

Gunilla Campbell

## Bilaga Hälsovårdsfonden 2020

### Nomineringar

#### **Ebba Lago-Lundqvist, Danderyds SK.** Nominerad av Jan Berneryd

Ebba jobbar som fysioterapeut sedan 23 år och är aktiv som tränare i DSK Friidrott. Förutom att vara tränare och leda träningspass bidrar Ebba enormt med sin breda kunskap till att våra ungdomar håller sig skadefria och lever sunt, helt enligt föreningens grundvärderingar: glädje, utveckling och sundhet. När vi har träffar med både de aktiva och deras föräldrar föreläser Ebba om vikten av att träna rätt, äta rätt och sova mycket, allt för att våra aktiva ska må så bra som möjligt. Hon tar upp ämnen som doping och kosttillskott och ger både aktiva och föräldrar kunskap, t ex att vi avråder helt från kosttillskott som kan innehålla okända substanser. Hon håller också utbildningar för våra tränare, aktiva och föräldrar på olika teman, senast i våras "Hel och stark när jag växer i min idrott". De äldre aktiva i åldern 14-18 år har hon extra koll på och följer löpande upp deras fysiska status och hjälper dem med skadeförebyggande övningar men också mental coaching och vägledning, viktigt i den åldern.

En stor del av Ebbas insatser gör hon helt ideellt och endast drivet av hennes egen passion för rörelse och hälsa. Ebba är en hörnsten i vårt tränarteam och bidrar till att våra aktiva nått stora framgångar de senaste åren med flera medaljer på ungdoms SM, men också till att vi kan erbjuda träning med mycket hög kvalitet för alla våra aktiva barn och ungdomar i kommunen.

#### **Petra Jinglöv, Stockholms Golfklubbs juniorverksamhet.** Nominerad av Alexander Throne-Holst

Petra började sitt arbete inom Stockholms Juniorverksamhet 2018. Petra engagerade sig till att börja med för att hjälpa Stockholms golfklubb att få en mer jämställd verksamhet. Golfklubben har under många år kämpat med att allt för att få likvärdigt deltagande bland flickor och pojkar. Petra har en gedigen bakgrund som professionell golfspelare och kan således alltid erbjuda ungdomarna värdefulla träningstips. Petra har däremot valt att lägga teknik och träningstimmar i bakgrunden för att mer fokusera på glädje och kamratskap. Hennes tillvägagångsätt har inte bara engagerat tjejerna utan

Gunilla Campbell

också blivit populär och eftersökt av killarna. Sedan Petra kom in i verksamheten har antalet deltagare i juniorverksamheten ökat med sådant antal att vi nu tvingats begränsa antalet då vi inte kan säkra kvaliteten. Likaledes har antalet tjejer nästan tredubblats från strax över 10% till nästan 30% av antal deltagare, tränings och tävlingstimmar.

Genom Petras engagemang har vi behövt utöka antalet träningstimmar och dagar och på så sätt också lyckats få ungdomar att träna även på tider då mindre hälsosamma aktiviteter ofta lockar. Sedan skolstart har Petra samlat en utvecklingsgrupp på 30 tjejer och killar som tränar golf tillsammans på fredagskvällar. Petra har också lyckats engagera både spelare och deras familjer utanför golfklubben genom att skapa en mycket aktiv grupp på instagram farmen\_sgk. Här delas det ut tips men mest av allt bilder på glädje.

Stockholms golfklubb har under många år varit en rankad top 10 bland Sveriges mest framgångsrika golfklubbar. Jag är övertygad att vi genom Petras försorg kommer förbättra oss till top 5. Genom Petras glädje och engagemang kommer vi skapa Sveriges bredaste bas av ungdomar som älskar golf och känslan av kamratskap på och runt golfklubben. Genom den breda basen kommer spetsen naturligt. Men den slutliga spets framgången kan man bara nå genom glädje och så sluter Petra cirkeln till varför de valde att spela golf till att börja med.

**Adrian Bayardo Lacayo, Elevverket.** Nominerad av Cilla Collman  
Adrian är anställd som ansvarig lärare på Elevverkets fritidshem. Han tar sin yrkesroll på stort allvar och har alltid elevernas bästa som prioritet. Han främjar inte bara deras fysiska hälsa genom att introducera olika utmanande och roliga aktiviteter för skolans elever på raster och eftermiddagar. Han tar även ett stort ansvar och engagerar sig i elevernas psykosociala miljö. Han vinnlägger sig om att reda ut konflikter stora som små. Han ser och bekräftar eleverna från f-klass till åk.6. Han har förmågan att få eleverna att öppna och anförtro sig till honom. Att ha den förmågan är betydelsefullt i en kontext för barn som umgås med vuxna som arbetar mycket och ofta har bråttom.

Att vara en lyhörd vuxen som signalerar att varje barn är lika viktig, att varje bekymmer är värt att lyssna på och stötta kring och att med glädje styra upp fysiska aktiviteter som gör att barnen känner sig viktiga det är en bedrift som är värd att uppmärksamma.



Gunilla Campbell

**Viktor Rydbergs samskola Djursholm.** Nominerad av Lotta Nordgren

Detta läsår har vi infört en ny drogpolicy på skolan. Policyn innebär bland annat att vi gör slumpvisa drogtester på elever i åk 8 och 9. Vi är första grundskolan i kommunen som inför detta, vilket kräver mod, mycket arbete, god kontakt med vårdnadshavare och beslutsamhet. Vi har i detta arbete fått mycket positiv återkoppling från vårdnadshavare som är glada att skolan tar ansvar i det förebyggande arbetet. Även från Danderyds kommun har man visat intresse för att vi gör detta och vi har också delat med oss av vår drogpolicy till Ungt Fokus. Vi tror att fler skolor kommer att följa efter i detta arbete när vi har visat vägen att det går och att det är ett sätt att få ned droganvändningen bland ungdomar i kommunen. Jag kan gärna dela med mig av vår drogpolicy samt berättar mer om detta arbete om ni vill.