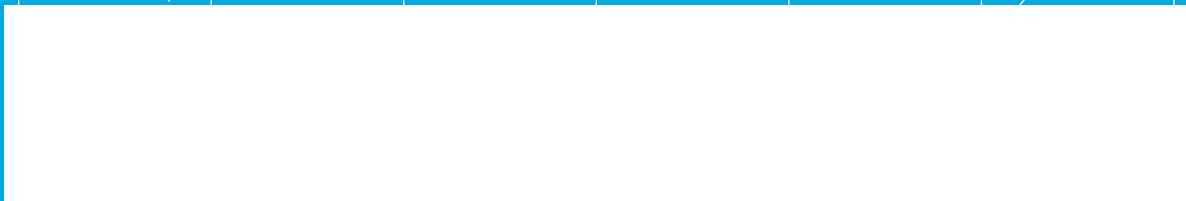




Idrottens dag

DIPLOM

Tilldelas



För deltagande på
Idrottens dag 2024

Tack för att just du vågade, ville och kunde vara med och röra på dig tillsammans med barn och ungdomar över hela Sverige och Europa.
Idrott för alla – hela livet!

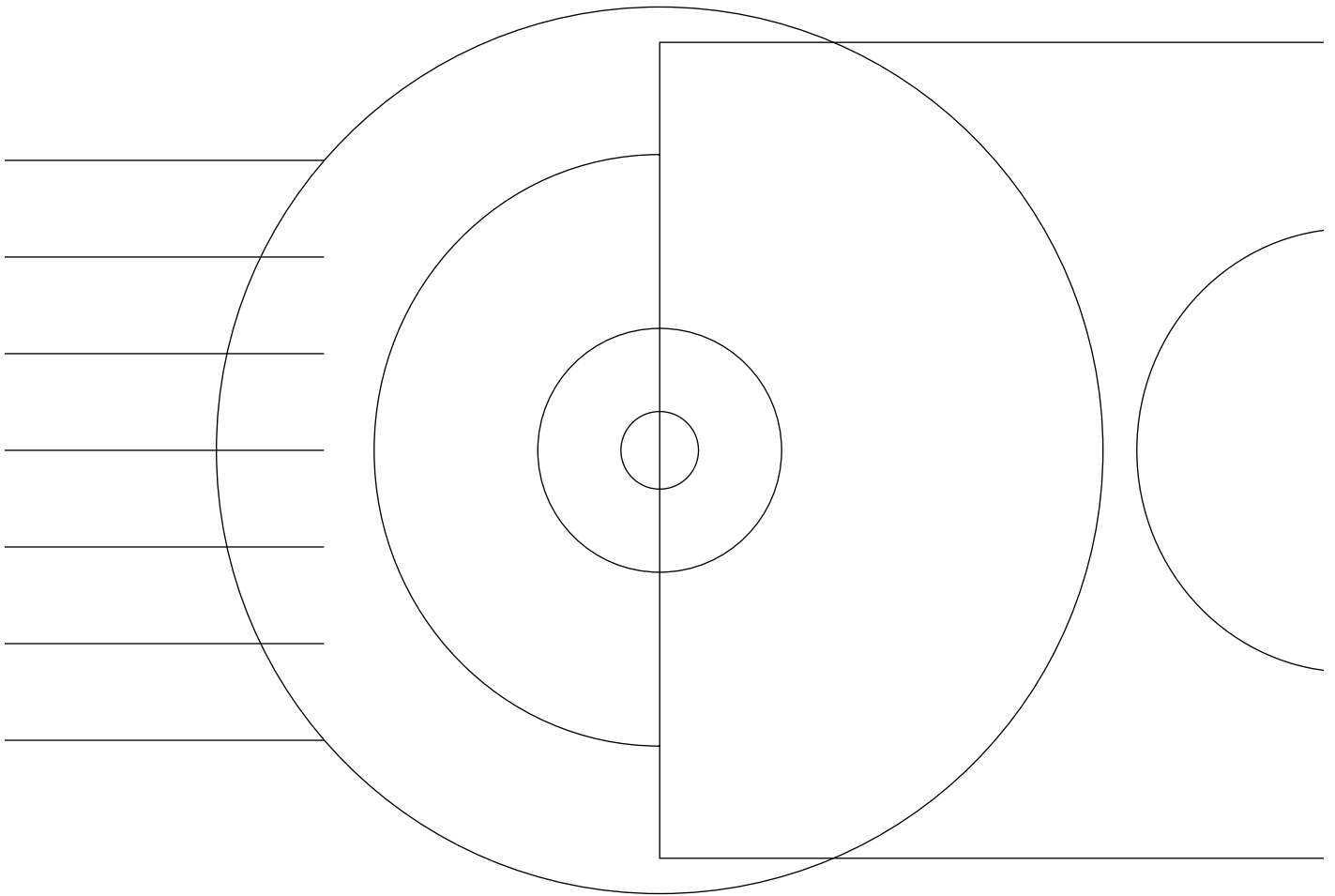


Riksidrottsförbundet

#BEACTIVE



Medfinansieras av
Europeiska unionen



Idrotten är till för alla

De positiva effekterna av att idrotta och röra på sig, särskilt när man är ung, är knappast någon hemlighet. Barn som idrottar har bättre hälsa, mår bättre både fysiskt och psykiskt och har det lättare i skolan.

Trots denna kunskap är det alldeles för många barn och ungdomar som rör sig för lite. Bara 44 % av pojkarna och endast 22 % av flickorna når upp till de rekommenderade nivåerna. Samtidigt vill idrottsrörelsen vara till för alla. Idrottens dag är en manifestation för att uppmärksamma det.

Inom idrottsrörelsen pågår ett stort arbete för att bli bättre på att möta alla utifrån deras förutsättningar. För vi tror att det finns en plats för alla i idrottsföreningen. Vi vill att alla barn och unga ska vilja, våga och kunna idrotta hela livet. På det sättet bygger vi både en starkare idrott och ett starkare samhälle.

Läs mer på Idrottensdag.se

Idrottens dag i skolan är en del av European School Sport day. Målet är att aktivera skolbarn över hela Europa. Riksidrottsförbundet är huvudarrangör tillsammans med RF-SISU:s distrikt. Initiativet är en del av EU-satsningen European Week of Sports, vars mål är att få hela Europa i rörelse.