

FÖRÄLDRAMÖTE

F15/16 AGENDA

Plats: Lilla matsalen FH
Datum: 22/9 2026
Tid: 19:15
Dokument Tommy Wedell

Närvarande ledare

Tommy, Adina, Melanie

1. Välkomna

Presentation ledargruppen.

- Melanie Sjöström
- Adina Wikström
- Tommy Wedell
- Fanny Eriksson



2. Säsongsinfo i korthet

Truppen är uppåt 35 tjejer totalt ungefär jämnt fördelade på 2015-2016, ett av Per-Ols största lag. Vi kommer att spela seriespel, med 3 lag anmälda på två olika nivåer, FK6 och FK7, blå nivå. Ett lag i den högre nivån. FK6 har en rekommenderad ålder på 2015, och FK7 är 2016. Förbundet använder termen rekommenderat, och nivåanpassning istället för fast ålder. Det är cirka 15 matcher/lag, så det kommer att bli mycket matchtid för tjejerna. Vi kommer även att lägga in några träningsmatcher innan seriestart. Våra träningar är i Fagerstahallen, Måndagar och Onsdagar, 17:00-18:15. Samling och sargbygge 16:50!

3. Känsla framåt

Det är kul att vi är så många, men det är också utmanande. Vi vill dock hålla ihop framöver och göra en säsong till med F15/16. Många har spelat länge tillsammans nu. Men antalet barn, gör att även antalet aktiva ledare/hjälpare skulle behöva vara fler. Vi kommer att ställa ut lite frågor kring det. En bra nyhet för i år är att vi kommer att träna i Fagerstahallen, och har tillgång till hela hallen, vilket ger mycket större yta.

4. Nya spelare

Per-Ols IBF är en öppen förening där alla ska ges möjligheter. Vill man komma och träna med oss så behöver man dock kontakta Adina innan första träningen. Man får träna 2-3 ggr utan medlemskap, men efter det krävs medlemskap, angående försäkringar bland annat. Man får givetvis komma och titta på någon träning.

5. Nivåanpassning

Spelartruppen innehåller tjejer från både 2015 och 2016. Många har tränat tillsammans i flera år nu, medans vissa är helt nybörjare. Alla barn oavsett ålder utvecklas i olika takt. Vissa vill mer, vissa vill mindre. Vissa växer snabbare, osv osv. Det gör att vi ser en god anledning till att nivåanpassa både träningarna och matcherna för att alla ska få utvecklas på sin nivå. Även om basen till indelningen kommer ske på ålder, så är det ändå möjligt att man kommer att spela i ett lag med högre eller lägre nivå. Det är ingen fast placering, den utvärderas ständigt. Detta är något som innebandyförbundet förespråkar, och det är redan många av lagen i serien vi spelar som gör på detta vis. Det är inte en toppning av laget. Vi spelar med fler än 30 spelare som har utvecklats olika långt, och vi kommer att spela 2 olika nivåer av serier. Då bör man spela i en serie på rätt nivå. Vi kommer att träna tillsammans, göra lika övningar, men vi kommer att prioritera att dom som ska spela match tillsammans till helgen, även ska träna ihop på onsdagsträningen.

6. Ledarutbildningar

Förbundet sätter krav på föreningarna att alla aktiva ledare ska ha gått ledarutbildning på respektive nivå som barnen spelar på. I vårt fall är det blå nivå. Det är bra utbildningar, både digitalt och fysiskt. Det är alltid en utbildare från förbundet som håller i dessa utbildningar.

7. Säsongen, förväntningar

Barnen och föräldrarna kan förvänta sig av oss:

- Vi är rättvisa.
- Vi försöker lära känna era barn.
- Vi lyssnar på och ser alla barn.
- Vi är förebilder.
- Vi tränar innebandy. Det är inte en fritidsgård, eller lekland.
- Vi har kul, längtar tills nästa gång vi ses.

Vi förväntar oss av föräldrarna:

- Anmäl och avanmäl barnen till träningar/matcher.
- Kom i tid.
- Mat/mellanmål i magen.
- Är barnet trött, sliten, sjuksymptom. Stanna hemma.
- Inga syskon som leker bredvid träningen.
- Är ni föräldrar på plats, förväntar vi oss hjälp vid behov.
- Hjälp till på dom åtaganden som kommer, exempelvis på matcher.
- Läs igenom och följ Per-Ols [välkomstbrev](#). Här finns info om föreningen samt en del åtaganden man får genom medlemskapet.
- Prata med barnen. -Hur var träningen? Var det kul? Var det svårt? Var det stökigt?
- Meddela oss om något skaver eller oroar.

Vi förväntar oss av barnen:

- Var en bra kompis.
- Lyssna, både på oss ledare och lagkamrater.
- Samling = Tystnad, lyssna (**viktigt**, prata med barnen om detta). Det är ibland stökigt, och väldigt nonchalant beteende från vissa.
- Inget tjafs om gruppindelning.
- Gör sitt bästa. Gör övningarna noggrant. Stå beredd. Lek och prata inte om annat (ni föräldrar **måste** även prata med barnen om detta).
- Vi har kul, längta tills nästa gång vi ses.

8. Träningar, upplägg.

- Då vi är första laget in, så börjar vi varje träning med att sätta upp sargen. ALLA barn ska hjälpas åt! Detta ger oss ledare tid att förbereda träningen. Kod till Fagerstahallen kommer att skickas ut snart.
- Vi börjar med en samling med upprop av alla namn.
- Ofta får någon eller några av tjejkarna sköta uppvärmningen.
- Övningarna under säsongen delas upp i block efter behov. Det kan exempelvis vara att vi ska träna på att snabbt leta passningsalternativ, och att göra sig passningsbar, hitta ytor. Fokus på det, under en period av några veckor, sen kommer ett nytt fokus. Detta är dock svårt med så stor grupp, med olika nivåer.
- Tempo och omställningar. Barnen i den här åldern har inte lätt för att stå och vänta. Utnyttja det genom att höja tempot och pulsen, framför allt på 2-mål. Vi vill även höja tempot på övningarna med där är ofta kvalitén viktigare än tempo.
- Får vi till lagom utmanande nivåer till tjejkarna så kommer dom att utvecklas snabbare, men dom kommer även att ha roligare. Därför kan det även bli att vi delar in dom efter hur matcherna kommer att spelas till kommande helg.
- Vi spelar alltid match, med samma regler som seriespelet på träningarna.
- Vi avslutar varje träning med en samling där vi pratar igenom träningen.
- Skötsamhet. Om man upprepat förstör en samling eller en övning, så kommer man bli avvisad från planen. Vi vill inte behöva lägga tid och energi på detta. Den ska komma till nytta på bästa sätt. **Prata med barnen om detta!** Detta gäller givetvis även oschysst som elaka kommentarer om sina lagkompisar.

9. Uttagning till match.

Vi kommer att spela med 3 stycken lag. Vi kommer att spela i en lägre och en högre serie. Man har inte en spikad plats i det ena eller andra laget, även om det kommer att finnas en grund. (beroende på nivå och för att man ska kunna planera sitt liv). Vi kommer att erbjuda platser upp och ner mellan lagen, och vi kommer att försöka "utmana" både uppåt och neråt. Träningsnärvaro och träningsfokus kommer att premieras vid uttagning till match. Lagledares barn har förtur till reservplatser till match.

10. Matchkallelser

Matchkallelser skickas ut efter måndagens träning, och ska vara besvarade senast onsdag 12:00. Besvarar man ej kallelse går möjligheten vidare. Inga undantag görs. Kallelsen utgår ifrån närvaro onsdag till måndag. Vi ledare har beslutat att man ej får närvaro som förra året då det spårade när spelare kom och kollade på istället för att delta. "Det får inte bli en grej".

11. Ansvar utanför spelplanen

Spelar man i Per-Ols IBF så behöver vi hjälpas åt med några saker runt laget och föreningen. Laget ska:

- Ha ett fungerande schema för kiosk på våra hemmamatcher.
- Ha ett fungerande schema för sekretariat på våra hemmamatcher.
- Ha ett fungerande schema för hallåsningar.
- Vi ska även ansvara för kiosk, sarg och entré vid två A-lagsmatcher.

12. Övriga frågor

Finns något som vi ledare behöver förändra?

Andra önskemål inför säsongen?

13. Mötet avslutas

ALLMÄN INFO:

14. Per-Ols IBF gemensamma värdegrund och policy

Per-Ols IBF vill vara en förening där alla är välkomna att spela innebandy och där breddverksamheten också ska utveckla framtida spelare.

Föreningens tre kärnvärden är:

- Störst - många aktiva och många lag.
- Bäst – välutbildade ledare och goda utvecklingsmöjligheter.
- Vackrast – glädje, kreativitet, offensiv innebandy samt hänsyn och respekt.

15. Laget.se

Kallelser skickas ut via Laget.se. Viktigt att anmäla om man kommer eller inte kommer på träningarna. Det blir lättare att planera en träning då. Även match-kallelser skickas ut likadant.

På Per-Ols huvudsida finns även en del föreningsdokument att läsa.

Rekommendation att ha Laget-appen, och via den synka kalendern mot sin telefon.

16. Facebook Messenger

Det finns messengergrupper för både allmänt föräldrar, och kiosk. Detta är lite roddigt att administrera då det kommer till och från barn ibland. Detta får ni själva hjälpa varandra med att bjuda in till. Laget.se är den officiella informationskanalen. Där finns även en kontaktbok. Ibland sprids dock info snabbare och enklare via messenger.

17. Medlemsavgift, och Fritidskortet.se

Medlemsavgift MÅSTE vara betald för att få spela match. Per-Ols är registrerade för fritidskortet. Det kan ge mellan 550 och 2500 kr/barn som bidrag för medlemsavgiften. Man loggar in på fritidskortet och söker sitt stöd med hjälp av OCR numret på fakturan, och när det är beviljat så drar man av den summan från Per-Ols inbetalningen. Enklarest att då betala via bankgiro, och inte swish, då man inte kan ändra swishbeloppet.

18. Matcher, seriespel flickor blå.

- 4-mot-4 plus målvakter
- Speltid 3x15 min. Sista 3 minuter av matchen spelas effektiv tid, sekretariatet stoppar då klockan vid spelavbrott.
- Rullande byten, inget tutbyte.
- Utvisningar döms vid grovt regelbrott. Sitts av 2 min på egna lagets bänk.
- Räknar inte mål, och vinner/förlorar inga matcher. Resultat redovisas dock till förbundet.
- Innebär cirka 45 matcher totalt, delat på 3 lag.

19. Hemmamatcher

- Bygga sarg/riva sarg
- Välkomna och instruera bortalag.
- Sekretariat (Det körs återkommande sekretariatutbildning, löjligt lätt på nivå blå)
- Kioskförsäljning. Allt vi säljer tillfaller oss.

20. Matchkläder

Föreningen tillhandahåller matchkläder. Kläderna ansvarar man själv för att hålla rena och hela. Det finns även svarta shorts att kvittera ut. Svarta långa strumpor står man själv för. Ersättningsskyldighet till Per-Ols om man slarvar bort kläder.

21. Träningskläder

Krav: Glasögon, inomhusskor, träningsrelaterade kläder, klubba samt vattenflaska.

Valfritt: Förra säsongen köptes svarta Per-Ols t-shirts in till alla medlemmar. (betald avgift). I år kommer vi att komplettera upp med det som saknas, och det kan hända att vi kommer att få växla lite storlekar med varandra. Dessa får användas på träning samt inför match.

22. Lagkassa/konto

Vi har ett konto där intjänade pengar finns. 100 procent av intäkterna vi säljer från kiosk tillfaller vårt lag. Vi har kiosk på våra hemmamatcher, samt på 2 st seniormatcher. Pengarna kan gå till att exempelvis köpa föreningens profilkläder till träningar och match-uppvärmning, vattenflaskor, cup-spel, utbildningar, ledarmaterial, fira säsongsavslut osv osv.

Nytt för i år är att hälften av vinsten för bingolottoförsäljningen går rakt in i lagkassan. Förra året sålde vi flest lotter av alla lag!

Har någon ytterligare förslag på att tjäna pengar, så är det fritt fram att komma med förslag.

23. Kiosk

"Kioskgruppen" ansvar för sortimentet, samt schema. Detta ska inte behöva ligga på ledarna.

24. Seniormatcher

Sargvakt, entré samt kioskansvar. (samma här, allt vi säljer tillfaller oss)

Dammatch 6 november

Herrmatch 28 november

Instruktioner i [välkomstbrevet](#)

25. Hallåsing

Per-Ols får ersättning för att vi ansvarar för att checka av, stänga och låsa Risbrohallen, Mariaskolans, Per-Olsskolans och Alfaskolans gymnastikhallar.

Vecka 39, vecka 5 och vecka 20

[Instruktionsdokument](#) finns.

26. Bingolotter och julkalendrar

Bingolotter och julkalendrar säljs av alla. Detta gör att föreningen kan hålla ner medlemsavgifter, samt bedriva både en stabil ungdomsverksamhet samt elitsatsning.

Det kommer att finnas lista på träningen att skriva upp antal önskade lotter på. Om man vill ta med sig en egen lista och lägga ut på sitt jobb eller bedriva försäljning på annat sätt, så går det bra att ta med sig en egen lista.

Nytt för i år är att hälften av vinsten för bingolottoförsäljningen går rakt in i lagkassan. Förra året sålde vi flest lotter av alla lag!

27. Tack

Det är ett privilegium att få lära känna så många av Fagerstas barn i sitt eget barns ålder, återkommande varje vecka och varje helg. Tack för förtroendet!

//Ledarna

