



FÖRENINGSPOLICY

1. VISION

2. ÖVERGRIPANDE RIKTLINJER

3. LÅNGSIKTIGA MÅL

BILAGA

4. ORGANISATION

5. DETALJINSTRUKTIONER FÖR VERKSAMHETEN



Revidering av vision, övergripande riktlinjer och långsiktiga mål beslutas av årsmötet.

Revidering av avsnitten om organisation och detaljinstruktioner för verksamheten beslutas av styrelsen.

Januari 2025

KRYLBO IF:S FÖRENINGSPOLICY

1. VISION

Vår övergripande vision är att vara Avesta kommuns ledande ungdomsförening både på pojk- och flicksidan.

Den sociala visionen är att föreningen ska vara en naturlig mötesplats för alla i närområdet. Vi ska främja spontanfotboll, social samvaro och andra aktiviteter.

Vår huvudsakliga idrott är fotboll där vi erbjuder bra och pedagogiska träningar med kompetenta ledare.

Den breda barn- och ungdomsverksamheten som samlar hundratals spelare ska erbjuda glädje, gemenskap och personlig utveckling utifrån var och ens talang och ambition.

Vi främjar jämställdhet och mångfald för att folkhälsan ska förbättras.

Den sportsliga visionen är att vi ska behålla våra egna ungdomsspelare till seniorfotboll, så många som möjligt och så länge som möjligt. Vi har ungdomslag för pojkar och flickor samt seniorlag i seriespel.

2. FÖRENINGENS ÖVERGRIPANDE RIKTLINJER FÖR LEDARE OCH SPELARE

- Vår förening är ideell och arbete och stöttning från aktiva, spelare, föräldrar och medlemmar är avgörande för att ha en bra fungerande förening.
- Flickor och pojkar ska ges samma möjligheter till deltagande och utveckling.
- Våra ungdomsspelare ska känna rättvisa i speltid och hur de behandlas i övrigt.
- Våra spelare, ledare och funktionärer är goda förebilder för våra medlemmar och bygden.
- Vi ska ha ett vårdat språk och vara goda lyssnare.
- Vi agerar så att kränkande särbehandling förebyggs.
- Sexuella trakasserier får aldrig förekomma.
- Rökning, alkoholhaltiga drycker och andra droger får inte förekomma på vår anläggning i samband med våra idrottsliga aktiviteter.

- Spelare med annat hemspråk än svenska ska om möjligt kommunicera på svenska, på och vid sidan av fotbollsplan.
- Vi hindrar inte barnen och ungdomarna att delta i andra idrotter eller aktiviteter för det kan på flera sätt bidra till spelarens utveckling.
- Vi följer riktlinjerna i Svenska Fotbollsförbundets "Spelar utbildningsplan"
- Vi ska ha engagerade ledare som kontinuerligt erbjuder utbildningar.
- Alla spelare ska om möjligt ungdoms registreras i Fogis-fotbollens gemensamma informationssystem från och med 12 års ålder.
- Eftersom barnkullarna är små inom Krylbo IF:s närområde försöker vi integrera lagen med varandra och skapa en föreningskänsla.
- För att stärka föreningskänslan låter vi ibland alla ungdomar i föreningen träna gemensamt. Detta för att äldre spelare kan vara goda föredömen till yngre och yngre spelare ser upp till de äldre och hittar utmaningar.
- Benskydd ingår i den obligatoriska spelarutrustningen på både träning och match. Fr.o.m. 15 år ska de vara godkända av SvFF.
- Från 15 år ska spelaren licensieras i föreningen.
- Vi vill genom vår ungdomsverksamhet fostra spelare till våra egna seniorlag men även hjälpa de spelare som vill hitta sina egna vägar vidare ut i fotbollslivet.
- För att delta i föreningens aktiviteter ska man lösa medlemsavgift.
- Regelbundet kontrollera registerutdrag för ledare, styrelsen och domare som fyllt 15 år. (OBS! Registerutdrag får inte behållas eller kopieras).
- Krylbo IF:s tränings rekommendationer:
 - Fotbollsskola 1 p/v 45 min
 - Nivå 1, ca 7-9 år 1-2 p/v 60 min
 - Nivå 2, ca 9-12 år 2 p/v 1 h 15 min
 - Nivå 3, ca 12-16 år 2-4 p/v 1 h 30 min

3. LÅNGSIKTIGA MÅL

- Vi ska ha två seniorlag för både damer och herrar.
- Föreningen ska inte erhålla några repressalier från Fotbollsförbundet.
- Minst 25% av ledarna ska komma från andra kulturer.
- Minst en ledamot i styrelsen ska komma från annan kultur.
- Stor ökning av föräldraengagemanget via samspel med RF-SISU Dalarna.
- Det ska finnas utbildade matchvärdar vid samtliga matcher.
- Hälften av styrelseledamöterna ska vara kvinnor.
- I vår organisation ska finnas en grupp personer som är behjälpliga i kiosken och som komplement till kommunens personal på anläggningen.
- Kanslist via Arbetsförmedlingen (75%) ska finnas på plats.
- Två ansvariga för ungdomsverksamheten är utsedda.
- Kompletta ledarstab för A och U-laget.
- Sponsringsintäkterna ska öka årligen.
- Vi ska ha tillgång till en buss till bortamatcher när inte föräldrar ställer upp.

4 ORGANISATION – UPPDRAG

4.1 STYRELSEN

- Göra årlig budget och följa upp det ekonomiska resultatet månadsvis (resultat- och balansbudget)
- Se till att föreningen har en hållbar organisation både ekonomiskt och personellt.
- Bearbeta sponsorer och skriva avtal samt ansvara för att skyltar finns på ip.
- Löpande följa upp ungdomsverksamheten och seniorfotbollen.
- Planera Våryran och Krylbodagen.
- Ansvara för att teckna avtal med kommunen om anläggningen samt planera och genomföra egna aktiviteter för att utveckla anläggningen.
- Representanter från styrelsen utses att representera klubben vid de samverkansmöten som sker med övriga fotbollsföreningar i kommunen enligt tecknat avtal.
- Medverka vid möten i Krylbogruppen.

4.2 ANSVARIGA UNGDOMSSEKTIONEN

- Se till att material finns för kommande säsong och beställa nytt genom Intersport vid behov. (bollar, västar, koner mm)
- Se till att alla lag har matchkläder för kommande säsong. Beställa nytt genom Intersport vid behov.
- Ha kontakt med Intersport om frivaror, nyheter, webshop.
- Lämna/hämta kläder på kontorsprofilen som behöver tryckas.
- Hålla i ungdomsledarmöten, där de går igenom träningstider, matchtider och annat som rör ungdomsledarna.
- Samla in belastningsregister för ledarna.
- Hålla kontakt med alla ledare under säsong och höra om det är något speciellt som behöver åtgärdas.
- Informera om ledarutbildningar.
- Vara med i planering och genomförande av fotbollsskolan.
- Vara med i planering och genomförande av sammandragen. (göra spelschema, fixa med domare, dela upp kiosk på lagen)
- Ha kontakt med andra föreningar som AAIK och SAIF och andra fotbollsföreningar i kommunen i frågor gällande ungdomsfotboll enligt tecknat samverkansavtal.
- Linjera ungdomsplanerna vid behov.
- Informera om nyheter från DFF, tex spelarutbildningar, domarutbildningar.
- Delta i möte med fritid och övriga föreningar i kommun för att bland annat bestämma tider på Avestavallens konstgräs.

- Bokningar av idrottshallar.
- Beställa priser till avslutning.
- Beställa presentkort till avslutning.
- Starta upp nya grupper. (bollekis)
- Se till att valborgsaktiviteten Våryran bemannas av föräldrar.
- Se till att det finns matchvärdar till samtliga ungdomsmatcher.

4.3 KANSLISTVERKSAMHETEN

- Ta hand om inkommande räkningar. (Analogt och digitalt)
- Ha hand om inköp till kiosk vid A- och U-lagsmatcher, sammandrag & Våryran och inventera efteråt.
- Vara kontaktperson mot SISU.
- Söka pengar från SISU för olika bidrag och aktivitetsstöd.
- Söka pengar från Avesta kommun. (grundbidrag, verksamhetsbidrag samt anläggningsbidrag)
- Skicka ut fakturor för medlemsavgifter.
- Se till att alla sponsorer finns med på hemsidan och är taggade.
- Lägga upp annonser på hemsidan och Facebook samt administrera veckoannonser i Lokalt i Avesta – Norberg.
Sköta kontakt med Laget.se ang. hemsidan
- Vara kontaktbar i frågor som rör föreningen.
- Gå igenom och fördela all post som kommer till Krylbo IP.
- Vara kontaktperson för ledare mot kassören.
- Sköta registreringar av spelarövergångar.
- Se till att underlag för LOK-stödet kommer in från alla lag och söka LOK-stöd.
- Administrera medlemsregister.
- Begära in utdrag ur belastningsregistret från alla ledare och övriga funktionärer äldre än 15 år.
- Upprätta register som redovisar vilka taggar och nycklar respektive person har samt upprätta register över vilka som fått kod till låssystemet.
- Städa expeditionen och kioskutrymmen samt kontrollera att övriga utrymmen är fräscha.

4.4 ANLÄGGNINGEN

Anläggningen sköts enligt det årliga anläggningsavtal som tecknas med kommunen. Kanslisten städar expeditionen och kioskutrymmen samt kontrollerar att övriga utrymmen är fräscha. Arvoderad anläggningsresurs (under 2024 Leif Törnblom) linjerar planerna samt åtgärdar brister. Representanter för styrelsen överlägger med Avesta kommun om den löpande driften och fastslår ansvar för respektive part.

5. DETALJINSTRUKTIONER FÖR VERKSAMHETEN

5.1 FOTBOLLSSKOLA

Första mötet med fotbollen ska vara positivt och lek- och lustfyllt. Genom lekfulla övningar övar vi motorik och bollglädje.

Nivå 1:

Fotbollsglädje

Under de första åren ligger betoningen på en lekfull allsidig träning. Lek – men med tydlig struktur i träningen. Lekfullhet betyder att man tar barnens fotbollsglädje på allvar. Samtidigt som vi har skoj övar vi barnen på att träna, att lyssna och att se sig själva som fotbollsspelare och som lagkamrater. Förutom smålagsspel består träningen av kroppsmotoriska övningar som främjar allmän känsla, ”timing” och bollglädje snarare än specialiserade övningar för fotbollsspel. Lagen deltar i ”sammandrag” för 5 mot 5 lag. Det är riktiga matcher men ”serien” är utan poängräkning.

Nivå 2:

Lära för att träna

Nu börjar vi lära ut lagspelet fotboll. Träningarna blir alltmer ”riktiga” fotbollsträningar med betoning på teknik och koordination/snabbhet. Mot slutet av perioden skall spelarna ha tankarna riktade mot 11 mot 11 spel. Det primära målet är att få med sig så stora barngrupper som möjligt genom denna känsliga ålder. Intresset måste komma inifrån barnet själv - men föräldrars stöd är en förutsättning för intresset. Att skapa en stor, harmonisk och träningsvillig spelartrupp är av högre prioritet än resultat på fotbollsplan. Tydliga signaler bör ges av ledare till både spelare och föräldrar. Fokus måste alltid vara att utveckla samtliga spelare – då kommer framgångarna. Enskilda tidigt utvecklade spelare i behov av utmaningar kan ibland gå upp och träna med äldre årgångar. Detta sker i samförstånd med föräldrar.

Nivå 3

Träna för att lära

9/11-spelet startar. Alla lag deltar nu i riktigt seriesystem. I den här fasen börjar en del ungdomar vara redo att ta större språng i utvecklingen. Träningen börjar öka i mängd och den fokuserar på tekniska, taktiska, psykiska och fysiska färdigheter. Det är fortsatt viktigt att fokusera på prestation – att vinna matcher är underordnat. Tränarna ska ha en långsiktig planering med tydliga målsättningar. För att hålla lag i 9/11-spel i Krylbo IF krävs ibland sammanslagning inom ett större åldersspann. Vi ser att spelare under ett antal säsonger går från att vara yngst till att bli de äldsta i laget och då automatiskt får ta det ansvar och ledarroller som krävs. Eftersom skolan börjar bli mer krävande och många spelare brukar sluta under den här perioden vill vi minimera detta genom att erbjuda en trygg miljö så att de kan få lugn och ro att utvecklas i sin egen takt.

5.2 MATCH

Matchen är ett inlärningsstillfälle – ”vi spelar som vi tränar”. Vi strävar efter att varje spelare ska få träna minst dubbelt så mycket som de spelar match.

- Vi fokuserar på prestation inte på resultat.
- Eftersträva att alla spelar lika mycket under matchen.
- Låter spelarna lösa matchsituationerna.
- Spela på olika positioner, i nivå 3 börjar positionerna renodlas.
- Ansvarsroll/lagkapten byter vi kontinuerligt i laget.
- Fair Play: följer fotbollens regler och uppmuntrar till ”juste” spel.
- Vi respekterar domaren, domarbeslut och motståndarlag.
- Vi tackar domare och motståndarlag i hand efter match.

5.3 CUPER

Krylbo IF rekommenderar att ungdomslagen åker på cuper som ligger i vårt närområde. Gärna en utomhus cup och en inomhus cup per säsong. För att stötta och heja på varandras lag i olika cuper försöker vi anmäla oss till samma cuper. Föreningen stöttar lagen ekonomiskt när de åker på cuper.

5.4 UPPFÖRANDE/VÄRDERINGAR

Eftersom vi tillåter våra spelare att misslyckas på träning och match präglas vår verksamhet till att vara positiv och uppmuntrande. Krylbo IF kan på intet sätt acceptera någon form av trakasserier eller mobbning på fotbollsplanen eller utanför fotbollsplanen. Det åligger på samtliga verkande inom föreningen att vara lyhörda och vaksamma för att förhindra och förebygga att någon utsätter någon annan för detta.

- Våra spelare, ledare och funktionärer ska vara goda förebilder för våra medlemmar och bygd.
- Varje spelare och ledare ska få känna sig uppmärksammas på ett positivt sätt.
- Vi ska ha ett vårdat språk på och utanför planen.
- Vi ska vara goda lyssnare.
- Vi ska hjälpa och stötta varandra i sportsliga motgångar och glädjas i medgångar.
- Vi hjälper till på de arrangemang som föreningen ber om.

5.5 SPELARE

- Vi respekterar och stöttar våra medspelare i motgångar och gläds i medgångar.
- Vi lyssnar på våra tränare och ledare.
- Meddelar i god tid om du inte kan delta i träning eller match.
- Passar tider till alla samlingar.
- Vi spelar och tränar efter Fair Play.
- Vi använder ett vårdat språk både på och utanför planen.
- Vi ska, om möjligt, använda svenska som språk när vi pratar med varandra.
- Håller idrottsplatsen Krylbo IP och andra motståndares anläggningar städade och rena. Lämna inget skräp efter oss.
- Vi är en bra kompis mot andra.

5.6 LEDARE

- Föregår med gott exempel hur en fotbollsspelare ska uppföra sig på plan och mot sina medspelare.
- Berömmar spelarna och laget när de gjort något bra och låter spelarna utvecklas via positiv förstärkning.
- Låter ungdomsspelarna sköta matchsituationen
- Kritiserar inte enskilda spelare eller laget utan stöttar i motgångar
- Kritiserar inte domaren och hjälper till vid behov att förklara och förtydliga domslut för spelarna.
- Var tydlig med att mobbning och respektlöshet mot medspelare inte hör hemma på eller utanför fotbollsplanen.
- Samtliga ledare skall lämna utdrag ur belastningsregistret

5.7 FÖRÄLDRAR/PUBLIK

Vi som är vuxna måste vara goda förebilder och ta vinster och förluster med samma goda humör.

1. Fast det är förstås tillåtet att vara extra glad efter en skön seger.
2. Ställer upp vid match och träning – barnen vill det.
3. Hejar och stöttar det egna laget och dess spelare under match.
4. Tänk på att det är ditt barn som spelar fotboll – inte du.
5. Ge inte instruktioner till spelarna.
6. Kritiserar varken egna spelare eller motståndare under match
7. Kritiserar och klagar inte på domarbeslut eller motståndarnas ledare
8. Ge ledarna "arbetsro" under matchen, stå på behörigt avstånd till ledarna och avbytarna.
9. Engagerar sig som matchvärdar och som kioskpersonal.

5.8 UTRUSTNING

För att spela fotboll behövs fotbollsskor och benschydd. Till matcher står Krylbo IF för matchtröjan och shorts. Vattenflaska till träningar införskaffar spelaren.

5.9 LAGLEDNING

Krylbo IF har ett tränarteam som samarbetar över laggränserna. Det ska finnas minst en tränaransvarig för varje lag samt minst en matchansvarig. Därutöver behövs olika ansvariga till olika funktioner i laget. Funktionerna kan variera beroende vilken åldersgrupp som menas.

5.10 FÖRÄLDRA-ANSVAR

Föräldrarna är oumbärliga i Krylbo IF. Hela föreningens verksamhet bygger på föräldrars ideella arbete. Utan föräldrar, ingen klubb. Och utan klubb, ingen fotboll (i lag, vill säga). Så enkelt är det. Därför är det viktigt att alla föräldrar med

barn i Krylbo IF från början förstår att deras närvaro och insatser inte bara är välkomna utan faktiskt helt nödvändiga! Det är roligt att vara engagerad i Krylbo IF och vi vet att det finns många föräldrar runt varje lag som vill göra en insats, bara det finns en tydlig bild av verksamheten och de uppgifter som behöver göras. När väl tränarorganisationen i en åldersgrupp är etablerad är nästa steg att formera styrkorna för kringarbetet. Föräldramöten är en viktig del i föreningsbygget. Föräldramötena ska i princip vara obligatoriska, de är nödvändiga för att klubben ska fungera. Här kan verksamheten presenteras och föräldrar rekryteras till både lagets och klubbens aktiviteter som bland annat matchvärdar. Det finns många uppgifter att göra. Ingen kan göra allt, alla kan inte göra allt, men alla kan göra något. Just det sistnämnda är vårt minimikrav: Alla föräldrar som har barn i Krylbo IF skall hjälpa till med något inom föreningens verksamhet.

5.11 PRISER TILL SPELARE OCH LAG VID UNGDOMSAVSLUTNING.

På ungdomsavslutningen rekommenderar vi att priser delas ut. Vilka priser det ska vara beslutar ledarna om alla spelare i ett ungdomslag får ett pris.

5.12 IDEELLT ARBETE

Krylbo IF hela verksamhet bygger på aktiva, spelare, föräldrar och medlemmars ideella arbete. Funktioner och aktiviteter krävs för att driva och sköta föreningen och idrottsplatsen. Sådana funktioner och aktiviteter kan vara att hålla rent och snyggt på idrottsplatsen och i klubbhuset, arbetsdagar för att förbereda och avsluta säsonger, stå i kiosk eller storstädning av klubbhus. För att ekonomiskt driva runt fotbollslag och idrottsplatsen krävs aktiviteter för att samla in pengar. På sista april hjälper Krylbo IF Lions att anordna sammankomsten Våryran på Krylbo IP, då vill vi ha god uppslutning från spelare och föräldrar för att hjälpa till. Det kan även förekomma andra aktiviteter för att samla in pengar men bestäms år efter år.

5.13 SENIORERNAS MÅL

Vi ska ha minst två seniorlag. Spelarna och ledarna ska vara goda föredömen för bygden och ungdomarna. Seniorerna ska delta i föreningens olika aktiviteter. Medan ungdomsverksamheten fokuserar på breddutveckling med individualism och gruppstyrka fokuserar seniorerna mer på att maximera lagets styrka och på resultat.

5.14 ORGANISATION

Organisationen kring seniorspelarna består av tränare, ev. hjälptränare och varsin ledare per seniorlag. Träning sker enligt det upplägg tränaren presenterar och som styrelse/fotbollsansvarig avtalat med tränaren. A-laget är föreningens representationslag där prestation förväntas efter uttalad målsättning. U-laget är det lag där man skall utvecklas som fotbollsspelare för att försöka nå en A-lagsplats. Föreningen har rekommendation till tränarna och ledarna till seniorlagen att våra

Yngre spelare ska få spela så mycket som möjligt under de förutsättningarna som finns. De yngre spelarna i seniorfotbollen motsvarar Nivå 4 från Svenska Fotbollsförbundets spelarutbildning. Nivå 4 består av att träna för att prestera. De yngre spelarna ska få möjlighet att utveckla sitt fotbollskunnande och uppmuntra till kamratskap, lagmoral och individuellt ansvar. Vid ev. provträning eller beslut om övergång till annan klubb skall fotbollsansvarig kontaktas innan träning eller övergångshandling skrivs.

5.15 TRÄNAR/LEDARUTBILDNING

Tränarna och ledarna ska ha möjlighet till relevanta tränarutbildningar

5.16 UPPFÖRANDE VID MATCHER

Vi följer Svenska Fotbollsförbundets regler för hur matcher ska spelas inom den division seniorlagen spelar i.

Andra kriterier vi vill påtala i samband med match är:

- Alla gäster; våra spelare, motståndare och publik ska känna sig välkomna till Krylbo IF.
- Domare och matchfunktionärer ska respekteras och stöttas av spelare, ledare, föräldrar och matchvärdar.
- Vi använder vårdat språk.
- Vi håller rent och snyggt på idrottsplatsen och de idrottsplatser laget besöker.
- Rökning, snusning, alkohol och andra droger får inte förekomma på vår anläggning i samband med våra idrottsliga aktiviteter såsom match.

5.17 PRISER TILL SPELARE OCH LAG VID ÅRSFEST

Utses av ledare och tränare

5.18 DOMARE TILL UNGDOMSMATCHER

Vi har utbildade domare. Vi försöker sträva mot att domarna på matcherna ska vara pedagogiska och vara tydliga i sina domarbeslut. Till hjälp finns våra ungdomsledare som kan hjälpa till att förklara och förtydliga domsluten för spelarna. Vi har både ungdomar (av fri vilja) och seniorer som är domare. En mindre ersättning går ut till domarna. Om de vill utbilda sig mer försöker föreningen att lotsa vidare.

5.19 INFORMATION

Föreningens hemsida ska innehålla vad vi kan erbjuda bygden. Där presenterar vi våra fotbollslag och andra aktiviteter. Vi visar tydligt vad man får genom att vara aktiv och medlem i föreningen och vad vi kräver tillbaka. Vi ska även tydligt visa kontaktuppgifter till olika funktioner inom föreningen.

Hemsidan sköts kontinuerligt i första hand av kanslisten.

På vår idrottsplats informerar vi vad för regler som gäller i form av uppförande och för att hålla snyggt och rent. I övrigt använder vi många andra kanaler för att sprida information såsom informationsmöten, annonsering, sociala medier mm.

5.20 SPONSRING

Föreningen har en arbetsgrupp, inom styrelsen, som jobbar på att skaffa in sponsring. Den riktar sig till främst till bygdens företag. Sponsringen kan stötta föreningen i stort och eller till specifika verksamheter och aktiviteter. I gengäld ger vi företagen reklam i olika sammanhang såsom matchställ, annonser eller skyltar på Krylbo IP. Vi försöker även uppmärksamma sponsorerna genom att bjuda in dem till speciella matcher.

5.21 TRADITIONER/AKTIVITETER I FÖRENINGEN

Föreningens aktivitetskalender (förutom fotbollssäsongen) ser ut som följande:

- I slutet av februari hålls föreningens årsmöte
- Arbetsdag inför försäsongen
- Sista april samarbetar vi med Krylbo Lions med traditionell sammankomst på Krylbo ip
- Ungdomsavslutning
- Årsfest
- Arbetsdag för att avsluta fotbollssäsongen

5.22 IDROTTSPLATSEN

Alla aktiva, spelare, föräldrar, medlemmar och gäster ska respektera idrottsplatsen och klubbhuset så som föreningen vill ha den. Anvisningar finns på Krylbo IP. Idrottsplatsen och klubbhuset sköts frivilligt och ideellt. Vi har ansvariga och arbetsgrupper för olika områden och funktioner. Se på föreningens hemsida för ansvariga. Två gånger om året har vi arbetsdagar då alla är välkomna att hjälpa till att iordningställa inför och efter fotbollssäsongen.

5.23 KIOSK

Kanslisten köper in varor till kiosken som är öppen vid A- och U-matcher, Sammandrag, Våryran och Krylbodagen. Ansvaret för att kiosken bemannas sker i första hand av ungdomsansvariga och i andra hand av kanslisten. Hjälp med att bemanna kiosken vid matcher behövs kontinuerligt.

5.24 KOST OCH HÄLSA

- Ledarna och spelarna ska vara medvetna om matens betydelse för prestationsförmågan. Därför ska ledarna vara tydliga med vikten av att ha ätit innan träning och match.

- Vätskeförlust har ett väsentligt inflytande på kroppens funktioner och vätskeförlust kan resultera i nedsatt prestationsförmåga. Det är därför viktigt att upprätthålla vätskebalansen.
- God sömn är viktig för att kunna prestera.
- Vad gäller sjukdomar ska ingen träning eller match förekomma vid feber, kraftig förkylning och penicillinbehandling.
- Det är ledarens uppgift vid skada på träning eller match att så snabbt som möjligt se till att spelaren kommer under läkarvård.
- Ingen ledare får ta på sig ansvaret för en skadad spelares fortsatta behandling.
- All fotbollsverksamhet är drogfri i Krylbo IF.

5.25 TRAFIKREGLER

- Krylbo IF vill att alla utövare, föräldrar och ledare ska känna trygghet när lagen färdas till och från olika arrangemang, där föreningen deltar.
- Alla aktiva och ledare inom vår förening och som deltar i våra verksamheter ska på och på ett så trafiksäkert sätt som möjligt transportera sig till och från våra arrangemang. Det gäller samtliga seriematcher, träningar och andra träffar/ sammankomster som föreningen deltar i.
- Håll bestämda tider, ex. samlingstid vid avfärd.
- I möjligaste mån, kör "följ John" för att alla ska hitta enkelt.
- Om du färdas på moped, cykel eller inlines ska hjälm bäras.
- Under mörker ska godkänd belysning och/eller reflexer användas.
- Vi hjälper varandra att följa denna policy. Ingen av "de våra" ska i onödan behöva skadas eller dödas i trafiken.

5.26 MILJÖREGLER

Vi återvinner enligt kommunens allmänna regler och ser till att granulat från konstgräsplanen tas omhand enligt kommunens regler.

5.27 KRISHANTERING

Om spelare eller ledare hastigt avlider eller blir svårt skadad.

- Första hjälpen
- Hjärtstartare finns på anläggningen och utbildning har genomförts.
- Ambulans och polis tillkallas
- Ordförande underrättas
- Krylbo IF:s styrelse samlas på Krylbo IP
- Familjen underrättas
- Ordförande lämnar information om olyckan till laget och berörda ledare.
- Polis och/eller präst tillkallas vid svår olycka.
- Vid behov kalla in kurator, skolsköterska och någon från kommunens
- Krisgrupp POSOM (nås via 112).
- Om massmedia kommer till platsen skyddas spelare och ledare.
- Massmediakontakt är ordförande.
- Krylbo IP hålles öppet i händelse av olycka.

5.28 ATT TÄNKA PÅ VID DÖDSFALL

- Ordförande samlar lagledare för information.
- Krisgruppsmedlem och lagledare informerar laget så sakligt som möjlighet om händelseförloppet.
- Flaggan hissas på halv stång.
- Tyst minut hålls.
- Vid minnesstund i Krylbo kyrka (med tillstånd och i samråd med anhöriga):
- Ordförande informerar spelare och ledare om dödsfallet
- Minnesord av ordförande
- Tyst minut
- Kort andakt av präst
- Sång eller musikstycke