

Ledarhandbok Säsongen 2026



Den här handboken är framtagen för att göra ledarskapet inom föreningens fotbollsverksamhet så enkelt och tydligt som möjligt. Oavsett om du är ny som ledare eller har varit med i många år hittar du här den mesta information som behövs för att planera säsongen för våra spelare. Denna uppdateras varje år efter första ledarmötet på säsongen.

VÄRDEGRUND

Glädje och Gemenskap – Tillsammans vill vi bedriva vår verksamhet så att vi har roligt och utvecklas.

Allas rätt att vara med – Innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar.

Respekt – Vi ansvarar för våra handlingar och bemöter andra med respekt

Klicka på rubrikerna i innehållsförteckningen för att ta dig till stycket

Innehåll

SÄSONGEN 2026, våra lag	4
Fördelning träningstider	6
Sommartider.....	6
Vårträning.....	6
DOMARARVODEN 2026.....	7
REGISTERCENTRALEN	7
FÖRÄLDRAMÖTEN	7
HEMMAMATCHER	7
Matchvärd	7
Domare till hemmamatcher	7
Registrering SVFF.....	8
LOK	8
ÖVERÅRIGA.....	8
Hallplaner & konstgräs	9
Tillfällig halltid	9
Återkommande halltid	9
Konstgräs	9
Kommunikation	9
Laget.se.....	9
Regler för ungdomslag i våra föreningar.....	10
Medlemsavgift.....	10
Deltagaravgift	10
Fikaförsäljning	10
Cupavgifter	10
Målvaktshandskar	10
Lagutrustning.....	10
Domarkostnader.....	11
Aktuella arvoden är för Ungdomar / Barn 2026.....	11
Reseersättning.....	11
Ledarutbildning	11
Ersättning Ledare	12
Spelregler.....	12

Trafiksäkerhetspolicy.....	13
Reseräkning vid bortamatcher	14
Barn och ungdomspolicy	15
Krishanteringsplan.....	16
Rollbeskrivningar	17
Säsongspanering för nya tränare & lagledare	18
Föräldramöte agenda	19
Medlemskap 2026	20
Deltagaravgift 2026	21
Idrottsförsäkring.....	21

Ledarmöte Ostviks Kansli

OSTVIK IK DRÄNGSMARK IF

Tisdagen den 24 februari 2026

Närvarande: Sandra Hägg, Ulrica Marklund, Linnea Lindholm, Jenny Eriksson, Pernilla Båtsta, Anders Hägg, Peter Gunnarsson, Pär Lindqvist, Anna Vestermark, Fredrik Hägglund, Lina Karlsson (Larsson), Emma Tellström, Lina Karlsson, David Eriksson, Daniel Norgren, Samuel Eliasson.

Vid mötet noterades att ledare saknas för Mix 19 samt det ännu ej startade Bollkul-gänget födda 2020. Under mötet diskuterades allmänna regler samt förutsättningar inför säsongen. Träningsstider för vår- och sommarsäsongen fördelades, matchtröjor, utrustning och bollar delades ut. Det beslutades att målvaktströjor (storlek S, 164), västar för F13 (5 stycken) samt 11 bollar i storlek 4 ska köpas in.

En nyhet för denna säsong är implementeringen av **Registercentralen** för hantering av utdrag från belastningsregistret. Alla ledare rekommenderas att skaffa en digital brevlåda, exempelvis Kivra eller Billo. Har man ingen eller vill man ej får ni beställa utdrag via Polisen och visa upp för antingen Sandra eller Ulrica.

Vi informerade även om att **Idrott Online kommer att ersättas av Idrottsarenan**, som blir plattformen för närvaroregistrering av LOK-stöd. **För inloggning krävs Freja-ID**, vilket enkelt kan laddas ner och aktiveras med pass eller annan giltig legitimation via deras ombud. Mer information finns här:

[Skaffa Freja - Freja](#)

Till er ledare vill jag också säga: Ni gör verkligen skillnad! Stort tack för allt engagemang och hjärta ni lägger ner för våra föreningar, lag, ungdomar och barn – utan er skulle det inte finnas något. Ni är stommen och inspirationen som gör att vi kan sprida rörelseglädje och skapa gemenskap. Tillsammans bygger vi något riktigt stort och betydelsefullt för våra barn. Heja er!

Anteckningar från Sandra Hägg

SÄSONGEN 2026, våra lag

	POJKAR		FLICKOR	
ÅLDER	OIK	DIF	OIK	DIF
20				
19	5	5	4	4
18	1	2 (1)	5	3
17	0	9	0	6
16	5	6	1	3
15	0	5 (1)	1	4
14	8 (1)	6	1	
13	6	6	9	4
12	3 (1)	0	0	1
11	0	3	5	0
10	7	0		
09	10	0		
	46	44	26	25

Mix 20 Bollkul

Tränare:

Lagledare:

Antevkning: Samla till föräldramöte i början av maj.

Lok:

Anmäl:

Mix 19 3v3 Sammandrag 2 serier Tjej och Kille

Tränare: Lina Karlsson (Larsson), Frida Lindholm, Per Larsson, Viktor Martinsson

Lagledare: Lisa Vikström

Anteckning: Detta gäng behöver en ledare och ett föräldramöte skulle vara på plats.

De är tydligt att tjejerna inte får blomstra med killarna och det skulle vara bra att dela upp dessa redan nu. Lina K Norrlångträsk kallar till föräldramöte.

Lok:

DIF/OIK

Anmäl:

DIF/OIK

P17-18 P17 5v5 Svår

Tränare: Lina Karlsson Larsson, Pär Lindqvist

Lagledare: Linnea Lindholm

Anteckning:

Lok: DIF

Anmäl: DIF

F 17-18	5v5 F17 Enkel	Lok: OIK Anmäl: OIK
Tränare:	Emma Tellström, Lina Karlsson	
Lagledare:		
Anteckning:	Vill testa en enkel serie för att få mer tjejer intresserade	
P 15-16	7v7 P16 Svår	Lok: DIF Anmäl: DIF
Tränare:	Fredrik Hägglund, Anna Vestermark	
Lagledare:	Lina Fahlgren	
Anteckning:	Ska kolla med Daniel Degerman om han är intresserad att vara med på ett hörn på ledarbänken.	
F 15-16	7v7 F15 Lätt	Lok: DIF Anmäl: DIF
Tränare:	Peter Gunnarson, Anders Hägg, Jenny Sundqvist Pegestam	
Lagledare:	Kristina Forsberg	
Anteckning:		
P14	7v7 P14 Lätt	Lok: DIF Anmäl: DIF
Tränare:	Jenny Eriksson, Nils Olofsson	
Lagledare:	Tobias Kågström	
Anteckning:		
P12-13	9v9 P13 Lätt	Lok: OIK Anmäl: OIK
Tränare:	David Eriksson, Emil Larsson, Jonas Lindgren, Per Berglund	
Lagledare:	Samuel Eliasson	
Anteckning:		
F13-14	9v9 F13 Lätt	Lok: OIK Anmäl: OIK
Tränare:	Daniel Norgren, David Romeo, Peder Lindström	
Lagledare:	Malin Lindholm	
Anteckning:		
P09-11	11v11 P16	Lok: OIK Anmäl: OIK
Tränare:	Pernilla Båtsta	
Lagledare:	Elin Bäcklund	
Anteckning:		
F11-12		Lok: BFF Anmäl: BFF
Tränare:		
Lagledare:		
Anteckning:	Dessa spelar med Byske och de sköter det administrativa kring laget.	

Fördelning träningstider

Sommartider

Dag	Tid	OIK 5v5 7v7	OIK Konstgräs	OIK 11v11	DIF Konstgräs 5v5	DIF 5v5	DIF 7v7	DIF 11v11
Mån	18-19.30	P15-16		F13-14 P12-13		F17-18	P 14	P09-11
	19.30-21							
Tis	18-19.30	F15-16	Mix 19	P09-11	Mix 19	P17-18		
Tis	19.30-21			Senior				
Ons	18-19.30	F17-18		F13-14 P12-13			P15-16	
Ons	19.30-21							
Tor	18-19.30	P14		P09-11		P17-18	F15-16	F13-14 P12-13
Tor	19.30-21			Senior				
Fre								
Lör								
Sön								

Vårträning

Dag	Tid	OIK Rinken	OIK Konstgräs	DIF Konstgräs	DIF Grus
Mån	18-19.30		P15-16	F17-18	
	19.30-21			P14	
Tis	18-19.30			F15-16	P17-18
	19.30-21			P12-13	
Ons	18-19.30		F17-18	P15-16	
	19.30-21				
Tor	18-19.30		P14	P17-18	
	19.30-21				
Fre	18-19.30				
	19.30-21				
Lör					
Sön					

DOMARARVODEN 2026

Aktuella arvoden är för Ungdomar / Barn:

3 v 3	95 kr	9 v 9	380 kr
5 v 5	165	11v11	740 kr
7 vs 7	235 kr		

REGISTERCENTRALEN

Under säsongen 2026 så kommer vi att använda oss utav Registercentralen för utdragen från belastningsregistret. Detta för att underlätta för alla inblandade parter. Föreningar inom Riksidrottsförbundet (RF) ska begära att ledare med direkt och regelbunden kontakt med barn (under 18 år) uppvisar ett begränsat utdrag ur belastningsregistret. Ni kommer att få en inbjudan på mailen till Registercentralen med tydliga anvisningar.

Saknar någon en digital brevlåda (Kivra, Billo m.fl) så uppmanar vi att skaffa en alternativt beställa utdraget via [Belastningsutdrag Polisen](#) och visa det för Sandra eller Ulrica.

FÖRÄLDRAMÖTEN

Vi uppmanar alla lag att kalla till ett föräldramöte för att få med alla på tåget. Genom att gå igenom vad de olika rollerna i laget innebär kan fler känna sig trygga med att ta på sig ansvar och bidra på sitt sätt – alla kan hjälpa till! Lagledaren har koll på kommunikationen och ser till att allt praktiskt runt laget flyter på, medan fika- och matchvärdslister handlar om att hjälpa till med servering och trivsel vid matcher. Avslutningsansvarig fixar med säsongsavslutningen och cupkoordinator samordnar information inför cuper. Skulle ni vilja ha stöttning från någon i styrelserna på föräldramötet så är det bara att meddela oss så ser vi till att någon är på plats.

HEMMAMATCHER

Så fort ni har bokat era hemmamatcher så går ni in och ändrar till aktuella uppgifter och plan i FOGIS → [Fogis Login](#)

På denna länk finns Fogis-manualer: [Fogismanualer - Svensk fotboll](#)

På laget.se i "admin-läge" hanterar ni Serie/Cuper i den vänstra menyn. Där lägger ni in "lägg till serie" för aktuell säsong och den uppdateras automatiskt med uppgifterna från Fogis.

Matchvärd

Till varje hemmamatch så ska lagen utse en Matchvärd. Matchvärden ska vara tydliga att urskilja och bära väst, varje lag har en väst i sin lagryggsäck märkt med MATCHVÄRD.

På denna länk finns en guide till matchvärdens uppgifter: [guide-matchvard.docx](#)

Domare till hemmamatcher

Inför varje säsong så brukar vi skicka ut en domarlista till lagen med de barn och ungdomar som vill döma. Försök att ge alla som vill möjlighet att döma någon match. Kom ihåg att dessa är nybörjare och barn så stötta dem också på planen precis som med dina egna spelare.

Registrering SVFF

Alla barn som spelar 5-manna eller större måste registreras i Fogis. Föreningarna hjälper till att lägga upp spelarna i Fogis och skapa grupper så att ni enkelt kan ta ut rätt matchtrupp.

När vi har hemmamatch är det viktigt att gå in och rapportera resultatet. Ju fler som rapporterar desto jämnare höstserier får vi.

Här hittar ni Fogis-manualer: [Fogismanualer - Svensk fotboll](#)

LOK

Det är upp till varje lag att redovisa aktiviteter och närvaro direkt i Idrottsarenan och LOK appen. När vi har gränsfall med barn (mindre än 5 + ledare) från en förening så gör vi om så att hela laget registreras på den klubb där merparten är så att vi inte går miste om LOK-stöd. Sandra tar kontakt med de lag där detta kommer att ske.

En ny LOK-app ska introduceras i samband med att Idrottsarenan släpps och de har lovat att denna ska bli bättre.

Vid frågor så kan ni kontakta Sandra 070-2969315 så hjälper hon er att komma igång.

ÖVERÅRIGA

Med överårig spelare menas ett år äldre än tillåten ålder. Tillåten ålder är angiven ålder i serienamnet. I serierna 7-18 år tillåts överåriga spelare enligt antal nedan. Antal överåriga räknas på spelarförteckningen och är olika beroende på spelformen, se nedan. Tanken är att man som maxantal får ha 50 % av utespelarna överåriga plus en målvakt.

- I spelformen 5 mot 5 gäller 2 utespelare + 1 målvakt
- I spelformen 7 mot 7 gäller 3 utespelare + 1 målvakt
- I spelformen 9 mot 9 gäller 4 utespelare + 1 målvakt
- I spelformen 11 mot 11 gäller 5 utespelare + 1 målvakt

Hallplaner & konstgräs

Föreningarna har inga fasta halltider bokade så ni har möjlighet att boka utifrån era önskemål och tillgänglighet.

Tillfällig halltid

1. Kontrollera lediga tider via Skellefteå Kommuns bokningssida: - [Interbook](#)
2. Skriv ett mail till lokalbokning@skelleftea.se alternativt ring 0910-735 000 för att boka tiderna. Uppge startdatum, utövare, förening och kontaktuppgifter till laget.
3. Bekräftelse skickas till ledare via mail.
4. Informera på laget.se

Återkommande halltid

1. Kontrollera lediga tider via Skellefteå Kommuns bokningssida: - [Interbook](#)
2. Ring/skicka sms till Sandra eller Ulrica med önskemål så kan vi boka via föreningens bokningssida.
3. Bekräftelse skickas till ledare.

Konstgräs

Föreningarna blir tilldelade konstgrästider av lokalbokningen på Skellefteå Kommun.

Förfrågning går ut från föreningarna till lagen som är intresserade av konstgrästid. Vi utgår från ålder och tillfrågar de äldsta barn och ungdomslagen först.

Kommunikation

I våra föreningar använder vi laget.se som huvudkanal.

Vi har en gemensam föreningssida samt undersidor för varje lag.

Laget.se

- Föreningen hjälper till att starta upp en ny lagetsida för grupper.
- Vi ger tränarna och lagledarna administrativa användare.
- Tränare/Lagledare har möjlighet att lägga in nya deltagare på lagets sida.
- Alla barn läggs till med kontaktuppgifter till föräldrar. Både mail och telefonnummer.
- Tränare/lagledarna skriver ut tränings- och matchinformation.
- Sammankopplat med laget.se sidan finns supertext som är en sms-grupp. Den är enkel för att kunna påminna och ger också föräldrarna möjlighet att snabbt ställa frågor.
- Det är upp till varje lag om kommunikationen sker i SMS-gruppen eller på laget.se men alla träningar och matcher ska finnas i kalendern på laget.se

Regler för ungdomslag i våra föreningar

Medlemsavgift

Alla aktiva spelare måste betala medlemsavgift till någon av föreningarna Ostvik IK eller Drängsmarks IF. Vi har samma priser i båda föreningarna så det är var hemma är som avgör om medlemmen tillhör Ostvik eller Drängsmark. Frostkåge tillhör Drängsmark IF.

Deltagaravgift

Deltagaravgiften ska betalas till det gemensamma ungdomskontot:

Swish: 123 424 21 37

Banköverföring: 8420-2 , 834 996 901-7

Avgiften är 200 kr per år och barn.

Juniorer är 500 kr per år (11-manna).

Fikaförsäljning

Allt med fikaförsäljning håller laget på egen hand och får då behålla pengarna till avslutningar, utökade cupdeltagande m.m. Vi vill att sponsorer sponsrar den gemensamma lagkassan eller någon av föreningarna, inte ett specifikt lag.

Cupavgifter

Klubbarnas bidrag till anmälningsavgift för cuper är:

5 manna: 1 500 kr

7 manna: 3 000 kr

9 manna: 3 000 kr

11 manna: 3 000 kr

Målvaktshandskar

Kubbarna bidrar med max ett par målvaktshandskar per lag och år med ett maxbelopp på 500kr. I första hand köps dom på Intersport i Skellefteå centrum. Då får Intersport skicka faktura till föreningen. Uppge Klubb, Lagets namn och namn på personen som hämtar ut handskarna.

Lagutrustning

Varje lag får en uppsättning matchtröjor, en egen bollpåse med bollar till varje spelare, ryggsäck, liten första hjälpen, matchvärdsväst, koner och västar. Saknas det bollar när säsongen är över så kommer vi att ta ut en ersättning från lagkassan. Varje år kommer vi att byta ut några bollar så att ni alltid ska ha fräscha matchbollar.

Domarkostnader

Klubbarna står för domarkostnaderna i seriespel på hemmamatcherna. Betala domarna från fikakassan och sammanställ när säsongen är över hur mycket ni ligger ute med.

Skicka följande till Sandra eller Ulrica:

- Lagtillhörighet
- Namn på kontoinnehavaren, som vi ska betala till
- Clearing och kontonummer
- Hur många matcher har ni betalat domare
- Hur mycket pengar laget ligger ute med:

Aktuella arvoden är för Ungdomar / Barn 2026

3 v 3	95 kr	9 v 9	380 kr
5 v 5	165	11v11	740 kr
7 vs 7	235 kr		

Reseersättning

Vid seriematcher utanför Skellefteå kommun får man lämna in en reseräkning och få tillbaka den skattefria delen (2026 är det 25 kr/mil). Förutsatt att man startat resan vid Klubbhusen och fyller bilen med spelare så vi håller ner kostnaderna. Den förälder/tränare som har kört skickar mail till Ulrica Ostvik ulrica.marklund@vasterbottensteatern.se eller Sandra Drängsmark drangsmark.if@telia.com med följande information:

- Namn på chaufför och kontoinnehavare
- Clearing och kontonummer
- Lagtillhörighet
- Datum för match
- Ort man utgår från
- Ort man kört till
- Antal mil man kört

Skulle det vara mer ekonomiskt är det okej att hyra en minibuss via Rent a Wreck i stället. Viktigt är att bussen är fylld med spelare. Var ute i god tid för att kunna hyra denna.

Ledarutbildning

Om någon ledare är intresserad att gå Västerbottens fotbollsförbunds ledarutbildningar så uppmuntrar vi som föreningar detta och tar kostnaden. OBS! dessa anmälningar är bindande, så om man inte deltar på kursen men har anmält sig så får man själv stå för kostnaden.

Ersättning Ledare

Ledarna har rätt att plocka ut ett plagg/säsong (jacka/tröja eller byxa från vår klubblinje) i början av säsongen. Som tack för att ni ställer upp ideellt som tränare.

[Handla föreningskläder för Drängsmarks IF online | INTERSPORT](#)

[Handla föreningskläder för Ostvik IK online | INTERSPORT](#)

Spelregler

Varje år så brukar det finnas någon mindre uppdatering kring spelreglerna för våra barn och ungdomar.

Denna regelbok för barn- och ungdomsfotboll är uppbyggd och utgår från de regler som definieras i Laws of the Game och Spelregler för fotboll. Regelboken innehåller en inledande del som definierar spelreglerna för barn när de spelar 3 mot 3, 5 mot 5 och 7 mot 7. Därefter följer en del med spelregler för ungdomar när de spelar 9 mot 9.

Ni hittar aktuella regler på denna länk: [Spelregler för barn och ungdomsfotboll](#)

Trafiksäkerhetspolicy

Denna trafiksäkerhetspolicy ska säkerställa trygga, säkra och ansvarsfulla resor i samband med matcher, träningar och andra föreningsaktiviteter. Policyn utgår från Riksidrottsförbundets rekommendationer om barns säkerhet, ansvar och förebildskap inom idrotten.

Policyn gäller för

- Ledare och funktionärer
- Föräldrar och vårdnadshavare
- Spelare och deltagare
- Resor med privat bil, hyrda fordon eller kollektivtrafik när resan sker i Föreningarnas regi.

Trafiksäkerhet

Vid alla resor gäller att

- Gällande Trafiklagstiftning alltid ska följas.
- Säkerhetsbälte eller motsvarande skydd används av samtliga i fordonet.
- Antalet passagerare inte överstiger antalet godkända sittplatser.
- Mobilanvändning under körning sker enligt lag och med trafiksäkerhet i fokus.

Alkohol, droger och läkemedel

Förare ska vara helt fria från alkohol, narkotika eller läkemedel som kan påverka körförmågan. Nolltolerans gäller vid alla transporter i föreningens verksamhet.

Samåkning och planering

- Samåkning ska eftersträvas när det är möjligt, både av säkerhets-, miljö- och hållbarhetsskäl.
- Resor ska planeras i god tid för att minska stress och riskbeteenden i trafiken.

Hyrda fordon

- Hyra av minibuss eller annat fordon ska alltid godkännas av styrelsen.
- Endast behöriga och lämpliga förare får framföra hyrda fordon.
- Ansvarig lagledare/tränare ska säkerställa att fordonet används korrekt och säkert.

Ansvar

Alla som deltar i resor inom föreningarnas verksamhet har ett gemensamt ansvar för att policyn följs. Eventuella incidenter eller avvikelser ska rapporteras till styrelsen.

Reseräkning vid bortamatcher

Vid bortamatcher utanför Skellefteå kommun kan reseräkning lämnas in för att få tillbaka den skattefria delen (2026 är det 25 kr).

Endast resor som startar vid klubbhusen och där bilen fyllts med spelare ersätts.

Laget skickar reseräkningen via mail till Ulrica Ostvik (ulrica.marklund@vasterbottensteatern) eller Sandra Drängsmark (drangsmark.if@telia.com) med följande uppgifter:

- Namn på chaufför och kontoinnehavare
- Clearing och kontonummer
- Lagtillhörighet
- Datum för match
- Ort man utgår från
- Ort man kört till
- Antal mil man kört

Vid frågor om reseräkningar eller transportregler, kontakta Ulrica i Ostvik eller Sandra i Drängsmark via ovanstående e-postadresser eller läs mer i vår Trafiksäkerhetspolicy.

Barn och ungdomspolicy

Drängsmark IF och Ostvik IK Ostvik IK:s barn- och ungdomsverksamhet bygger på ideellt engagemang och ska präglas av glädje, gemenskap, trygghet och allas rätt att vara med. Vår huvudsakliga verksamhet är fotboll, och vi utgår från Svenska Fotbollförbundets principer Spela, leka och lära. Vår ambition är att skapa en positiv och utvecklande miljö där barn och ungdomar får möjlighet att växa – både som fotbollsspelare och som människor.

Föreningens ansvar

- Uppmuntra och möjliggöra utbildning för ledare samt stå för kostnader kopplade till detta.
- Skapa förutsättningar för att barn och ungdomar ska kunna kombinera skola med föreningsliv.
- Arbeta långsiktigt och inkluderande genom att inte toppa lag eller selektera bort spelare.
- Verka för en trygg, säker och utvecklande idrottsmiljö.

Tränare, ledare och spelare

I våra föreningar gäller följande för alla som deltar i verksamheten:

- Fotboll är en social, lärande och lustfylld verksamhet där glädje alltid står i centrum.
- Vi följer spelets regler och visar respekt för domare, medspelare och motståndare.
- Vi uppmuntrar till schysst spel och ett gott uppträdande – både på och utanför planen.
- Vi hejar på vårt eget lag utan att håna eller nedvärdera andra.
- Vi hälsar på varandra före match och tackar motståndare och domare efter match.
- Vi använder ett vårdat språk och visar god stil i alla sammanhang.
- Vi arbetar aktivt för en drog- och dopingfri idrott.
- Matcher ses som ett tillfälle för lärande och utveckling – inte som ett resultatmål.
- Träning anpassas efter barnens ålder och mognad, med leken som grund.
- Antalet träningstillfällen bör vara minst dubbelt så många som antalet matcher.
- Vi stärker kamratskap, laganda och ansvarstagande.
- Vi tar tydligt avstånd från rasism, främlingsfientlighet, diskriminering, mobbning, sexuella trakasserier och nedsättande språk.
- Vi uppmuntrar sunda levnadsvanor och en god fysisk och psykisk hälsa.
- Samtliga ungdomsledare inom föreningarna ska vis upp ett utdrag ur belastningsregistret i enlighet med gällande riktlinjer.

Föräldrars och vårdnadshavares roll

Föräldrar och vårdnadshavare är viktiga för barnens upplevelse av idrotten och förväntas:

- Stötta sitt barn i att ta ansvar och komma förberedd till träningar och matcher.
- Visa respekt för ledare, spelare, motståndare och domare – både på och utanför planen.
- Säkerställa att barn och ungdomar avstår från träning och match vid sjukdom eller skada.
- Ha förståelse för att föreningens ledare arbetar ideellt och på frivillig basis.

Om ett barn eller en ungdom har behov som ledarna inte kan tillgodose inom ordinarie verksamhet, förutsätter föreningen ett aktivt engagemang från förälder eller vårdnadshavare vid träningar, matcher eller andra sammankomster. Ledare ansvarar för att informera om situationen och tillsammans med vårdnadshavare ta fram en gemensam handlingsplan.

Krishanteringsplan

1. Tillvägagångssätt
2. OIK & DIF krisgrupp = Styrelsen i respektive förening tillsammans
3. Viktiga telefonnummer

En kris kan vara väldigt olika från person till person. Det är bättre att ringa en gång för mycket om något händer.

1 TILLVÄGAGÅNGSSÄTT

Om en kris inträffar kan vi reagera på olika sätt. Därför ska samtliga ledare ha kännedom om planen. Den ledare som är på plats vid olycka ringer 112 och stöttar vid olycksplatsen.

Om en allvarlig olycka/sjukdom händer, där medlem som är i aktiv i DIF/OIK regi är inblandad på något sätt, skall styrelsen kontaktas omedelbart.

Den styrelsemedlem som först får vetskap om olyckan tar reda på fakta och kontaktar sedan övriga i styrelsen samt kommunens POSOM*-grupp. Så snart som möjligt ska Klubblokalen eller Kansliet öppnas. Detta blir en plats där medlemmar kan få stöd och sakliga fakta om det inträffade.

Styrelsens ordförande eller utsedd person sköter all kontakt med media.

2 FÖRENINGARNAS KRISGRUPP

Drängsmark IF:s krisgrupp

Ostvik IK:s krisgrupp

Sandra Hägg 070 - 29 69 315

Ulrica Markgren 070 - 33 38 343

Lina Karlsson 076 - 83 48 075

Mikael Lindgren 070 - 25 63 027

Emil Larsson 073 - 84 19 357

Per Boman 073 – 58 49 277

3 VIKTIGA TELEFONNUMMER

Larm: 112

Skellefteå Lasarett: 0910- 77 10 00

Psykiatrins jour: 0910-77 19 19

Polisens länskommunikationscentral: 090-15 20 00

POSOM-gruppen(psykiskt & socialt omhändertagande: 112

Rollbeskrivningar

Tränare

- Ansvarar för träningar
- Tar ut lag (utan att toppa)
- Leder match
- Säkerhet: första hjälpen ska alltid vara med

Lagledare

- Hanterar kallelser (via laget.se eller i sms-gruppen)
- Kontakt med motståndare
- Bokar matcher och domare
- Uppdaterar information, lag och resultat i Fogis

Föräldragrupp

- Fikalista
- Köper in material till fikapåsen så som saft, kaffe, koppar och liknande
- Matchvärdlista
- Planerar avslutning för laget
- Hjälper till och stöttar vid eventuella cuper
- Köper eventuellt in en tackgåva till tränare och ledare

Matchvärd

- Hälsar domare och motståndare välkomna (först på plats för att även låsa upp)
- Ser till att publik står på rätt sida och minst 2 meter från linjen
- Påminner om god ton mot spelare och domare
- Pratar och peppar domare och frågar om denne vill ha någon hjälp
- Bär väst

Säsongspanering för nya tränare & lagledare

Januari-mars

- Ledarmöte
- Föräldramöte
- Registrera spelare i Fogis (hjälp av föreningen om det önskas)
- Ansöka om överåriga vid behov (hjälp av föreningen om det önskas)
- Halltider + tidig vårträning

April-Juni

- Säsongstart
- Lok-rapport varje träning
- Cupanmälningar?

Juli- Augusti

- Sommaruppehåll (Juli)
- Cupdeltagande?
- Seriestart (Augusti)

September-Oktober

- Avslutning
- Redovisning av domarkostnader
- Redovisning av resekostnader
- Utvärderingsmöte

Föräldramöte agenda

Vi uppmuntrar varje lag att bjuda in till föräldramöte en gång per säsong. Önskar ni att någon från föreningarnas styrelser finns på plats så är det bara att höra av sig till oss i god tid innan mötet.

Förslag på agenda inför föräldramötet:

1. Välkomnande och presentation
 - Kort presentation av ledare och föreningens kontaktpersoner
 - Genomgång av mötets syfte
2. Säsongspanering
 - Träningstider
 - Matcher/cuper/aktiviteter under säsongen
 - Målsättning med laget/säsongen
3. Roller och ansvar
 - Ledarnas ansvar
 - Föräldrastöd vid träningar och matcher
 - Förväntningar på spelare och föräldrar (tider, kommunikation, fair play)
 - Hjälp av föräldrar med fikalista, matchvärdlista, samåkningslista m.m
4. Praktisk information
 - Utrustning – Intersport City (<https://team.intersport.se/foreningar>)
 - Rutiner vid sjukdom eller skada
 - Kommunikation med laget/tränare
 - Resor, samåkning
5. Ekonomi
 - Medlemsavgifter (150 kr enskild – 300 kr familj)
 - Deltagaravgift (200 kr till gemensamma ungdomskontot)
 - Cupbidrag från föreningen, resten från lagkassa och fikaförsäljning
 - Fritidskortet
6. Frågor
 - Öppet forum för föräldrarna

Medlemskap 2026

Medlemskort löses i föreningen du tillhör:

OIK: Ostvik med omnejd.

DIF: Drängsmark och Frostkåge med omnejd.



Enskilt medlemskort: 150 kr

Familjemedlemskort: 300 kr

Drängsmark IF

Alternativ 1 – Postgiro: Betala till 482277-1 Märk betalningen med ditt namn.

Skicka sedan ett mail till dif@drangsmark.se med fullständiga namn och personnummer på alla som ska stå på medlemskortet.

Alternativ 2 – Swish: Swisha till 123 189 8576 Fyll i ditt namn som meddelande

Skicka därefter ett mail till dif@drangsmark.se med fullständiga namn och personnummer på alla som ska stå på medlemskortet.

Ostvik IK

Alternativ 1 – Bankgiro: Betala till 5801-7013 Märk betalningen med ditt namn.

Skicka därefter ett mail till ostvikik@gmail.com med fullständiga namn och personnummer på samtliga medlemmar som ska stå med på medlemskortet.

Alternativ 2 - Swish: Swisha till 123 067 0372. Fyll i din mailadress som meddelande.

Skicka därefter ett mail till ostvikik@gmail.com med namn, fullständiga personnummer, mailadress och telefonnummer på samtliga medlemmar som ska stå på medlemskortet.

Vill du använda Fritidskortet? Läs mer på nästa sida:

Deltagaravgift 2026

Deltagaravgiften ska betalas till det gemensamma ungdomskontot:

Swish: 123 424 21 37

Banköverföring: 8420-2 , 834 996 901-7

Barn och ungdom: 200 kr per år och barn (spelform 3v3, 5v5, 7v7 och 9v9)

Juniorer: 500 kr per år och barn (spelform 11v11).

Vill du använda Fritidskortet

Årets summa är 550 kr per barn.

Så här gör du:

Gå till <https://fritidskortet.se/>

Logga in och klicka på "Ansök om fritidskort" – då får barnet ett saldo på 550 kr.

(Om ni haft bostadsbidrag förra året kan ni ha rätt till ytterligare 1 500 kr per barn. Klicka då på "Ansök om särskilt fritidskort".)

Klicka på "Betala fritidsaktivitet"

Bekräfta barnets plats (Betalningsuppgift är Deltagaravgift 2026)

Sök efter föreningen: Drängsmarks / Ostvik IF alternativt Ostvik Idrottsklubb

✓ Bocka i rutan för meddelande

Under meddelande, skriv barnets namn och att det gäller deltagaravgift.

✓ Fyll i beloppet du vill använda

✓ Välj typ av aktivitet: Idrott

✓ Intyga och signera ansökan

Idrottsförsäkring

Du som är aktiv i våra föreningar omfattas av en idrottsförsäkring. Den ger dig ett bra grundskydd, till exempel om du råkar ut för en skada under träning eller match.

I din idrottsförsäkring ingår också tjänsten Råd och Vård för idrottsskador. Hit ringer du för att prata med en fysioterapeut om hur du förebygger, behandlar och anmäler idrottsskador 020-44 11 11.

På denna länk hittar du mer information om vår försäkring: [Idrottsförsäkringar Svenska Fotbollförbundet - Folksam](#)