

## Spelare i MHFF F13



I vårt lag är det viktigt att vi har kul, känner oss trygga och är schyssta mot varandra! Vi peppar och stöttar varandra både **på** och **utanför** planen. Vi har nolltolerans mot oschysstheter – här ska alla känna sig välkomna! ✨

### Så här bidrar jag på träningar:

- ✓ Jag är redo när samlingen börjar! Om samlingen t.ex. är kl. 17.00 så kommer jag lite innan för att hinna ta på fotbollsskorna och vara helt klar. ⏰👟
- ✓ Jag använder inte mobilen under träningen. 🚫
- ✓ Jag säger hej och hejdå till mina lagkamrater och tränare. 🙌
- ✓ Jag gör mitt bästa, utifrån hur jag mår. Om något känns jobbigt kan jag alltid prata med en tränare.
- ✓ Jag lyssnar på tränarna och hjälper till att plocka ihop bollar och annat material. 🌐
- ✓ Jag peppar och stöttar mina lagkamrater – vi gör varandra bättre! ❤️👏
- ✓ Jag är medveten om att i vårt lag är det inte tillåtet med kränkningar och oschysstheter.

### Så här bidrar jag på matcher:

- ✓ Jag kommer i tid och är ombytt och redo när samlingen startar! Om vi t.ex. samlas kl. 14.00 så är jag där lite innan. ⏰
- ✓ Jag har rätt utrustning: matchtröja, benskydd, fotbollsstrumpor, skor, vattenflaska, uppsatt hår och ev. mediciner. Inga smycken eller keps (gäller ej målvakt).
- ✓ Jag säger hej och hejdå till alla i laget och tränarna. 🙌
- ✓ Jag gör mitt bästa och pratar med en tränare om jag behöver stöd.
- ✓ Jag lyssnar på tränarna, peppar mina lagkamrater och ser till att vi har en bra laganda! ❤️
- ✓ Jag är alltid schysst mot motståndare och domare och tackar efter matchen. 🙌
- ✓ Om jag är supporter på en match så hejar jag på hela laget.

### Det här händer om jag betar mig oschysst eller kränker någon i laget:

1. Tränarna säger till direkt. 💬
2. Om det händer igen ringer tränarna mina föräldrar. 📞
3. Om det fortsätter kontaktas klubben och jag kan bli avstängd från träning och match.

Vi är ett lag – vi tar hand om varandra i MHFF F13! ❤️🌐😊