



GIH



Stockholm

Gymnastik- och Idrottshögskolan och RF-SISU Stockholm bjuder in till en kväll med fokus på

Återgång till idrott efter skada

Varför är detta viktigt?

En idrottsskada påverkar mer än kroppen. Hur vi som ledare, tränare och föreningar bemöter skadade aktiva kan vara avgörande för både återhämtning, motivation och möjligheten att komma tillbaka till idrotten på ett hållbart sätt.

Hur kan vi skapa bättre förutsättningar för ett hållbart idrottande?

Välkommen till en inspirerande och kunskapsfylld kväll där tre framstående experter delar aktuell forskning och praktiska insikter om nutrition, hjärnskakningar och de psykologiska aspekterna av idrottsskador.

För vem?

Kvällen riktar sig till ansvariga i SDF och idrottsföreningar som vill stötta aktiva och skapa trygga idrottsmiljöer.

Under våren 2027 kommer vi bjuda in till digitala föreläsningar för ledare och tränare i idrottsföreningar med samma tema.

Föreläsare:

Michaela Sundqvist - legitimerad dietist och biträdande universitetslektor vid Gymnastik- och idrottshögskolan (GIH).

Stefan Bohlin - legitimerad naprapat och doktorand vid Sophiahemmet Högskola och bedriver forskning om idrottsrelaterade hjärnskakningar inom ungdomshandboll

Ulrika Tranæus - docent på GIH samt leg naprapat och idrottspsykologisk rådgivare inriktning KBT. Ulrika har arbetat många år inom idrotten och forskar bland annat inom idrottsskadans psykologi.



25 november 2026



17:50 – 21:00



GIH, Stockholm, Lidingövägen 1



Vi bjuder på enklare förtäring från 17:30

Anmälan



Scanna eller klicka på QR-koden för att anmäla dig.

Sista anmälningsdag: 23 november

Kontaktuppgifter

Sanna Rådström, sanna.radstrom@rfsisu.se



Stockholm



GIH