



Föreläsning med Erik Granqvist



Psykisk (o)hälsa – mod att bryta isen

RF-SISU Skånes konsulenter får allt oftare rapporter från föreningar som vittnar om att den psykiska ohälsan kryper allt lägre ner i åldrarna. För att vara behjälplig med detta har RF-SISU Skåne engagerat den tidigare hockeyspelaren och målvaktstränaren Erik Granqvist för att tala mer om hur vi kan arbeta för att skapa schysstare beteende hos våra aktiva. Men även vad som krävs av de vuxna som har ansvaret.

Bakgrund

Vi inledde föreläsningsserien under 2022 med boxaren Klara Svensson, för att sedan följa upp det 2023 med en utbildning med bl.a. Caroline Jönsson och Niklas Harris. Nu går vi vidare och låter Erik Granqvist berätta sin historia, en historia som resulterade i boken "Inkilad" och som fick mycket uppmärksamhet när den kom 2023.

Mål och syfte

Utbildningen syftar till att skapa eftertanke kring vilka omedvetna och medvetna beteenden som finns i träningsgruppen, vid sidan om aktiviteten. Beteenden som ofta sker i det tysta, bakom stängda dörrar. Vidare syftar utbildningen till att skapa mod och civilt mod att stå upp för, och värna om, idrottens värderingar.

Målgrupp

Ledare, tränare och aktiva från 16 år.

Utbildare

Erik Granqvist, f.d. hockeyspelare, tränare och numera hyllad expertkommentator på TV.

Kostnad

Gratis, finansieras med projektmedel.

Tid och plats

Onsdag 13 mars kl. 18.00-20.30 (fika efter halva tiden) på Scandic Star i Lund. Mer info i kallelsen som skickas ut c:a en vecka innan.

► [Anmäl dig här senast 29/2!](#)



Skåne



Mer om utbildaren Erik Granqvist

Erik Granqvist var tidigare ishockeymålvakt i Elitserien och är nu verksam som hockeyexpert på Viaplay.

Erik har coachat i bl.a. Färjestad, Rögle, Tre Kronor och vunnit tre SM-guld plus VM-medalj. 2022 fick han Eldsjälsgalans specialpris och Årets Norrbottning för sitt mod att bryta isen.

Erik har, tillsammans med Johan Esk, skrivit boken "Inkilad - om dolda övergrepp i idrottens skugga".

Hör Erik berätta om händelser inifrån omklädningsrummen, om laganda när den är som bäst och vad som kan hända om man tillåter hundra nyanser av våld och mobbning i tystnadskulturer.

För att forma schyssta beteenden inom idrotten krävs det medvetenhet, mod och närvaro av vuxna. Vuxna som kan guida till eget ansvar och sätta respektfulla gränser, som uppmuntrar och har en vilja att ungdomarna utvecklas både som spelare och människor, leder till tryggare idrottsmiljöer.

Kvällens upplägg

- 18.00 Inledning
- 18.05 Föreläsning med Erik Granqvist
- 18.50 Paus inkl. fika
- 19.10 Föreläsning med Erik Granqvist
- 20.10 Info och tips på verktyg för att kunna möta omklädningsrumssnacket.

Kontaktpersoner

Susanne Tägt
susanne.tagt@rfsisu.se alt. tel. 010-476 57 34

Magnus Nilsson
magnus.nilsson@rfsisu.se alt. tel. 010-476 57 35

Sofia Land
sofia.land@rfsisu.se alt. tel. 010-476 57 57

► [**Anmäl dig här senast 29/2!**](#)



Skåne