Föräldramöte innebandy p13/14 26 augusti 2026

- Ledare:
  Jocke Arnfeldt 0736901159
  Oskar Poppe Sjödin 0735550505
  Nicklas Stockselius 0760208807
  Stephanie Sellén-Frisk 0708487728

  Försäljningsansvariga:
  Anna Smedäng
  Veronica Viitamäki

  Lagrepresentant i styrelsen:
  Anna-Stina Persson

- Träningar
  Måndagar 18.45-20.00 (Vattholma)
  Tisdagar 19.15-20.30 (Björklinge)
  Onsdagar 18.00-19.30 (Björklinge)

  -Vi förväntar oss att är man på träningen så är man där för att träna.

  -Inga smycken. På grund av nya regler så är tejpade örhängen inte längre godkänt(tillägg efter mötet, ny information som kommit ut är att nytagna håll är okej att tejpa). Vi kommer försöka påminna om det, men bra att ta av sig smycken hemma i den mån man kommer ihåg för att det inte ska komma bort.

  -Ha med vattenflaska. Ha med rätt utrustning. Uteskor (ej tofflor) då vi eventuellt kommer köra uppvärmning utomhus när lagen före oss startar igång med träningar. Viktigt att komma i tid.

  -Svara på kallelser så att vi kan lägga upp träningen och nyttja tiden på bästa sätt. Kallelsen är öppen fram till träningsstart, så det går att göra ändringar vid behov. Har man inte anmält, eller tackat nej, är man självklart välkommen ändå.

  -I kallelsen för träning i Vattholma kan man fylla i om man har plats i bil, den som behöver skjuts får själv ta kontakt med den som har plats. En whatsapp-grupp kommer skapas för samåkning.

- Uppvärmning/fysträning

  Vår fysansvarige Nicklas är utbildad massör och PT, så har ni frågor om uppvärmning eller fys så är Nicklas väldigt kunnig och hjälper gärna till där han kan. Han ger tips och

råd vid skador gamla som nya, och man kan kontakta honom om man undrar något även utanför träningstid, han nås då via sms och kan ringa upp vid behov.
Under träning/match hjälper Nicklas till vid eventuella skador som uppstår. Vi försöker vara en till vuxen med vid de tillfällena, och vi pratar med er föräldrar efteråt, för att det inte ska bli obekvämt för varken spelaren eller Nicklas i och med att det blir nära kroppskontakt.

Nu under hösten kommer Nicklas vara med främst onsdagar och då kör vi 30 minuter uppvärmning, med extra fokus på fysen. Måndagar och tisdagar kommer vi, i alla fall till en början, ha 15 minuter och då köra en kortare uppvärmning. Vi har haft 30 minuter två dagar i veckan tidigare men det kändes som att det kan bli tufft att ha fys 30 minuter tre dagar på raken, så vi börjar lite smått och får utvärdera sen.
Måndagar och tisdagar kommer han inte kunna närvara i början av säsongen, så det är onsdagar som gäller om man behöver bolla något på plats.

Nicklas kommer ta fram ett program för statisk stretching som han kommer gå igenom med killarna på några träningar, de kommer då få med sig instruktioner hem där ni kan hjälpa till. Statisk stretch är bäst efter träning när musklerna fått kallna.

- Vi kommer som tidigare inte acceptera upprepat dåligt beteende och kommer plocka av spelare från träning/match som inte följer de regler vi har. Killarna har koll på reglerna och är det något allvarligt tar vi det såklart med er vårdnadshavare. Ni får gärna återkoppla om ni hör något hemma som ni tycker låter konstigt om vi missat informera er.

- Avgifter och försäkring
  -Medlemsavgiften är 200 kr för enskild medlem och 400 för familj. Följande information har vi fått från styrelsen:
  Vi kommer fakturera familjemedlemsskap på de personer som ligger som familj. Önskar man inte ha familjemedlemsskap så reducerar man fakturabeloppet med 200 kr.
  Innan dess har man möjlighet att nyttja Fritidskortets peng på fakturan. Dygnet efter kan man logga in på fakturan igen och se det uppdaterade beloppet som möjligen finns kvar att betala.
  Vill man använda Fritidskortet för en faktura på medlemskap för familj men endast betala för enskild person så ska man endast använda 200 kr och sedan reducera det uppdaterade beloppet med 200 kr.

  -Spelaravgift för licens hos Svensk Innebandy. Inget matchspel utan licens. Försäkring hos Folksam som gäller både för träning och match.

Faktura kommer på mejl via Billogram. Kolla skräpposten. Ska även synas på laget.se

-En fond finns i föreningen om det är någon familj som inte kan bekosta avgifterna. Behöver man ekonomisk hjälp kontaktar man styrelsen, och behöver inte gå via tränarna.

- Försäljningar
  -Obligatoriska är bingolottokalendrar i höst + och en försäljning till våren (Sportlotten ska ersättas med någon annan försäljning som det verkar, mer information kommer).

  Vi har några frivilliga försäljningar, där vi inte har något säljtvång utan man säljer det man kan/vill. Vi har dessa försäljningar för att kunna åka iväg på cup och andra roliga saker
  -Uppesittarlotter till jul
  -Kakförsäljning i september (nu ökad förtjänst till 35 kr/burk). Häften finns att hämta ut för den som vill. Vi inväntar ett godkännande av styrelsen sen kör vi igång.
  -Korvkasse februari/mars

- Matcher
  -Vi kommer försöka individanpassa under den här säsongen så att det blir så bra som möjligt för alla. Vi har både spelare som behöver utmanas och spelare som behöver lyftas. Därför har vi även i år anmält till två olika serier, division 5 och division 6. Vi vill ha två serier också för att det inte ska krocka och man riskerar att behöva möta sitt eget lag. Vi ser gärna att man deltar på minst en träning i veckan för att kallas till match, då veckans träningar bygger upp till helgens matcher.

  -Det har som de flesta känner till kommit lite nya regler. Vi försöker instruera killarna vartefter när det dyker upp situationer.

  -Första match är 3/10. Det har gjorts om något i överlämningen mellan förbundet och laget.se så det går inte att hämta upp våran serie men vi har varit i kontakt med ansvaria och förhoppningsvis ska det vara löst under nästa vecka och då kommer vi lägga till matcherna i vår kalender.

  -Vid frånvaro på match önskar vi att man smsar/ringer till någon av oss tränare, inte skriver i gästboken/whatsapp då det är lätt att missa i flödet. Våran information finns på lagetsidan.

-Tränarna coachar och publiken hejar. Inget vi har haft problem med tidigare, så vi fortsätter som vi gjort.

-Nya matchkläder kommer delas ut så fort vi får tillgång till dem, nytt för i år är att man behöver kvittera ut matchtröja + shorts och man blir återbetalningsskyldig om kläderna tappas bort eller förstörs mer än vanligt slitage.
Matchkläder används endast till match och inte på träning eller annat.

-Vi har fått sponsrade vattenflaskor som vi kommer ta med till match. Glömmer man vattenflaska på träning kan man använda den då också.

-Styrelsen kollar på dispenser för att alla spelare ska kunna spela i båda serierna.

- Cuper
  -Hagundacupen, tyvärr hade vi i hunnit anmäla ett lag redan innan vi visste om sammanslagningen. När vi fick information om det så försökte vi anmäla ett lag till men cupen var full och vi har stått som reserv men fick veta att de inte kommer ta in fler lag.

  -Sirius floorball cup- Oktober, så att hela laget ska kunna spela en höstcup tillsammans. Mer information kommer.

  -Mälarenergicup, Västerås med övernattning. Mer information kommer.

- Arbetspass
  -Kioskpass +matchvärd. Finns inget färdigt schema än. Kommer eventuellt läggas som blockpass som förra året.

  -Sekretariat bemannar vi på våra matcher som vanligt.

  -Likt förra säsongen så ska vi vara sargvakt på en (max två) herrmatcher på IFU, vi har i dagsläget inget datum så mer information kommer längre fram.

  -Man ansvarar själv för att byta om man inte kan sitt tilldelade pass. Det kan vara så att man blir tilldelad pass när ens barn inte spelar hemmamatchen.

  -Läs igenom instruktionerna inför arbetspass (finns på laget.se under dokument men ska även finnas uppsatt inne i kiosken).

- Omklädningsrummet
  -Inga mobiltelefoner uppe, dels för att det stör träningen men främst för att kameror inte hör hemma i omklädningsrummet för allas trygghet. Att smsa/ringa förälder är självklart okej, då går man undan och gör det.

-Inga småsyskon i omklädningsrummet.

-Vi har tidigare försökt vara minst 1 vuxen i omklädningsrummet för att lyssna att det går sjyst till. Och planen är att fortsätta med detta.
Kolla gärna med era barn om det är okej att det är både manliga och kvinnliga tränare kan förekomma i omklädningsrummet och återkom om något tycker det känns jobbigt.

- Meddela oss eventuella allergier, sjukdomar/diagnoser som kan vara bra för oss att veta.

- Dörrkod in till sporthallen kommer vara 1314 under våra träningstider.
Omklädningsrummet kommer fortsatt vara låst när träningen startar och vid tränare gått in i hallen, då vi haft incidenter med skadegörelse tidigare säsonger. Passagen vid entrén försöker vi komma ihåg att ha öppen/kod 1314 om man kommer sent så tar man den vägen.

- Utdrag ur belastningsregistret är obligatoriskt för alla vuxna som har en roll i laget. Det lämnas in till styrelsen i början av varje säsong.
Vi kommer gå en heldagsutbildning i höst, för röd serie.

- Blanketten ni fyllde i för godkännande för publicering av foto/film på laget.se och vår instagram (bjorklingebk_p13.14) förra säsongen gäller tillsvidare, tills spelaren slutar eller ni återkallar det. Skulle situation uppstå med skyddad identitet eller liknade eller om spelaren själv inte vill synas så prata med någon av oss ledare.
Alla nya spelare fyller i och lämnar in en så snart som möjligt.

- Sporthallen är allt annat än i toppskick och tyvärr kommer väl våra barn aldrig få uppleva någon renovering eller nybygge. Men för att det ska knuffas i rätt riktning så behöver vi hjälpa till. Det vi kan göra är att felanmäla när något inte funkar, som till exempel överfulla papperskorgar, undermålig städning (städning ska ske 7 dagar i veckan…), skador på golv med mera.

- Våra kontaktuppgifter finns på laget.se
Bra om alla kollar föräldrar kollar igenom sina uppgifter så att allt stämmer för att underlätta vid byten av arbetspass och samåkning till matcher.
Har man inte laget-appen är det bra att ladda ner den så blir det smidigare för er med kallelser och kontaktuppgifter som finns under kontaktbok.

  Supertext-appen har vi använt tidigare men har beslutat att byta till whatsapp. Alla kommer bjudas in till denna inom kort. Har man inte fått någon inbjudan så hör av er! Den gruppen vill vi använda till information och hålla fri från meddelanden om sjukdom/samåkning osv för att viktig information inte ska försvinna i flödet. Vi kommer efter diskussion på mötet skapa en separat whatsapp grupp för samåkning till träning och match.

- Sponsring? Har man några känningar så kontakta Jocke.

  Om det dyker upp några frågor angående ovanstående eller om det är något annat ni undrar över så är det bara att höra av er till oss eller komma ner i samband med träning.

  Kul att så många kunde komma på mötet så att vi fick ansikten på många av er nya föräldrar, ni som inte kunde närvara får gärna titta in i samband med någon träning och säg hej!

  /Stephanie