

CV

Resumé

Med en baggrund som cand.mag. i tysk, idræt og psykologi har jeg siden 1987 haft et rigt arbejdsliv fyldt med spændende, udfordrende og afvekslende arbejdsopgaver både som fastansat, freelancer, projektansat og som selvstændig erhvervsdrivende.

Jeg har erfaring som underviser, vejleder, rådgiver og coach for arbejdsledige med korte og længerevarende uddannelser, for sygedagpengemodtagere, idrætsledere og aktivt udøvende, for højskole-, seminarie- og handelsskoleelever, for rygpatienter, selvhjælpsgrupper, konsulenter mm.

Jeg har beskæftiget mig med udvikling af koncepter for sygedagpengemodtagere/ledige samt for idrætsledere. Desuden har jeg udarbejdet kursus- og undervisningsmaterialer for forskellige idrætsorganisationer og udført PR og markedsføring på de projekter, jeg har været projektleder for. Herudover har jeg erfaring indenfor fundraising samt networking.

Siden 1991 har jeg interesseret mig meget for internationalt samarbejde specielt indenfor idrætsverdenen og været aktiv, både som arrangør, ambassadør, i tillidsposter og som deltager i internationale arrangementer og organisationer.

Erhvervs kvalifikationer

Undervisning/rådgivning/vejledning/coaching

- Underviser for Dansk Magisterforening i "Uopfordret jobsøgning".
- Underviser og coach for Dansk Studie Center; danske unge på højskole i New Zealand.
- Underviser og vejleder for konsulentfirmaet Ramsdal; ledige med korte og lange uddannelser.
- Underviser/timelærer for Sportshøjskolen i Aalborg i idrætspsykologi.
- Underviser for Samvirkende Idrætsforeninger i Aalborg (SIFA) i "Samarbejde" samt "Unge i foreningen."
- Underviser for Randers Kommune, "Kommunikation og samarbejde", idrætsforening.
- Foredragsholder for Frit Oplysningsforbund "Motion og Bevægelse"; lokalcentre.
- Underviser/foredragsholder for Dansk Volleyball Forbund i ungdomskultur og i ledelse.
- Underviser for Dansk Badminton Forbund indenfor klubudvikling og ledelse.
- Underviser samt forfatter til afsnittet "Ældrepsykologi", instruktøruddannelse for ældre.
- Underviser for Dansk Håndbold Forbund; unge og foreningslivet/personlig udvikling.
- Gæstelærer på sygedagpengeprojekter; individuel vejledning og coaching, undervisning.
- Undervisning for DIF Sønderjylland;"Unge som en ressource i foreningen".
- Timelærer i psykologi på Århus Købmandsskole.
- Timelærer i psykologi på Silkeborg Højskole.
- Underviser på Gymnastikhøjskolen i Ollerup; idræt, almene fag, international kontakt, familiekurser.
- Timelærer på Den Frie Lærerskole i Ollerup i tysk.

Konceptudvikling

- Opstart af LJ MultiConsult, egen virksomhed.
- Kursus for fleksjobbere til jobs i idrætsforeninger.
- Senior tennis instruktørkurser i samarbejde med Dansk Tennis Forbund.
- Kurser for Magistrenes Jobservice og konsulentfirmaet Ramsdal for arbejdsledige; værdiafklaring, netværk, fundraising, jobmål, barrierer, identitet.
- Kurser og foredrag på afklaringskurser for sygedagpengemodtagere.
- Kurser for Dansk Håndbold Forbund; unge: selvtillid, hersketechnikker, assertion, formidling, projektledelse, netværksdannelse.
- Medorganisator af ældreidrætsstræf; fysiske aktiviteter, foredrag, netværksgruppe, workshops mm.
- Etablering af 2 ældreidrætsafd. i Århus i samarbejde med lokalcenter, idrætsforening og 3. magistrat.

PR/Markedsføring

- I en del af mine projekter har jeg arbejdet med: annoncefremstilling, interviews på tv og i aviser samt radio, layout, flyers, programmer, invitationer og happenings.
- Landsdækkende lederkampagner for Dansk Badminton Forbund; indhold, layout, kurser.
- Kursuskonsulent for Danmarks Idræts-Forbund; PR og salg til idrætsforeninger/samvirker.
- PR af egen virksomhed "LJ MultiConsult".

Projektledelse og styring

- Projektleder på "Motion på opfordring" i Århus Kommune; Idrætssamvirket og Danmarks Idræts-Forbund.
- Projektleder på "Den attraktive forening for unge ledere" i Vejle Amt.
- Projektleder i Viby Badminton Klub "Idrætsforening under forandring"; nye tiltag: ældreidræt, samarbejde med børnehaver og SFO'er, ryghold, selvhjælpsgruppe, ungdomsråd, kurser, udlandsture, teaterure, fundraising, petanquebane mm.
- Projektleder på "Unge og demokrati i århusiansk foreningsliv"; involvering af unge ml. 16 – 25 år i foreningsarbejdet, etablere netværk. Organisering og afvikling af idrættsmesse.
- Medlem af Danmarks Olympiske Akademi; tovholder på "OL ambassadører", briefing af unge til Olympia, organisering og afvikling af danske sessioner.
- Tovholder på "OL 2004" for en gruppe danskere, der vil overvære og evt. være frivillige hjælpere til OL i Athen. Netværksdannelse til grækere, overnatning samt rejse.
- Projektleder på "Motion på opfordring" i Århus, samarbejde ml. Danmarks Idræts-Forbund og Idrætssamvirket i Århus.
-

Fundraising/legater

- Projekt "Idrætsforening under forandring"; 162.000 til idrætsprojekter mm. på 1½ år.
- Projekt "Unge og demokrati i århusiansk foreningsliv": 280.000 kr til projektet.
- Legat til en måneds ophold på Det Danske Institut i Athen.
- Legat til deltagelse i den internationale konference i Berlin "European Women in Sport".
- Legat til studieophold i Canada.

HR/ledelse

- Erfaring med coaching, rekruttering, sparring, rådgivning, visitering, vejledning af unge, voksne og ældre idrætsledere og aktive, ledige, sygedagpengemodtagere, rygpatienter, selvhjælpsgrupper, konsulenter, organisationer.
- Udviklingsopgaver og sparringspartner for Idrætssamvirket i Århus indenfor områderne ældre, unge og fonde/legater.
- Udviklingsopgaver for Samvirkende Idrætsforeninger i Aalborg (SIFA).

Internationale erfaringer

- 3. mdr. ophold i New Zealand, etablering af nyt netværk samt undervisning af danske unge.
- Rejseleder for My Planet i New Zealand
- Promovering af dansk ældreidræt for deltagere i den internationale organisation "Baltic Sea Union", afholdt i Polen.
- Foredrag på "Youth Forum" i Århus: "Youth Programmes and Projects in Denmark".
- Medlem af bestyrelsen i "International Olympic Academy Participants Association"; organisering, afvikling af international olympisk session i Grækenland 1997.
- Medlem af international organisation ACC. Mål: etablering af europæisk højskole i DK.
- Deltagelse i EU's Ungdomsprogram, kontaktseminar i Marseille samt kursus i England.
- Deltager i olympiske sessioner: oplægsholder i Sverige, Norge, Grækenland, Tyskland.
- Kulturformidler, netværker, teambuilder, demokratiformidler.
- Planlægning af kurser på Club La Santa for aktive seniorer i samarbejde med Club La Santa.
- Afholdelse af ture for idrætsaktive singler sammen med Club La Santa.
-

Undervisningsmateriale

- Oversættelse og fremstilling af olympisk undervisningsmateriale til folkeskolen for Danmarks Olympiske Akademi.
- Fremstilling af kursusmateriale for Dansk Håndbold-, Dansk Badminton-, og Dansk Volleyball Forbund.
- Ældrepsykologi og mandskabsbehandling for Dansk Arbejder Idrætsforbund.
- Medskribent på en manual på engelsk for "The International Olympic Academy Participants Association"; hjælp til opstart af et nationalt olympisk akademi, netværk mv.

Erhvervs erfaringer

- 2006 Rejseleder for My Planet til New Zealand.
Kurser i "Den vanskelige kunde" for HRM Consult
Lederkursus for HRM Consult.
Undervisning i bold og leg for Dansk Arbejder Idræt, seniorer.
Undervisning af seniorer i "Det gode liv"
Teambuildingskurser for HRM Consult.
Tovholder på ture til Club La Santa for aktive singler.
Foredrag om New Zealand på lokalcenter.
Foredrag om motion og trivsel for idrætsforening.
Kursus for Dansk Magisterforening "I gang igen efter barsel".
Foredrag indenfor kommunikation og samarbejde for Nr. Nissum Seminarium.
Foredrag for DGI, motion og trivsel for ældre.
- 2005 Underviser for Dansk Magisterforening i "Uopfordret jobsøgning."
Opgaver for "Gang i ældre" kampagnen i Århus.
Tovholder på ture til Club La Santa for aktive singler.
Underviser for Danmarks Idræts-Forbund.
- 2000 – 2004 Underviser og coach for Dansk Studie Center; danske unge på højskole i New Zealand.
Underviser og coach for Dansk Studie Center; danske unge på højskole i New Zealand.
Projektleder på "Motion på opfordring" i Århus, Danmarks Idræts-Forbund og Idræts-samvirket i Århus.
Underviser/tovholder på kursus for unge i idrætsforening i Aalborg for SIFA (Samvir-kende idrætsforeninger i Aalborg).
Kursus for Randers Kommune/idrætsforening i kommunikation og samarbejde.
Oplæg for SIFA om lederrekruttering og fastholdelse på deres repræsentantskabsmøde.
Udvikling og afvikling af tur til Club La Santa for idrætsaktive singler.
Undervisning af udenlandske elever på Aalborg Sportshøjskole i dansk idrætskultur.
Foredrag på Aalborg Sportshøjskole i idrætspsykologi.
Workshop "Iværksætter" for ledige, Ramsdal.
Rådgivning i fundraising for håndboldklubben Ajax Kbh.
Foredrag "Motion og trivsel" i lokalcentre for Frit Oplysningsforbund.
Underviser og vejleder for ledige i Århus og Horsens for konsulentfirmaet Ramsdal.
Etablering af virksomheden "LJ MultiConsult".
Kurser og foredrag for Magistrenes Jobservice i Århus og Vejle.
Foredrag for Magistrenes Jobfocus i Århus.
Proceskonsulent for Århus Kommune, 3. magistrat.
Tovholder på projekt "Ældre til Grækenland".
Udarbejdelse og afvikling af Dansk Håndbold Forbunds kurser for unge ledere.
Projektleder "Unge og demokrati i århusiansk foreningsliv".
Konsulent for Vejle Amt på et ungeprojekt.
Udarbejdelse af Dansk Badminton Forbunds Lederkampagner "Unge i foreningslivet" og "Klubudvikling, planlægning og trivsel" samt underviser i "Forældre og børn".
Kurser for Dansk Arbejder Idrætsforbund i ældrepsykologi.
Underviser/foredragsholder for Dansk Volleyball Forbund.
Kursus for Danmarks Idræts-Forbund, Sønderjyllands Amt; Unge i foreningen.
Timelærer i psykologi, Silkeborg Højskole.
Timelærer i psykologi, Århus Købmandsskole.
- 1998 – 2000 Gæstelærer på sygedagpengeprojekter, projektleder i Viby Badminton Klub.
1995 – 1999 Kursuskonsulent i Danmarks Idræts-Forbund, Vejle Amt.

1993 – 1994 Timelærer i tysk på Den frie Lærerskole i Ollerup.
1987 – 1994 Lærer på Gymnastikhøjskolen i Ollerup.

Uddannelse

2005 HA enkeltfag "Værdsættende samtale", Dansk Magister Forenings Efterudd og Handelshøjskolecenter i Roskilde
2004 HA enkeltfag "Konsulentrollen", Dansk Magister Forenings Efterudd., Handelshøjskolecenter i Roskilde samt konsulentfirmaet "Attractor" i Århus.
1997 – 1998 1 år Voksenpædagogik (Ålborg og Roskilde Universitet, DLH).
1995 – 1997 Diplomlederuddannelse "Idrættens Lederakademi", (Handelshøjskolens Efteruddannelse Kbh., Team Danmark og Danmarks Idræts-Forbund).
1994 – 1997 Psykologi sidefag (Århus Universitet).
1978 – 1987 Cand.mag. i tysk, idræt (Århus og Odense Universitet).
1977 Nysproglig student fra Åbenrå Statsskole.

Supplerende kurser/konferencer/certificeringer

- Dansk Magisterforenings korte efteruddannelseskurser løbende samt netværkskonference.
- Dansk Magisterforening Efteruddannelse, 2 dages coaching kursus.
- Kommunikationskursus (Myers-Briggs Type Indikator), Folkeuniversitetet.
- Danmarks Idræts-Forbunds sommerseminarer igennem 10 år.
- Idræthøjskolernes årlige fælleskursus igennem 7 år.
- Olympiske sessioner i Norge, Sverige, Danmark, Grækenland og Tyskland igennem 15 år.
- EU Ungdomsprogrammer i England og Marseille.
- Toplederseminarer indenfor Danmarks Idræts-Forbund.
- Nordisk Børne- og Ungdomskonferencer indenfor Danmarks Idræts-Forbund.
- Iværksætterkursus, Center for Virksomhedsudvikling.
- Thomas International Systems.

Bestyrelses-, og udvalgsarbejde

- Danmarks Olympiske Akademi, stadig medlem.
- International Olympic Academy Participants Association of Denmark, stadig medlem.
- Bestyrelsesmedlem, Freelancer sektionen, Dansk Magisterforening, 2004.
- Bestyrelsesmedlem, "The International Olympic Academy Participants Association", 1997-1999, 2003 –2005.
- Formand for Jysk Håndbold Forbunds Ungdomsledelse; koordinator af ungdomsarbejdet.
- Formand for Jysk Håndbold Forbund, kreds 5s ungdomsudvalg; opstart af ungdomsudvalg og råd. Events, strategiplanlægning.
- Medlem af Dansk Håndbold Forbunds Ungdomsudvalg: strategiudvikling, organisering og afvikling af landsdækkende konferencer og events, mentor, etablering af landsdækkende ungdomsnetværksgruppe vedr. demokrati.
- Medlem af Fynsk Håndbold Forbund, uddannelses - og ungdomsudvalget: medudvikler af kampagnen "Den attraktive forening", underviser.
- Medlem af Jysk Håndbold Forbunds bestyrelse, repræsentant for den jyske ungdomsledelse.

Sprogkundskaber

- Flydende tysk og engelsk både skriftligt og mundtligt.

EDB

- EDB på brugerniveau.

Personlig beskrivelse

Jeg er en ildsjæl med mange gode idéer og beskæftiger mig med områder, jeg kan stå inde for som menneske. Områder, der bygger på værdier som: troværdighed, respekt, ydmyghed, omsorg, at tage ansvar for eget liv – og så har jeg den holdning, at alt kan lade sig gøre indtil det modsatte er bevist.

Jeg forsøger at være autentisk som privatperson og i mit arbejdsliv. Er ambitiøs og vedholdende, har tidligere været elitehåndboldspiller i 15 år. Pga. mine mange jobs, har jeg opbygget et stort netværk, som plejes via loyalitet, troværdighed og kvalitet. Jeg har brug for brede rammer, da jeg arbejder selvstændigt, men har også brug for faglig og menneskelig sparring. Jeg vil gerne gøre en forskel, være en god rollemodel og gøre brug af mine egne erfaringer, hvor dette er relevant. Jeg er fleksibel i forhold til opgaver, geografi og tid.

Privat

Født den 16.10.1958 i Padborg. Ingen børn. Single.