet er på DGI Skibet på Filippinerne, hvor I laver idrætsevents for og med lokalbefolkningen på små isolerede øer i det filippinske øhav

Under opholdet bliver du blandt andet udfordret på at lave aktiviteter for børn, som ikke kan engelsk, så du skal være kreativ i din formidling.

Hvad får din forening ud af at sende en ung idrætsleder afsted?

DGI Midtjylland har allerede tilbudt DGI's Internationale Idrætslederuddannelse otte gange med stor succes. Vi kan derfor love foreningerne, at trænerne/instruktørerne:

- Bliver dygtigere til at formidle og undervise
- Lærer alternative metoder at undervise på
- Får lov at sparre med erfarne trænere fra andre sportsgrene
- Får en oplevelse for livet under fremmede himmelstrøg

“

Jeg er blevet bedre til at tage initiativ og ansvar i sociale sammenhænge.

Anne (Ghana)





Foreningsliv for alle

Puljen Foreningsliv for alle gør det muligt for foreninger at søge midler til betaling af kontingent og stævnedeltagelse for børn og unge af vanskeligt stillede forældre og voksne flygtninge.

Hvad kan I søge støtte til?

- 2/3 af kontingentet kan dækkes, dog maksimalt 1.000 kr. for et år. Som udgangspunkt kan der kun søges tilskud til ét år. I særlige tilfælde kan der søges til et år ekstra. Hvis vi vurderer, at der kan ydes tilskud ét år ekstra, dækkes 50% af kontingentudgiften.
- Deltagelse i stævner, lejre, skoler, camps etc. - maks. 500 kr. årligt.

www.dgi.dk/inklusion

DGI og DIF's foreningspulje

Hvert år uddeles 44 millioner kroner fra foreningspuljen til idrætsforeninger.

Puljen har som mål at støtte hverdagens fællesskaber i idrætsforeningerne og skabe rum til udvikling.

Alle idrætsforeninger kan søge puljen, og der kan søges til et enkelt overordnet formål per ansøgning. Hver forening kan ikke få godkendt mere end en ansøgning i et kalenderår.

Ved behandlingen af ansøgningen vil der blive taget hensyn til, at puljens midler skal ud at virke i mange forskellige foreninger fordelt i hele landet. Det er samtidig en forudsætning, at de ansøgte midler bruges lokalt hos de foreninger, som har fået tildelt disse midler.

www.dgi.dk/foreningspuljen

Indsatser i DGI

Inklusion

DGI Inklusion arbejder for at fremme mangfoldigheden i foreningslivet. DGI værdsætter og ønsker at inddrage borgernes forskellighed i idrætten til gavn for både foreninger og den enkelte aktive.

DGI Inklusion arbejder derfor med at skabe og udvikle netværk og iværksætte tiltag og projekter, som fremmer mangfoldigheden i foreningslivet



Idræt for seniorer

DGI Idræt for Seniorer arbejder for at fremme sundhed og forebygge sygdom blandt ældre. DGI tror på, at idræt kan være med til at styrke helbredet og øge livskvaliteten fra ung til gammel.

Derfor arbejder DGI Idræt for Seniorer på at udvikle og igangsætte aktiviteter for seniorer, som fremmer andelen af aktive og sunde seniorer i foreninger, kommuner og idrætsfaciliteter.



Sundhed

DGI Sundhed arbejder for at fremme sundhed og forebygge sygdom gennem motion og fællesskab.

DGI mener, at idræt og foreningsliv kan spille ind med noget særligt i forhold til motion og sociale relationer.

Derfor arbejder DGI Sundhed for at skabe idrætsfællesskaber og idrætsaktiviteter, som fremmer oplevelsen af social, mental og fysisk velbefindende.



Skoler & institutioner

DGI Skoler & Institutioner arbejder for at gøre idræt, leg og bevægelse til en integreret del af hverdagen for børn og unge.

DGI mener, at fysisk aktivitet er med til at skabe et godt fundament for læring og trivsel blandt børn og unge.

Derfor arbejder DGI Skoler & Institutioner med at udvikle målrettede og alsidige bevægelsestilbud, som bidrager til et aktivt og udviklende børneliv i et trygt og anerkendende miljø.



Indsatsen i DGI



Outdoor

DGI Outdoor udvikler aktiviteter for alle til lands, til vands og i skoven.

DGI Outdoor arbejder for at gøre fysiske aktiviteter og oplevelser under åben himmel attraktive og let tilgængelige for alle.

Uderummet rummer et særligt potentiale for nybegyndere og inaktive: Det er åbent for alle, fuld af muligheder og oplagt til både individuel træning og aktiviteter i et fællesskab.

DGI Outdoor arbejder konkret i Løb, Cykling, Kano & Kajak, men også på tværs af idrætter



Gadeidræt

DGI Gadeidræt arbejder for at styrke fællesskaberne i gadeidrætten.

DGI Gadeidræt udvikler og iværksætter initiativer, som sigter at fremme fællesskaber, frivillighed og demokratisk involvering i gadeidrætten.

Det betyder, at vi gerne vil indgå i samarbejder om at støtte, organisere, udvikle og konsolidere foreninger og communities.

Det kan være et samarbejde med dig, som en del af et community, en forening, en by, en kommune eller en organisation.



Facilitetsudvikling

DGI Facilitetsudvikling rådgiver om udvikling af idrætsfaciliteter.

DGI Facilitetsudvikling har bred erfaring med nybyggeri, når faciliteterne er blevet for små eller udtjente.

Vi er også klar med gode ideer, hvis ældre bygninger skal udnyttes bedre eller ønsket er ombygning med bæredygtige materialer med omtanke for miljø og økonomi.

Vi hjælper også gerne med at trimme drift, organisation og aktiviteter i jeres hal og forening.



Lokaludvikling

DGI Lokaludvikling rådgiver om udvikling af lokale samfund.

Vi ved, at et tæt samspil i lokalområdet fører til fælles ejerskab og glæde.

Derfor arbejder DGI Lokaludvikling for at fremme et godt samarbejde mellem de forskellige aktører i lokalområderne.

Det gør vi, så vi sammen kan udvikle initiativer og projekter, som skaber grobund for en sund og stærk lokal kultur.

Ildrættens forsikringer

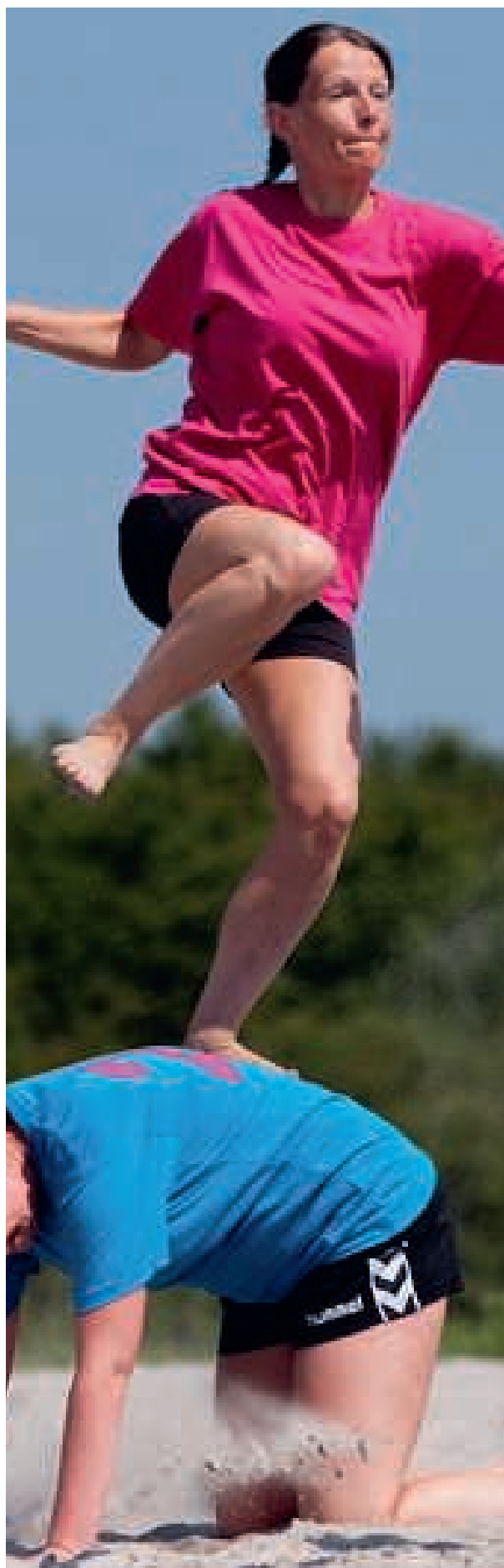
Danmarks Idrætsforbund (DIF) og DGI har i forsikringsselskabet Tryg tegnet 5 fælles (kollektive) forsikringer, som din forening, via medlemskabet af DIF og/eller DGI, automatisk er dækket af. Der er dog undtagelser. Den nærmere afgrænsning, af hvilke foreninger der er omfattet, fremgår af policen.

De 5 forsikringer er:

- En lovpligtig og en frivillig arbejdsskadeforsikring. Den lovpligtige del dækker, hvis f.eks. en af foreningens lønnede eller ulønnede trænere kommer til skade under udførelsen af trænerjobbet. Den frivillige del dækker, hvis en af foreningens frivillige ledere kommer til skade, mens han/hun virker for foreningen.
- En ansvarsforsikring, som dækker det erstatningsansvar, som din forening kan pådrage sig i forbindelse med sin virksomhed.
- En idrætsrejseforsikring, som dækker foreningens medlemmer, instruktører og ledere på foreningsrejser til udlandet.
- En retshjælpsforsikring, som dækker foreningens omkostninger i forbindelse med en retssag.
- Psykologisk krisehjælp, som dækker, hvis personer i eller omkring foreningen involveres i en alvorlig hændelse – f.eks. et ulykkestilfælde.

Hvis din forening har tegnet en eller flere af ovennævnte forsikringer, så er den dobbeltforsikret, og det er spild af foreningens penge! I bør derfor opsige sådanne forsikringer, hvis det er tilfældet.

www.idraettensforsikringer.dk/



Øvrige medlemsfordele



Køb kontorhænder

DGI's hænder kan være løsningen til at løfte nogle af de tunge, administrative opgaver væk fra foreningens kasserer og bestyrelse. Kan hjælpe med, bogføring, betaling af regninger, skattefri godtgørelse o. lign, løn herunder indberetning til Skat, fakturering, budgettering, kommunale tilskudsansøgninger, indberetning til CFR og kommune, momsopgørelse/afregning, udarbejdning af årsregnskab m.m.



DGI Butikken og Print

Butikken tilbyder inspiration til jeres idræt i form af bøger, hæfter og undervisningsmateriale. Vi har for eksempel materialer, der henvender sig særligt til vuggestuer, børnehaver, skoler og SFO'er, ligesom vi tilbyder artikler henvendt til foreningens frivillige kræfter, gaveartikler, sangbøger, svømmemærker og meget andet.

Trykkeriet

DGI's medlemmer kan købe professionelle tryksager til fordelagtige priser.



Conventus

Conventus er et it-system for foreninger, der kan håndtere regnskab, medlemsadministration og booking af faciliteter og gør livet meget nemmere for kassereren og resten af bestyrelsen. Onlinebetaling, regnskab, sms-kommunikation til medlemmerne, bookingsystem til faciliteter og lokaler, og en masse andet. DGI tilbyder i samarbejde med Conventus en fordelagtig pris på systemet. Desuden udbyder DGI kurser til alle aspekter af Conventus.



Andre IT-muligheder

GoMINIsite:

Brugervenligt hjemmesidesystem til foreninger. Hvis du kan skrive et brev i Word, så kan du også lave en hjemmeside til foreningen!

www.dgi.minisite.dk

Plandisc:

Et dynamisk planlægningsværktøj som gør, at årsplanen er let tilgængelig for alle.

plandisc.com/da/dgi/

Hjælp til pengeindsamling

Medlemsforeninger kan gratis benytte gaveindsamling.dgi.dk til online pengesamling og indsamle beløb til at realisere drømmene. Indbetalinger er fradragsberettigede. Har jeres forening brug for en gavefond, kan I kontakte regnskabsassistent Rikke Warming Kokkendorff på rikke.warming.kokkendorff@dgi.dk. Bemærk at ekspeditionstiden er ca. 8 dage, fra vi modtager jeres henvendelse.



DGI Foreningsservice

DGI Foreningsservice er et værktøj for foreningens bestyrelse. Her kan I bla. ajourføre jeres bestyrelse og instruktører og tilmelde til kurser. For at kunne benytte systemet skal man være registreret som bestyrelsesmedlem i foreningen og have et brugernavn og kodeord.

<https://foreningsservice.dgi.dk/>



Vidensbank på DGI.DK

Tank ny viden og inspiration til foreningsarbejdet på emner som vedtægter, ledelse, udvikling, økonomi, skat/moms lovstof, regler, forsikringer, integration og forebyggelse.

www.dgi.dk/foreningsledelse



Konsulenthjælp

Som medlemsforening kan I altid få individuelle rådgivning om: Vedtægter og generalforsamlinger, skat & moms, kontrakter, persondataforordningen, børneattester og meget andet



Udlejning



Oppustelige fodboldbaner

Ideal til f.eks. en aktivitetsdag, opstart, afslutning o.l. Vi har baner i forskellige størrelser.

Kontakt nedenstående for pris og booking:

Fodboldkonsulent, André Velling,

tlf. 79404346 / 21562181, andre.velling@dgi.dk

Fodboldkoordinator, Susanne Jacobsen,

tlf. 79404369, susanne.jacobsen@dgi.dk



IR-våben

Kun fantasien sætter grænser for anvendelsen af IR-våben. Prøv det hjemme hos jer selv.

Med IR-våben - også kaldet infrarøde våben - har I mulighed for at præsentere jer og tiltrække nye medlemmer til jeres forening.

Skydebaner kan opstilles hvor som helst, f.eks. ved siden af fodboldbanen, parkeringspladsen ved Brugsen eller ved den lokale byfest.

Det kræver bare, at I finder et sted, hvor det er muligt at komme ca. 8-10 meter væk fra skiverne (grænserne er mindst 5 meter og højst 15 meter)



Udstyr til træning af førstehjælp og livredningsøvelser

Udstyr til træning af førstehjælp og livredningsøvelser. Arrangementer i samarbejde med DGI Midtjylland har førsteprioritet, men vi lejer også hele eller dele af vores udstyr ud til foreninger i kortere perioder. Kontakt os for at høre mere.



Tidtagning - nemt, billigt og smart

Alle DGI's medlemsforeninger kan leje tidtagningsudstyr mod et mindre administrationsgebyr i forbindelse med samarbejde om afvikling af løb.

Når systemet anvendes, oprettes der en online tilmelding, som giver mulighed for eftertilmelding på dagen. Nemt og praktisk for arrangøren som kan koncentrere sig om det væsentlige, nemlig indholdet i selve løbet. DGI Midtjylland klarer alt det administrative omkring tilmelding, tidtagning og resultatformidling.

Om DGI's organisation

DGI blev dannet i 1992

Det skete ved en sammenlægning af de to gamle, folkelige idrætsorganisationer, DDSG&I (De Danske Skytte-, Gymnastik- og Idrætsforeninger) og DDGU (De Danske Gymnastik- og Ungdomsforeninger).

Samtidig samledes skytterne i DDS (De Danske Skytteforeninger). I 2014 fusionerede DDS med DGI.

DGI er organiseret i 14 landsdelsforeninger og har ca. 1,5 millioner medlemmer. DGI Midtjyllands medlemsforeninger er hjemmehørende i følgende kommuner:

- Skive
- Viborg
- Silkeborg
- Herning
- Ikast/Brande

Enkelte medlemsforeninger er hjemmehørende i de omkringliggende kommuner.

I DGI Midtjylland er der:

Ca. 525 foreninger

Ca. 129.000 medlemmer

20 forskellige idrætter

Formål

DGI Midtjylland vil styrke de frivillige foreninger som ramme om idræt med vægt på fællesskab, udfordring og sundhed for at fremme foreningslivets folkeoplysende kvaliteter.

Bliv medlem

Send ansøgningsskema, bilagt foreningens vedtægter.

Medlemskontingent: (2020)

Grundgebyr kr. 650 pr. forening + kr. 8,75 pr. medlem – max. beløb kr. 11.000-14.000 pr. år.

NB: nye foreninger har gratis medlemskab i 2020



DGI Midtjylland



DGI Midtjylland

Styrken ligger i fællesskabet. Derfor samarbejder vi med foreninger, kommuner og eksterne samarbejdspartnere om at få danskerne ud i naturen og ind på banerne. Børn og seniorer, begyndere og rutinerede.

Har du gejsten?

Vi hjælper dig med at fylde træningstasken med redskaber, så du kan styrke din forening og udvikle dig som leder med et bredt udbud af kurser og uddannelser.

Sammen skaber vi en målrettet indsats hvad enten du drømmer om at gøre foreningen mere professionel, gøre den til lokalsamfundets samlingssted eller styrke fællesskabet – vi tilpasser vores tilbud til netop din forening.

Fakta

- DGI er Danmarks næststørste idrætsorganisation med flere end 1,5 millioner medlemmer.
- I mere end 150 år har DGI arbejdet tæt sammen med foreningerne om at gøre danskerne mere aktive.
- DGI Midtjylland er en landsdelsforening under DGI. Landsdelsforeningen dækker fem midtjyske kommuner: Herning, Ikast-Brande, Silkeborg, Viborg og Skive.
- Ca. 500 foreninger er medlem af DGI Midtjylland og det samlede medlemstal er på ca. 129.000 personer.

Vi tror på, at du bliver stærkere og mere motiveret af at dyrke idræt i et fællesskab, og DGI's aktiviteter spænder over mange forskellige idrætsgrene. Fra street soccer til svømning, fra håndbold til gymnastik, fra badminton til løb.

DGI arbejder på at få så mange danskere som muligt til at dyrke idræt - helst i forening.

Vi tror nemlig på, at du bliver stærkere af at dyrke idræt i et fællesskab, og sammen med vores mange medlemsforeninger og frivillige gør vi en forskel. For samfundet. For idrætten. For dig.

DGI Midtjylland
Glarmestervej 18A,1
8600 Silkeborg

tlf. **79 40 43 50**
midtjylland@dgi.dk

Åbningstider:

Mandag - torsdag kl. 9-16 (onsdag dog 12-16)
Fredag kl. 9-13