



ROSLAGSBRO IF

INFORMATION TILL UNGDOMSIEDARE I ROSLAGSBRO IF

2021

INFORMATION

Roslagsbro IF Ungdomssektionen

Anders Carlsson, Ungdomssektionen

FÖRORD

ROSLAGSBRO IF är en ideell förening som har funnits sedan 1929. Klubben består av sju sektioner; ungdom-, herr-, dam-, friidrott-, skid-, gymnastik- & boulesektionen. Föreningen förfogar över en inomhushall, fyra gräsplaner, en konstgräsplan, en beachfotbollplan, en friidrottsbana, 8 bouleplaner & ett elljusspår. Roslagsbro IF ansvarar för en del av Roslagsleden. Som medlem i Roslagsbro IF är man välkommen att delta i klubbens alla aktiviteter (se nedan). Klubbhuset inrymmer kök, samlingsrum, sex omklädningsrum, kiosk & sovsalar för vår lägerverksamhet. Här finns också tillgång till klubbens Wi-fi & klubbhuset är öppet för alla. **ROSLAGSBRO IFs Ungdomssektion** är föreningens största sektion & är fördelat på 11 fotbollslag & en ungdomsdomardel.

Detta är tredje upplagan av informationsutskriften, vars främsta syfte är att ge nya lag en kickstart i klubben. Senaste revideringen genomfördes av Ungdomssektionen 2019. Till innehållet avser den att följa klubbens värdegrund och förhållningsätt. Robromallen är under revidering och kommer följa ett liknande format.

WEBB & MAIL

WEBB

<https://www.laget.se/RoslagsbroIF>

facebook.com/roslagsbroif.se

www.roslagsbroif.se

MAIL FÖRENING

kansli@roslagsbroif.se

MAIL UNGDOMSSEKTIONEN

ungdomsfotboll@roslagsbroif.se



facebook

KONTONUMMER

Bankgiro 504-5364

HITTA

VÅRLYCKAN är Roslagsbro IF:s hemmaarena & ligger ca en mil norr Norrtälje.

Enklast är det att ta väg 76 från Norrtälje, följ vägen norrut 8 km tills du kommer till Estuna kyrka. Ta höger, följ vägen mot Roslagsbro kyrka. Sväng vänster & kör 1 km. Kör tills du kommer till Drottningdal, där hittar du Vårlyckan på din vänstra sida.

ADRESS: Roslagsbrovägen 189
761 75 Norrtälje



ROSLAGSBRO IF

ROSLAGSBRO IF

INNEHÅLL

SIDA 2. FÖRORD

SIDA 2. WEBB & MAIL

SIDA 2. KONTONUMMER

SIDA 2. HITTA

SIDA 3. INNEHÅLL

SIDA 4. NÄR DU STARTAR ETT LAG

VÄRDEGRUND & KLUBBENS STADGAR
ROSLAGSBRO IF'S UNGDOMSLEDARE, ROSLAGSBRO IF'S SPELARE
SOCIAL TRYGGHET & INDIVIDENS UTVECKLING
VI TILLÄMPAR NOLLTOLERANS
FN-S KONVENTION OM BARNETS RÄTTIGHETER (BARNKONVENTIONEN)
NYCKLAR
BOKNING AV MATCH- & TRÄNINGSTIDER, POOL- & SERIESPELSTIDER
KLUBBEN HYR OCKSÅ UT PLANER & IDROTTSHALLEN
FÖR ATT VETA VAR DU SKA TRÄNA, SPELA & BYTA OM

SIDA 5. PLANER & OMKLÄDNINGSRUM

OMRÅDESKARTA
LOKALÖVERSIKT
FÖRENINGEN HAR ÖVER SEX UTMOMHUSPLANER, VARAV EN KONSTGRÄS & EN BEACHFOTBOLL
VI HAR SEX OMKLÄDNINGSRUM

SIDA 6-7. KRING POOLSPEL & SERIESPEL, CUPER, LÄGER

POOLSPEL, SERIESPEL, CUPER, LÄGER
FÖRÄLDRA MÖTE, FÖRÄLDRA GRUPP
DE NATIONELLA SPELFORMERNA – ATT KOMMA IGÅNG
SOM VÄRD FÖR MATCHER, MATCHVÄRDAR
INNAN POOLSPELET STARTAR, DOMARE, DOMARERSÄTTNING
KLÄDER/MATCHSTÄLL, SJUKVÅRDSVÄSKA, BOLLAR, VÄSTAR & ÖVRIGT MATERIAL

SIDA 8. DE NATIONELLA SPELFORMERNA

3 mot 3 (6-7år)
5 mot 5 (8-9år)
7 mot 7 (10-12år)
9 mot 9 (13-14 år)
11 mot 11 (15-19år)

SIDA 9. OM SKADOR & OLYCKOR

SKADEFÖREBYGGANDE
SKADOR & OLYCKOR
KNÄSKADOR ÄR VANLIGA I FOTBOLL
BRA TIPS FÖR ATT UNDVIKA KNÄSKADOR
SOM LEDARE ÄR DET VIKTIGT ATT...
FÖRSÄKRING
COVID-19
ALKOHOL, DROGER, DOPING, TRAFIK, KRISPLAN

SIDA 10. ROSLAGSBRO IF – ADMINISTRATIVA DELAR

ÅRSHJUL
EKONOMI & ADMINISTRATION, LAGKONTO, INKÖP & ATTESTERING
REGLER FÖR SPONSORAVTAL
LAGET.SE
LOK-STÖD

SIDA 11. MEDLEMSKAP & ÅTAGANDEN

HUR BLIR MAN MEDLEM I ROSLAGSBRO IF & HUR MYCKET KOSTAR DET?
UTBILDNING FÖR LEDARE & DOMARE
UTDRAG UR BELASTNINGSREGISTRET, SOCIALA MEDIER, REGISTRERING AV SPELARE
ATT BYTA LAG, UNGDOMSSEKTIONENS STIPENDIUM TILL MINNE AV RUNE JOHANSSON

SIDA 12. KONTAKTER

KONTAKTUPPGIFTER TILL RESPEKTIVE UNGDOMSLAG
MEDLEMMAR I UNGDOMSSEKTIONEN
KONTAKT ÖVRIGA SEKTIONER & KLUBB
VI TAR GÄRNA EMOT SYNPUNKTER

BILAGOR:

BILAGA 1. POLICY FÖR SOCIALA MEDIER "ROSLAGSBRO IF" (3 SIDOR)
BILAGA 2. KRISPLAN (4 SIDOR)
BILAGA 3. RIKTLINJER SPONSORING (1 SIDA)

NÄR DU STARTAR ETT LAG

VÄRDEGRUND & KLUBBENS STADGAR Vi i Roslagsbro IF följer Upplands fotbollsförbunds (UFF) stadgar vilka vilar på Svenska fotbollsförbundets (SvFF) nationella riktlinjer.

Vi drivs av glädje & gemenskap i idrotten. Viktigast är vår verksamhet. Här är alla viktiga, ledare, spelare & föräldrar. Vi utgör tillsammans lagen & föreningen som ska sträva efter att möta spelarnas behov.

FÖRENINGEN

LAGET

SPELAREN

FÖRÄLDERN

LEDAREN

Vår värdegrund finns också mer noggrant preciserad i Robromallen, vilken är viktig att ta del av. Robromallen finns på laget.se/fotboll/ungdomsfotboll.

ROSLAGSBRO IF'S UNGDOMSLEDARE verkar i en anda som välkomnar alla barn & ungdomar oavsett barnens egen drivkraft. Ledaren stöttar barnen & ungdomarna i utvecklingen som fotbollsspelare, kamrat & medmänniska. Ledare i Roslagsbro IF föregår med gott exempel.

ROSLAGSBRO IF'S SPELARE. En devis som SvFF använder är "Så många som möjligt – så länge som möjligt – så bra som möjligt" & den står vi helt bakom när det gäller spelarens utveckling. Spelarna är en väldigt viktig del av föreningen, utan dem har vi ingen verksamhet. Alla som spelar fotboll i Roslagsbro IF måste betala medlemsavgift. Vår policy är att hålla avgiften så låg som möjligt för att få med så många som möjligt. Medlemsavgiften är en viktig del i finansieringen av föreningens verksamhet. Dessutom får man en försäkring som gäller vid eventuella skador.

SOCIAL TRYGGHET & INDIVIDENS UTVECKLING Vi erbjuder en miljö som är öppen & lärande & där man tillåts göra misstag. Allt för att främja spelarens utveckling. Vi erbjuder en jämlik & tillåtande atmosfär med ett klimat som gör att alla medlemmar känner sig välkomna i verksamheten. Vi värdesätter allas idrottande lika mycket, oavsett fotbollskunskaper. Vi är mot toppning, alla spelare ska få samma speltid & fostras i en anda av fair play.

VI TILLÄMPAR NOLLTOLERANS. Vårlyckan skall vara en trygg & trevlig plats att vara på. Vi vill ha ett bra arbetsklimat för våra spelare, ledare & domare. Vi hoppas genom det kunna behålla våra spelare, ledare & domare länge inom fotbollen. Syftet med Nolltolerans är att minska våld/hot & ordningsstörningar inom fotbollen.

FN:S KONVENTION OM BARNETS RÄTTIGHETER (BARNKONVENTIONEN). För oss är det självklart! Barnets bästa alltid sätts i första rummet & utgångspunkterna är barns rättigheter & lika värde.

NYCKLAR till anläggningen finns att kvittera ut på kansliet. Kontakta Per Gunnarsson på mejl: kansli@roslagsbroif.se.

BOKNING AV MATCH- & TRÄNINGSTIDER Inför varje säsong fördelas hall- & plantider genom Per Gunnarsson på vårt kansli. Varje lag får önska tider men vissa är vikta åt våra seniorlag. De bästa tiderna kallas A-tider & varar mellan kl 17.30 & kl 20.30. Generellt gäller att de äldsta ungdomslagen har förtur & sen fördelas tiderna utifrån det. Sedan skickas plan- & hallscheman ut till ungdomsledarna. Kontrollera gärna att allt stämmer. Ett tips är att ha alternativa tider i händelse av att andra önskar samma tider. Som ledare är det nyttigt att kommunicera detta med föräldrarna till barnen så att föreslagna tider inte krockar med annan aktivitet för spelaren.

POOL- & SERIESPELSTIDER fördelas utifrån samma principer, de äldsta ungdomslagets tider fördelas ut först, de övriga i en fallande skala.

Det är viktigt att du kollar att era hemmamatcher inte krockar med för många andra matcher, särskilt poolspelen, då dessa kräver många omklädningsrum. För de äldre lagen skickar Upplands fotbollsförbund ut datum för sista speldag. Koordinera gärna dessa med föreningens andra lag! När man har fastställt tid & dag för match, för de som spelar seriespel, läggs dessa tider in i FOGIS. Hur man gör detta vet Per Gunnarsson på kansliet (se mejladress ovan).

KLUBBEN HYR OCKSÅ UT PLANER & IDROTTSHALLEN till andra klubbar.

ROSLAGSBRO IF

PLANER & OMKLÄDNINGSRUM



FÖRENINGEN HAR ÖVER SEX UTMOMHUSPLANER, VARAV EN KONSTGRÄS & EN BEACHFOTBOLL.

Naturgräsplanerna har beteckningarna A till D (se kartan över anläggningen), där A-planen är vår huvudsakliga matcharena för seniorlagen, & ibland de äldsta ungdomslagen. Utöver det har vi plats för poolspel.

VI HAR SEX OMKLÄDNINGSRUM, fyra i klubbhuset (rum 1, 2, 3, & 4) & två i källaren (rum 6 & 7). Omklädningsrum 5 är ett domarrum. Vi har också en inomhushall. Bastu finns i anslutning till omklädningsrum 1 & 2. Du slår på dem & vrider på timern i städskrubben bredvid köket.

FÖR ATT VETA VAR DU SKA TRÄNA, SPELA & BYTA OM finns ett schema uppsatt innanför dörren i klubbhuset som det är viktigt att du inför varje träning/match tar del av.

GSBRO IF

INOMHUSHALL

KANSLI

Omkl 3, 4, 5

Omkl 1 & 2

KÖK

KIOSK

MÖTESRUM

STORA SOVSALARNA

Omkl 6 & 7

KÄLLAREN

Omkl HERR

KRING POOL & SERIESPEL, CUPER, LÄGER

POOL & SERIESPEL Upplands Fotbollförbunds hemsida har riktlinjer för poolspel & seriespel.

- Bokning av seriespel sker genom kansli@roslagsbroif.se eller fogis.se. Detaljerad planering av speltider sker i samråd med övriga lag.
- Domararvoden styrs av Upplands Fotbollförbund & kvittomall lämnas till kiosken efter match eller swish från kanslit. Tillsättning av domare sker olika beroende på ålder.
- Vid flyttad match skall kiosken informeras.

CUPER Roslagsbro IF's ungdomssektion har inga riktlinjer gällande var man åker på cup eller vilka cuper man åker på. För yngre spelare rekommenderas att man håller sig inom närområdet. Bokning av Vårlyckans planer för cupspel sker genom kansli@roslagsbroif.se.

LÄGER Roslagsbro IF's ungdomssektion uppmanar inte lägerverksamhet för de yngsta barnen. Från 9 års ålder börjar spelarna bli mentalt redo för lägerverksamhet. För att anordna läger, kontakta Per Gunnarsson på mejl: kansli@roslagsbroif.se.

FÖRÄLD RAMÖTE För att underlätta kommunikationen med vårdnadshavare är ett tidigt föräldramöte att föredra. Det kan vara på sin plats att detta hålls innan säsongen startar, förslagsvis i månadsskiftet februari/mars. Klubbhuset bokas via kansliet. På mötet presenterar man sig & det kan också vara bra om föräldrarna får presentera sig & sina barn. På mötet går man igenom klubbens värdegrund (se Robromallen), träningstider, berättar om anläggningen, vad som förväntas av barnen & föräldrarna, försäljning av kalendrar, rabatthäften, inköp av träningskläder, rutiner kring poolspel/seriespel, arbetsdagar mm. Under mötet är det viktigt att man berättar om laget.se. Det är genom den sidan som information om träningar, matcher & andra evenemang läggs ut. Alla spelare & föräldrar ska läggas in så att alla får samma information. Dessutom skickar klubben ut medlemsavgiften genom att medlemmarnas mail registreras på laget.se. Skriv protokoll från mötet & lägg ut på laget.se.

FÖRÄLD RAGRUPP För att kommunikationen ska gå så smidigt som möjligt är det bra om en föräldragrupp utses. Gruppen kan t ex ansvara för grillning vid poolspel, ordna fika på avslutningar mm. Även andra uppgifter kring försäljning & planering kan med fördel hanteras i en föräldragrupp.

DE NATIONELLA SPELFORMERNA – ATT KOMMA IGÅNG

De yngsta barnen upp till nio års ålder spelar antingen inom laget (3 mot 3 eller 5 mot 5) eller poolspel. Poolspel (5 mot 5) innebär att de lag som man har i sin grupp träffas & spelar flera matcher under samma dag vid några tillfällen på hösten & våren. Vid tillfällen står Roslagsbro IF som värd. Man har då möjligheten att sälja hamburgare & dricka i anslutning till matchplanerna, på B-plan (se kartan). Grill & tält finns att låna av föreningen (kontakta ungdomssektionen). Det är dock viktigt att det som säljs inte konkurrerar med kioskens sortiment. Inköp till första poolspelsmatchen görs ur egen ficka, våra erfarenheter säger att intäkterna väl överstiger dessa inköp. Kiosken, vilken drivs av herrsektionen, är alltid öppen då något av våra lag har pool- & seriespel. (se även Nationella spelformerna längre fram)

SOM VÄRD FÖR MATCHER ska man alltid ta emot gästande lag, helst iklädd en matchvärdsväst & visa lagen till sina respektive omklädningsrum. Det är bra att skriva på omklädningsrumsdörren var lagen ska byta om. Varje lag ska kunna låsa sina omklädningsrum under dagen, nyckel ska finnas i städskrubben vid köket. För att underlätta för spelare, lagen, ledarna & föräldrarna är det bra om man har gjort ett spelschema, där matchtider, tröj färger & eventuellt lunchpaus läggs ut. Detta schema kan skickas ut till gästande lag i god tid före poolspelet. Ett tips är också att du inte låter de lag som har längst att åka få första starttid, om första speltid är tidig.

MATCHVÄRDAR utses som hjälper till med arrangemanget. De ansvarar för att kommunicera ut att föräldrar & annan publik inte ska stå på samma sida som ledarna/spelarna under match. De ska också ha ett avstånd till planen vilket kan märkas upp med konor eller plastband. Föräldrar får gärna heja på laget. De ska dock inte ropa på enskilda individer eller ge egna taktiska råd. Allt detta är förbehållet ledarna för lagen! Det är viktigt att detta sätt att förhålla sig till fair play & klubbens värdegrund kommuniceras ut på föräldramöten (se under rubriken Föräldramöten).

INNAN POOLSPELET STARTAR ska lagen & domarna ha ett möte. Detta hålls en halvtimme före matchstart & då brukar lagen stämma av med varandra, domare(n) & säkerställa eventuella regelfrågor. Är man osäker på vilka regler som gäller vid pool- & seriespel, titta på UFF:s hemsida under adressen: <http://uppland.svenskfotboll.se/forbundsinfo/dokumentbank/>.

Tänk på att alltid ha med en laguppsättning västar när ni åker på poolspel, i händelse av att man inte känner till motståndarlagens färger på matchställen. Bollar till uppvärmning är också bra att ta med, ha även bollar till gästande lag vid hemmamatcher. Till varje match ska en matchvärd finnas & helst en domaransvarig ledare. När laget börjar spela seriespel fyller hemma- & bortalaget i en lag/matchrapport. Sådana finns att ladda ner på Upplands fotbollsforbunds hemsida under fliken blanketter. Du sparar sedan dessa upp till ett år (fler & fler använder endast fogis.se för äldre lag). Föreningen står för kostnaden för anmälan till pool- & seriespel.

När ni åker på turneringar & möter nya lag, kan det vara trevligt att ha med en RIF-vimpel till motståndarlaget. Vimplar förvaras uppe på kansliet.

KLÄDER/MATCHSTÄLL När du som ledare representerar klubben är det också viktigt att du bär RIF:s kläder. Vi har genom Sportringen ett avtal som innebär att vi bär röd tröja & svart byxa, med klubbens RIF- logga på vänster bröst. Det är viktigt både på träning & när vi representerar klubben på matcher att vi ger ett enhetligt & seriöst intryck. Sportringens hemsida: <https://www.srnorrtaje.se/category/roslagsbro-if>.

När du startar ett lag har du som ledare rätt att kvittera ut ett litet ställ, dvs. T-shirt, kortbyxa & strumpor. Kostnaderna betalas av ungdomssektionen (beslut taget 2017-03-06). Övrig klädsel får laget själva stå för & införskaffas även de hos Sportringen. På vår & höst kan en längre täckjacka vara nyttig (svart med tryck). När du startar ett knattelag behöver man vanligen inte köpa ett nytt matchställ utan man ärver dessa av de äldre lagen, för mer information se dokument "Matchställspolicy" som finns på laget.se under ungdomsfotbollens sida.

SJUKVÅRDSVÄSKA När laget börjar spela poolspel får man plocka ut en sjukvårdsväska på Sportringen av märket Sportdoc storlek small. Ungdomssektionen tar kostnaden för en väska per träningsgrupp.

BOLLAR, VÄSTAR & ÖVRIGT MATERIAL Ungdomssektionen ansvarar för inköp av bollar. De förvaras sedan i det högra rummet i källaren. Bollarna ska placeras efter storlek. Dåliga bollar som t ex inte håller luften kasseras. Det är viktigt att du räknar hur många bollar du har med ut till planen så att lika många kommer tillbaka. Bollar ska inte förvaras i bollpåsar utan läggs tillbaka på hyllorna! Inomhusbollar finns i bollvagnar i inomhushallen & i Svanbergahallen. Viktigt att dessa inte blandas med utomhusbollarna!

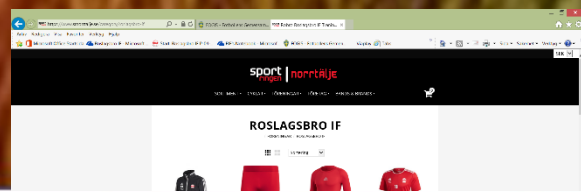
Västar ska hänga i ringar sorterade efter storlek & färg i det vänstra förrådet i källaren. Våta västar tumlas innan de hängs upp på ringarna igen. Konorna ska stå på golvet under västarna. Varje lag ska, så långt de räcker, ha ett skåp & det är viktigt att inte saker blir liggandes på golvet.

DOMARE Vi använder våra egna ungdomsdomare till 5-5 & 7-7-matcher. Dessa kontaktas i god tid före match. Det är bra om olika domare tillfrågas så att alla får en chans till utbildning & en liten inkomst. (se information på Domarsidan laget.se/fotboll/Ungdomsdomare RIF)

DOMARERSÄTTNING Efter matchen får domarna betalt genom att de först får fylla i ett kvitto (pärmen finns bredvid kiosken). Sedan betalar kiosken ut pengarna (via swish) mot uppvisat kvitto. Summan varierar beroende på lagets ålder (Se UFF:s tabell för ersättning för domare, via <http://uppland.svenskfotboll.se>).

Alla tävlingar som arrangeras genom Uppland FF berättigar domarersättning (ex. poolspel/Seriespel/DM). Träningsmatcher bekostas inte av klubben utan här får varje lag betala ur egen kassa. Tre till fyra domare brukar räcka till ett poolspel.

För de äldre fogisrapporterande lagen sker ersättning genom fogis.se.



ROSLAGSBRO IF

DE NATIONELLA SPELFORMERNA

Barn spelar fotboll för att det är roligt. Fotboll är lek. Att leka är nödvändig för att barn ska utvecklas & må bra. Genom lek testas barn sina begränsningar, lär sig hantera situationer & utvecklar färdigheter. De behöver bästa möjliga förutsättningar att lyckas. Alla barn & ungdomar, ska ha liknande förutsättningar vid träning & match. Spelformerna handlar övergripande om att skapa förutsättningar för ett långsiktigt idrottande. De är framtagna genom forskning & av experter för att främja barn & ungdomars lärande, sett ur deras egna perspektiv & på deras villkor - för barnens bästa & till fördel för spelarens utveckling. Spelformerna innebär att missförstånd kring spelregler kan undvikas & leder till ökad trygghet för både spelare, ledare & domare. För varje spelform har Roslagsbro IF en separat folder.

3 mot 3 (6-7år) mål: max 1,6x1,15m, 4x3minuter

Spelformen kan spelas med sarg (S) eller utan (U). Det finns ingen anledning att styra spelet eller spelsätt. Låt barnen spela själva! Spelformen håller spelarna intresserade & delaktiga i spelet. Spelet karakteriseras av hög aktivitet, många bollkontakter & lekfullt spel där spelarna försöker att sparka bollen mot motståndarnas mål.



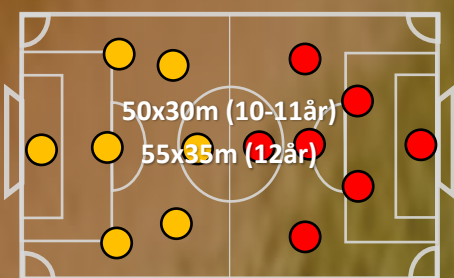
5 mot 5 (8-9år) mål: max 3x1,5-2m, 3x15minuter

Spelet lär barn att med hög delaktighet spela fotboll på ett lekfullt, positivt sätt med mycket bollkontakt & utveckla de individuella färdigheterna såsom passa, driva, dribbla, skjuta. I försvarsspelet handlar det om att försöka ta tillbaka bollen.



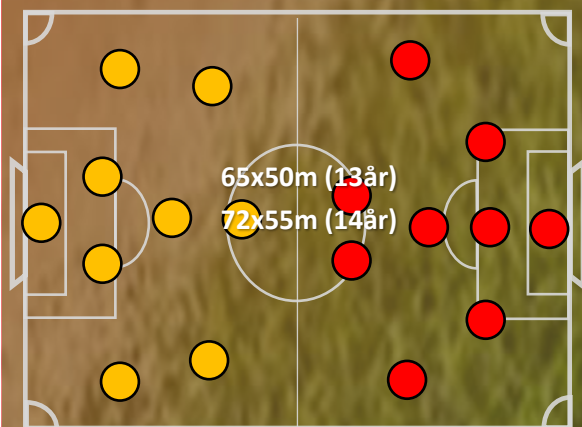
7 mot 7 (10-12år) mål: 5x2m, retreat linje 7m in, straffområde 9x24m, 3x20minuter

Spelarna övergår till att börja samarbeta mer & spela med de närmsta medspelarna. Fokus ligger på grundförutsättningar i anfall & 2 mot 1 situationer. Det är en fördel att vara 3 lagdelar för att kunna uppfylla exempelvis spelbredd & speldjup.



9 mot 9 (13-14 år) mål: 5-7,32x2-2,44m, straffområde 7x19m, 3x25minuter, offside

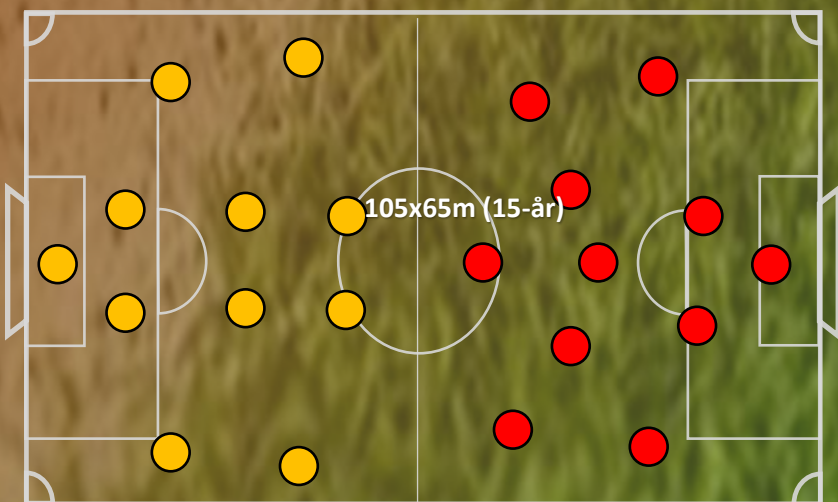
Spelarna har nått en utveckling där de samverkar med fler medspelare & på längre avstånd. Spelet består av många realistiska fotbollssituationer & många fotbollsaktioner. En annan viktig aspekt är att puberteten förstärker skillnaderna i de individuella förutsättningarna. Spelet ska gynna egenskaper såsom teknik & spelförståelse istället för snabbhet & styrka.



11 mot 11 (15-19år)

mål: 7,32x2,44m, straffområde 16,5x40,3m, 2x40 (15år) /2x45minuter

Spelarna förstår & samarbetar över hela planen i spelets olika skeden. Faktorer som utgångspositioner, arbetsstätt & roller blir tydligare. I anfallsspel samarbetar laget i speluppbyggnad där målet är att komma till avslut & göra mål. Tävlning blir succesivt ett inslag & spelaren finslipar sina färdigheter för seniorfotboll.



OM SKADOR & OLYCKOR

SKADEFÖREBYGGANDE Vi anser att barn & unga bör lägga större delen av sin tid på att träna allsidigt som utvecklar barnets fysiska grundkvaliteter (koordination, rörlighet, uthållighet, styrka & snabbhet). Spelarna bör undvika ensidiga belastningar, där man upprepar samma rörelser om & om igen, eftersom det är mycket troligt att detta kan leda till framtida skador.

SKADOR & OLYCKOR Det kan hända att det sker olyckor vid idrottande. Delvis följer skaderisken barnets ålder. Antalet idrottsrelaterade skador i landet ökar med stigande ålder upp till 14 år för att därefter successivt minska. Inom idrotten i Sverige har fotboll flest utövare & där sker också de flesta skadorna. Oftast skadas knä & underben eller fot & fotled. Skador på händer & handled är vanliga liksom vrickningar eller stukningar. Många idrottsskador sker i samband med aggressivt spel. Detta vill vi undvika & det är därför viktigt att du som ledare är tydlig med att förhindra vårdslöshet.

KNÄSKADOR ÄR VANLIGA I FOTBOLL & tonårsflickor är särskilt utsatta. Träning minskar risken att drabbas av knäskador dramatiskt. Träningsprogram för knäkontroll kan genomföras i den vanliga uppvärmningen & det är något vi rekommenderar.

BRA TIPS FÖR ATT UNDVIKA KNÄSKADOR är att värma upp ordentligt, vara försiktig med skarpa riktningförändringar under uppvärmning & inte låta växande spelare överbelasta knä med tyngder under träning. Samt att vila & lägga is på knät om du känner begynnande smärta.

SOM LEDARE ÄR DET VIKTIGT ATT...

- ge allsidig träning & undvik för långa ensidiga övningar.
- se till att sjukvårdsväska finns på träningar & matcher.
- se till att informera föräldrar om skada inträffar & följ regelbundet upp spelare som har växtrelaterad känslighet.
- vid akut sjukvårdsbehov & vid grövre skador, se till att någon kring laget påkallar bedömd lämplig insats.
- veta om att det finns försäkring genom föreningen.
- Första åtgärd vid misstänkt knäskada, stukning & vrickning.
- Känna till föreningens krisplan.
- Vara medveten om att hjärtstartare finns på Vårlyckan.
- Känna till utrymningsplanen från anläggningen

Informationen ovan bygger delvis på information som finns i "Barns & ungas säkerhet" från Myndigheten för samhällsskydd & beredskap.

FÖRSÄKRING Alla som spelar fotboll i Roslagsbro IF är försäkrade genom sitt medlemskap. Mer information hittar ni på Folksam's hemsida.
<https://www.folksam.se/forsakringar/idrottsforsakring/fotboll>

COVID-19 Alla som spelar, leder eller på annat sätt medverkar kring fotboll (eller andra sporter) samt de som besöker anläggningen Vårlyckan i Roslagsbro IF bör informera sig själv om de rådande läget & klubbens förhållningssätt för att minimera smittrisker. Reglerna kommer att förändras beroende på smittläget. Mer information hittar ni på Roslagsbro IF's hemsida, <https://www.laget.se/RoslagsbroIF>.

Notera att exempelvis kiosken har varit stängd under pandemin, vilket gjort att domarersättningen lösts med swish från kanslit.

ALKOHOL, DROGER, DOPING, TRAFIK Roslagsbro IF har förhållningssätt kring dessa frågor som styrs via policies. Dessa behövs inom idrottsrörelsen för att värna de aktiva. Det lär oss spelregler, sunt förnuft såsom säkerhet i trafiken, "hur kroppen fungerar & tar ställning mot sådant som är skadligt & nedbrytande, t ex användandet av droger". Roslagsbro IF verkar för en sund miljö i enlighet med gällande lagstiftningar & har handlingsplan för hur vi skall verka.

KRISPLAN I händelse av allvarlig olycka finns ett förankrat arbetssätt, se BILAGA 2. KRISPLAN.

ROSLAGSBRO IF

ROSLAGSBRO IF – ADMINISTRATIVA DELAR

ÅRSHJUL Under ett kalenderår finns det vissa återkommande händelser som du ska känna till. På våren är det bra om laget har ett föräldramöte, där årshjulet diskuteras. I februari/mars planeras träningstider & matchdagar. I mars har klubben sitt årsmöte vilket alla klubbens medlemmar är välkomna att delta i. I april/maj har vi en arbetsdag där klubbens medlemmar hjälper till med anläggningen både ut- & invändigt. Två gånger om året, en på våren & en på hösten, har ditt lag möjligheten att sälja rabatthäften. Hälften av priset på häftet går tillbaka till föreningen, merparten till laget. Under maj/juni är pool- & seriespel i full gång. Den 6 juni har vi den årliga nationaldagscupen, här hjälper alla lag till med parkering, försäljning etc. Vårsäsongen brukar avslutas före midsommar, här kan ni som ledare ha en avslutning med laget. I augusti anordnar klubben sin egen Fotbollsskola. Information om den går ut via ungdomssektionen & laget.se. På hösten har vi normalt en arbetsdag, säljer rabatthäften & adventskalendrar. Av kostnaden för kalendern går en del tillbaka till ungdomsfotbollen. Det är viktigt att man förklarar vikten av att alla hjälps åt med att dra in pengar till klubben, då det kostar att driva en stor anläggning med många planer. Tänk på att det finns familjer som har barn i flera lag & att arbetet med att sälja kalendrar & rabatthäften kan bli betungande, försök att hitta en bra nivå. På slutet av säsongen, i september/oktober kan ni i laget ha en avslutning. Ha gärna en föräldragrupp som ansvarar för arbetet runt detta. Om adventskalendrarna har kommit till föreningen är detta ett gyllene tillfälle att få ut så många exemplar som möjligt.

EKONOMI & ADMINISTRATION, LAGKONTO, INKÖP & ATTESTERING

Alla lag har ett eget bankkonto till vilket det även finns ett Swishnummer kopplat. Vid utlägg som avser det aktuella laget kan kvitto redovisas till klubbens kansli där sedan kostnaden bokförs & pengar utbetalas till den som gjort utlägget.

Vid fakturering är det viktigt att det aktuella laget anges som referens. När faktura inkommit till kansliet läggs fakturan i attestskåpet som sitter på väggen i köket mot utgången till korridoren. Ansvarig för respektive lag attesterar fakturan.

Swishnumret kan användas vid inbetalningar för t ex försäljning av klubbabatten & kalendrar. Dock ska saldot på kontot efter avslutad insamling bokföras på klubbens huvudkonto som en intäkt till det aktuella laget. Saldot på lagkontot ska normalt sett vara 0.

REGLER FÖR SPONSORAVTAL Varje lag/sektion kan själv ordna sponsorer till sin verksamhet. All fakturering sker via kansliet (kansli@roslagsbroif.se) & bokförs på respektive lag/sektion. Om ett lag/sektion får material/utrustning skänkt till sig meddelas kansliet ungefärligt värde eftersom våra sponsorer kategoriseras utifrån årligt bidrag. Reklamskyltar vid parkering/A-plan ska om möjligt skrivas på 3 år eller tillsvidare, normal skyltstorlek är 1x2m för 5000kr/år. Det finns även 6 st. skyltplatser 1x2m (2-sidiga) á 15 000 kr vid konstgräsplanen. Respektive sponsor bekostar själv skylten som vi dock kan hjälpa till med beställning av via Ratius. Om ett lag/sektion skaffat en skyltsponsor delas intäkten lika mellan klubben & lag/sektion. Sponsor-kontraktsmall kan erhållas från kansliet. Gällande skyltar vid parkering/A-plan är beloppet fr.o.m. 2017 ändrat till 2500 kr/m, m.a.o 5 000 kr för 1x2m (se BILAGA 3. RIKTLINJER SPONSORING GILTIG FRÅN 2017-05-07).

Ansvarig i huvudstyrelsen: Jörgen Källberg, mejladress: jorgen.kallberg@telia.com

LAGET.SE För att kommunikationen med vårdnadshavare & spelare ska flyta på så smidigt som möjligt använder Roslagsbro IF Laget.se. Här fyller du som ledare i kontaktuppgifter på spelare & vårdnadshavare, fyller i match- & träningstillfällen & lägger ut nyheter samt skickar ut kallelser till matcher etc. Det är viktigt att du som ledare är noga med att fylla i rätt uppgifter då detta system även används för att skicka ut medlemsavgifterna. Inloggningsuppgifter får du av Roslagsbro IF:s kansli, kansli@roslagsbroif.se.

LOK-STÖD Två gånger om året redovisas det statliga & kommunala LOK-stödet. Genom att redovisa alla aktiva & ledare mellan 7 & 20 år per tränings- & matchtillfälle, erhåller varje sektion en viss summa pengar. Redovisningen görs två gånger om året, i januari & i juli månad. Genom att fylla i aktiviteterna på laget.se förs detta automatiskt.

MEDLEMSKAP & ÅTAGANDEN

HUR BLIR MAN MEDLEM I ROSLAGSBRO IF & HUR MYCKET KOSTAR DET?

För att bli medlem i klubben klickar du på knappen "Bli medlem" på Roslagsbro IF's startsida, på laget.se & fyller i ansökningsformuläret. Faktura på medlemsavgiften kommer därefter per automatik via mejl till den adress du angivit i ansökan. Aktuella medlemsavgifter & medlemsförmåner kan du läsa om under knappen "Mer" & undermenyn "Medlemsavgifter" på hemsidan på laget.se. Frågor rörande medlemskap ställs till medlem@roslagsbroif.se. Roslagsbro IF:s policy är att avgiften ska vara så låg att alla har möjligheten att vara medlemmar.

UTBILDNING FÖR LEDARE & DOMARE För att träna de olika ungdomslagen vill vi i klubben att man ska ha gått de olika tränarkurserna som Upplands fotbollsforbund, UFF, anordnar. För att få träna barn upp till tolv år ska du ha en s.k. Diplom- C-utbildning, för de äldre lagen, Diplom B. Det finns motsvarande målvaktutbildningar för respektive ålder. Klubben anordnar också domarutbildningar under ledning av UFF & våra domaransvariga Linus Lundberg. Ungdomssektionens utbildningssamordnare är Anders Carlsson, tel. 072-146 46 09, anders.carlsson@bjerking.se. Roslagsbro IFs målbild rörande utbildning är följande:

Ålder	Ledare/lag	Spelare -utvecklingsförslag	Förening
-9år	Tränarutb C		Intern utbildning Ledarträffar Höst/Våraktivitet -Riktad utbildning -Domarutbildning
9-12år	Tränarutb C/B	Föreningsdomare	
12-16år	Tränarutb B Målvaktutb C	Intern utbildning Ledaruppdrag Hjälpa yngre spelare	
16-19år	Tränarutb B/A/UEFA Målvaktutb C/B	Intern utbildning Ledaruppdrag Hjälpa yngre spelare	
Senior	Tränarutb A U/UEFA Målvaktutb C/B/A	Tränarutb C Intern utbildning Ledaruppdrag Hjälpa yngre spelare	

UTDRAG UR BELASTNINGSREGISTRET Sedan år 2016 är det obligatoriskt för alla ledare i klubben att uppvisa utdrag ur belastningsregistret. Lämna det öppnade kuvertet i attestskåpet (vid köket) och meddela klubbens sekreterare, medlemsansvarig eller ungdomssektionens ordförande, se kontakter, att det ligger där.

SOCIALA MEDIER Förhållningssätt presenteras i Bilaga1. POLICY FÖR SOCIALA MEDIER "ROSLAGSBRO IF". Policyn beskriver riktlinjer för samtliga medlemmar, ledare och förtroendevalda som representerar Roslagsbro IF:s förening avseende sociala medier.

REGISTRERING AV SPELARE Spelare som är 12-14 år registreras direkt av föreningarna i Fogis.se. För alla spelare under 15 år gäller övergångsbestämmelser d v s rätt att byta förening inför ny speltermin utan särskilt övergångsförfarande. Det krävs registreringsintyg från 15 år för att registrering till nytt lag ska vara giltig. Se, <https://aktiva.svenskfotboll.se/forening/spelarovergangar/registerera-spelare/>

ATT BYTA LAG INOM KLUBBEN kan ske under vissa förutsättningar, se Roslagsbro IF Ungdom-Rutin vid uppflyttning (och nedflyttning). Uppflyttning är ett verktyg för att individanpassa spelarutbildning. Ett riktmarke bör vara att INTE ALLS göra detta innan 12-13 års ålder. Huvudregeln är att man ska spela i den årskull som man tillhör.

UNGDOMSSEKTIONENS STIPENDIUM TILL MINNE AV RUNE JOHANSSON Till minne av numera bortgångne Rune så har Ungdomssektionen beslutat att ta över rollen som utdelare av ett stipendium som instiftades av Rune Johansson. Vi kommer därmed fortsätta dela ut ett årligt stipendium till en pojke- & en flick-spelare varje år. Priset delas ut till spelare som är aktiva i Ungdomssektionens övre juniorålder, ca 15-18 års ålder. Priset avser att uppmärksamma & premiera ungdomar som antingen genom sin spelarutveckling, sitt engagemang eller utmärkande insatser tillför klubben värden. Det är Ungdomssektionen som nu 2021 tar över & hanterar hela urvalsprocessen, från att tidigare ha varit rådgivande. Vid frågor, skicka ett e-post till ungdomsfotboll@roslagsbroif.se

KONTAKTER

KONTAKTUPPGIFTER TILL RESPEKTIVE UNGDOMSLAG (med reservation för förändringar)

JUNIOR/U-LAG	NAMN	MOBIL	MAIL
U16/U17	Jenny Torngren Anders Carlsson	070- 733 32 41 072- 146 46 09	Jenny.torngren@gmail.com Anders.carlsson@bjerking.se
P 06	Lars Sanne	0708- 636 020	Lars.sanne@gmail.com
P 07	Minna Eriksson	070- 251 89 38	Minnaeriksson75@gmail.com
P 08/09	Johan Henningsson Johan Klaréus	070-26 13 925 070-545 86 72	Johan.henningsson.rev@telia.com jklareus@gmail.com
P 10	Nina Mattsson	070- 699 09 46	nina.spangberg@telia.com
P 11	Sofie Åberg	070-311 53 30	Sofieaberg1981@gmail.com
Flickjunior	Niclas Gustavsson	073- 804 43 00	niclasgustavsson@hotmail.com
F 08/09	Malin Södergren	072- 74834 37	Malins8@hotmail.com
F10/11	Linus Lundberg	072- 70 70 90	linuzs@hotmail.com
PF 12/13	Andreas Hemlin		andreashemlin@gmail.com
PF14/15	Magnus Kaliff Andreas Lindström	0703131730 0736779571	Magnus.kaliff@hotmail.com elektrikerandreasl@gmail.com

MEDLEMMAR I UNGDOMSSEKTIONEN (med reservation för förändringar)

ANSVAR	NAMN	MOBIL	MAIL
Ordförande	Emmelie Bernfalk	073-4115898	emmelie.lamm@gmail.com
Sekreterare	Malin Södergren	072-748 34 37	malins8@hotmail.com
Kassör	Johan Henningsson	070-26 13 925	johan.henningsson.rev@telia.com
Sponsring	Johan Klaréus	070-545 86 72	jklareus@gmail.com
Utbildning	Anders Carlsson	070-816 73 33	anders.carlsson@bjerking.se
	Eva Christiernin	070- 349 48 41	evachristiernin@hotmail.com
	Linus Lundberg	072- 70 70 90	linuzs@hotmail.com

KONTAKT ÖVRIGA SEKTIONER & KLUBB (med reservation för förändringar)

SEKTION	NAMN	MOBIL	MAIL
Fotboll Herr	Teddy Mattson	070- 687 76 98	
Fotboll Dam	Vilande sektion	N/A	
Friidrott	Jan- Olov Andersson	070- 265 39 74	
Skidsektionen	David Holmström	070- 853 55 89	
Gymnastik	Jessica Ingerby	073- 297 97 97	
Boule	Lennart Klaréus	072- 225 03 45	
Ordförande	Kurt Pettersson	070- 167 94 12	kurt.pettersson@ebc.uu.se
Kansli	Per Gunnarsson	0708- 23 01 97	kansli@roslagsbroif.se
Medlemsansvar	Helena Gräns	N/A	medlem@roslagsbroif.se
Sekreterare Barnrättsfrågor	Therese Järnelöf	070- 890 22 40	thgu83@hotmail.com

Notera att det tyvärr inte finns något aktivt damlag förtillfället

VI TAR GÄRNA EMOT SYNUNKTER på Informationsskrifter, Robromallen eller verksamheten. Det driver föreningen framåt! Informationsskrifter & Robromallen är Ungdomssektionens sätt att visualisera våra visioner & sättet vi vill informera dig & spelaren om vad vi förväntar oss av människorna kring föreningen. Som förälder till spelare bör man ha information om våra riktlinjer & förhållningssätt. Du skall som förälder kunna bedöma vad vi erbjuder dig & ditt barn, hur vi vill påverka barnets fostran till en medmänsklig spelare med god utveckling i samklang med klubbiden - En sund själ i en sund kropp.

- Har du synpunkter på verksamheten eller innehållet, kontakta gärna någon av våra ledare i Ungdomssektionen. Vi tar gärna emot både positiva synpunkter & utvecklingsförslag. Vi nås även på ungdomsfotboll@roslagsbroif.se



INFORMATIONSSKRIFT TILL UNGDOMSLEDARE I ROSLAGSBRO IF

2021 BILAGA 1. POLICY FÖR SOCIALA MEDIER "ROSLAGSBRO IF"

Denna policy beskriver riktlinjer för samtliga medlemmar, ledare och förtroendevalda som representerar Roslagsbro IF:s förening avseende sociala medier.

Sociala medier

Med sociala medier menas till exempel bloggar, hemsidor, Facebook, Twitter, Youtube osv. I sociala medier har medlemmar, ledare och förtroendevalda möjlighet att marknadsföra föreningen och stärka vårt varumärke, skapa kontakter och kommunicera. Kommunikation över internet innebär också risker för RIF, då det som skrivs kan få stor spridning och vara svårt att stoppa. Syftet med denna policy är att medlemmar, ledare och förtroendevalda ska få riktlinjer så att sociala medier används på ett positivt sätt och att det skapar större möjlighet för fler att hitta till föreningen och vår verksamhet.

Användandet

Roslagsbro IF ser positivt på användandet av sociala medier. Våra medlemmar, ledare och förtroendevaldas engagemang i sociala medier sprider vårt budskap och stärker vårt varumärke. Det stärker också bilden av organisationen som öppen och tillgänglig. Den visar upp bilden av kommunens ledande idrottsförening.

Du som person och din medverkan i sociala medier påverkar inte bara bilden av dig själv utan också bilden av föreningen. Du är alltid personligt ansvarig för sådant du publicerar på eget initiativ oavsett om publiceringen skett i egenskap av medlem, ledare eller förtroendevald eller privat.

Vi eftersträvar en sund och frisk fysisk- och psykosocial miljö där förtal, förolämpningar eller mobbing av med/motspelare, ledare, domare eller andra intressenter inom fotbollen inte får förekomma och då inte heller på sociala medier. Är du osäker på vad du kan publicera/skriva frågar du ordförande eller annan förtroendevald.

Förhållningsregler

- **För att publicera bilder på barn under 15-år, måste alla ha föräldrarnas medgivande eller skriftlig bekräftelse.**
- Visa respekt. Vi använder aldrig mobilkameror eller kameror i omklädningsrummen.
- Kommentera aldrig någon nedsättande. Kommentarer baserat på en persons religion, kön, sexuella läggning eller hudfärg är inte acceptabelt.
- Att publicera och kommentera online är aldrig privat. Det du publicerar kan för all framtid finnas på Internet. **Tänk efter före!**
- Var alltid korrekt och använd sunt förnuft. Även om ditt svar är riktat till en viss person kommer det att läsas av många andra.
- Respektera dina kamraters integritet – använd inte deras kunnande och referera inte till en viss person utan att informera denne.
- Beakta personuppgiftslagens, PUL, regler genom att vara noga med att personuppgifter behandlas på ett korrekt sätt. Detta innebär bland annat att inte publicera kränkande personuppgifter och att ta bort kränkande personuppgifter.
- Debatter på Facebook och andra sociala medier ska ha högt i tak, men personliga påhopp, mobbing, ryktesspridning, spekulationer eller annan medveten publicering av felaktig information ska inte förekomma. Ibland är det bäst att ignorera en åsikt och inte skänka den trovärdighet genom att svara.
- Vid alla frågor och diskussioner som rör ren fakta hänvisa till styrelsen i Roslagsbro IF.



INFORMATIONSSKRIFT TILL UNGDOMSLEDARE I ROSLAGSBRO IF

2021 BILAGA 1. POLICY FÖR SOCIALA MEDIER "ROSLAGSBRO IF"

Påföljder

Övertramp i sociala medier kommer behandlas utav ledare och om nödvändigt av styrelse, så att lämpliga påföljder kan verkställas.

Exempel:

Spelare:

- Samtal med spelaren och kontakt med föräldrar. Åtgärd efter bedömning av överträdelsens storlek.

Ledare:

- Enskilt samtal mellan ledare och styrelse, åtgärd efter bedömning av överträdelsens storlek.



INFORMATIONSSKRIFT TILL UNGDOMSLEDARE I ROSLAGSBRO IF **2021 BILAGA 1. POLICY FÖR SOCIALA MEDIER "ROSLAGSBRO IF"**

Roslagsbro IF

Jag ger mitt godkännande att Roslagsbro IF får publicera mitt barns namn och bild på föreningens hemsida, Internet och tidningar. Inga personliga uppgifter som personnummer, adress och privattelefon kommer att anges.

Godkänner

Vårdnadshavares underskrift

Vårdnadshavaresunderskrift

Roslagsbro IF

Jag ger mitt godkännande att Roslagsbro IF får publicera mitt barns namn och bild på föreningens hemsida, Internet och tidningar. Inga personliga uppgifter som personnummer, adress och privattelefon kommer att anges.

Godkänner

Vårdnadshavares underskrift

Vårdnadshavaresunderskrift

Roslagsbro IF

Jag ger mitt godkännande att Roslagsbro IF får publicera mitt barns namn och bild på föreningens hemsida, Internet och tidningar. Inga personliga uppgifter som personnummer, adress och privattelefon kommer att anges.

Godkänner

Vårdnadshavares underskrift

Vårdnadshavaresunderskrift



INFORMATIONSSKRIFT TILL UNGDOMSLEDARE I ROSLAGSBRO IF

2021 BILAGA 2. KRISPLAN

VIKTIGA TELEFONNUMMER VID KRIS

Kurt Pettersson (ordförande) 070- 167 94 12

Per Gunnarsson (vaktmästare) 0708- 23 01 97

Allmänt nödnummer	112
Sjukvårdsupplysningen	1177
Akuttandvården S:t Eriks sjukhus	08-123 156 80
Folktandvården i Norrtälje	08-123 154 25
Polis alarmnummer	114 14
Giftinformationscentralen	08-610 05 00



INFORMATIONSSKRIFT TILL UNGDOMSLEDARE I ROSLAGSBRO IF

2021 BILAGA 2. KRISPLAN

INLEDNING

I föreningen bör man utse en krisgrupp (styrelsen), med namn, telefonnummer och e-postadresser, som kan kontaktas när en olycka inträffar.

Krisgruppen måste snabbt kunna mobilisera de resurspersoner som situationen kräver.

Vid olyckor är det viktigt att besluta om åtgärder i samråd med de närmast berörda.

Kriser är något som alla upplever i olika livsskeden. Kriser som den här krisplanen handlar om, förorsakas av olika yttre händelser t ex genom att någon avlider eller är med om en olycka.

Denna plan är tänkt att fungera som en handledning för medlemmar i Roslagsbro IF om en olycka eller ett dödsfall skulle inträffa. Man skjuter gärna problemen om sorg och död framför sig därför att man hoppas att sådant inte skall inträffa på den egna enheten. Med en sådan attityd kan det hända att när en olycka eller ett dödsfall faktiskt händer står man där osäker och förvirrad. Bästa möjliga mentala och praktiska förberedelse kan i en krissituation vara av avgörande betydelse för både aktiva och ledare.

Alla i föreningen måste känna till krisplanen, vad den innehåller och var den finns. Alla nya personer i föreningen får information om klubbens krisplan. En förutsättning för att allt skall fungera någorlunda bra i en krissituation är att det finns en tydlig rollfördelning. Kom ihåg att alla kategorier kan ha viktiga funktioner att fylla i svåra situationer.

Vår förhoppning är att planen ska kunna användas också i andra krissituationer än de vi behandlat i texten. Människor i kris reagerar på ett likartat sätt oavsett krisens orsak. De förslag vi har till åtgärder kan därför vara till stöd i olika situationer.

VID ALLVARLIGA OLYCKOR PÅ/VID FÖRENINGEN

AKUTÅTGÄRDER PÅ OLYCKSPLETSEN

- Den/de vuxna som kommer först till platsen ser till att någon tillkallar ambulans och att någon som känner den skadade följer med till sjukhuset. Man försöker i möjligaste mån hålla barn borta från olycksplatsen.
- Ordförande meddelas. Ordförande/ledare underrättar individens hem om händelsen.
- Ta inte över, utan låt de drabbade göra så mycket de själva kan. Främja aktivitet i stället för passivitet.
- Varsam beröring lugnar, t ex sitt nära, håll handen, håll om.
- Skydda mot ytterligare stress genom att försöka hålla massmedia och nyfikna åskådare på avstånd. Den drabbade bör besparas fler starka intryck.
- Om du inte orkar – tag gärna hjälp eller be om avlösning.

KRISEN KOMMER

Möte om vad som hänt

Samla krisgruppen och börja mötet med att fastställa vad som *säkert* kan konstateras har hänt. Besluta om *vad som ska göras, av vem, när och tid för uppföljning*.

- Skriv protokoll vid mötet.
- Starta en journal över alla händelser och insatser.
- Utvärdera och följ kontinuerligt upp insatserna.



INFORMATIONSSKRIFT TILL UNGDOMSLEDARE I ROSLAGSBRO IF 2021 BILAGA 2. KRISPLAN

- Informera öppet, sakligt och tydligt.
- Vid olyckor kontaktas polisen som har informationsansvar gentemot allmänheten.
- För att undvika onödiga spekulationer bör styrelsen i föreningen informeras om det inträffade så snabbt som möjligt.

Svårare olycka eller dödsfall

Första insatsen

En person ansvarar för arbetsfördelning och utser:

- En eller två personer som tar hand om den skadade (välj de med mest vårdkunskap)
- Lämna inte den skadade ensam!
- En person larmar och möter även uttryckningen. Följande uppgifter ska lämnas när du larmar:

Vem är du som ringer och vilket telefonnummer ringer du från?

Vad har hänt?

Var har det hänt, d v s vart ska räddningspersonal bege sig?

Om platsen är svår att hitta för räddningspersonalen:

Var kan du möta dem och visa vägen?

Var möts ni om det är terräng utan bilväg?

Tänk på att helikopter kräver särskilda landningsplatser

Lämna deltagarförteckningen till räddningspersonalen.

Hur många är skadade och hur allvarliga är skadorna?

När hände det?

- En tar hand om de övriga i gruppen och informerar vad som hänt.
- En tar hand om press och polis.
- En följer med transporten till olycksplatsen.
- En följer med transporten till sjukhus.
- Informera krisgruppen hemma.

Rån, inbrott och hot

Många föreningar bedriver kioskrörelse, uthyrning och andra former där kontanter är i rörelse. Se då till att det finns en förebyggande säkerhetsrutin och rutiner vid rån och inbrott. Placera anvisningar om vad som ska göras vid inbrott, rån och hot väl synlig i lokaler som kan utsättas för nämnda brott.

Vid hot och rån gäller det att först ta hand om drabbade personer; följ delar av "Insatser efter svårare olycka eller dödsfall". Kontakta alltid polis. Stäng lokalen



INFORMATIONSSKRIFT TILL UNGDOMSLEDARE I ROSLAGSBRO IF 2021 BILAGA 2. KRISPLAN

och samla vittnen. Tänk på att även vid rån kan drabbade personer få svåra reaktioner efter händelsen - se avsnittet Krisreaktioner. Avgör om massmedia bör kontaktas.

Hot mot medlemmar, ledare, anställd eller egendom ska polisanmälas. Om det händer att inblandade inte vill involvera polisen bör juridisk hjälp anlitas.

Efterbearbetning

- Håll kontakten inom gruppen, både aktiva och ledare.
- Håll koll på varandra; en person som inte hör av sig kanske har klarat krisen bra, men "frånvaron/tystnaden" kan också bero på djup kris som orsakar apati.
- Stötta varandra.
- Håll kontakten med anhöriga.
- Diskutera insatserna med inblandade och notera nya åtgärder.

Minnesstund

Fundera på vilka som ska bjudas in och vad som förväntas? I allmänhet behövs en avskild plats, där man kan spela lugn musik och tända ljus. Själva olycksplatsen utgör ofta mötesplatsen, men tänk då på att det kan vara utomhus och svårt att skapa avskildhet. Anlita gärna en präst eller annan andlig ledare för att leda minnesstunden. De kan också bistå med råd och anvisningar för mötet, även om de inte medverkar. Beakta behovet av rätt andlig ledare beroende på religions apati.

- Stötta varandra.
- Håll kontakten med anhöriga.
- Diskutera insatserna med inblandade och notera nya åtgärder.
- Anlita gärna en präst eller annan andlig ledare för att leda minnesstunden.

Krisgruppen

Mobil

Kurt Pettersson	070- 167 94 12
Jörgen Källberg	070-211 28 48
Gunilla Svanberg	070- 567 67 14
Robert Söderblom	070- 230 59 76
Therese Järnelöf	070- 890 22 40
Linda Zetterström	070-740 94 00
Niklas Gustavsson	073- 804 43 00
Kjell Liljeberg	070-944 64 05



INFORMATIONSSKRIFT TILL UNGDOMSLEDARE I ROSLAGSBRO IF

2021 BILAGA 3. RIKTLINJER SPONSRING, GILTIG FRÅN 2017-05-07

Riktlinjer för sponsring

- Arenareklam ska om möjligt skrivas på 3 år eller tillsvidare och helst med avtalsperiod kalenderårsvis. All Arenareklam hanteras av kansliet tillsammans med styrelsens sponsorgrupp.
 - Reklamskyltar sätts i skyltställning vid entré till A-planen. Storlek på skylt är höjd 1 m och längd 2 m, priset är 5.000 kr/år. I de fall en sektion skaffat en skyltsponsor delas nettointäkten 50/50 efter reklamskatt.
 - 6 skyltplatser 1x2m (2-sidig) à 15 000 kr enligt specialavtal finns vid parkeringen mellan A-plan och konstgräsplan. I de fall en sektion har skaffat en skyltsponsor delas nettointäkten 50/50 efter reklamskatt.
 - Om skyltsponsorn inte har egen tillverkning beställer vi skylt via Ratius, de fakturerar oss kostnaden och kansliet vidarefakturerar den aktuella sponsorn. Skylten ska vara av hårdplast eller metall. Endast Ratius används som leverantör av skyltar som faktureras Roslagsbro IF då vi tecknat förmånligt avtal med Ratius.
 - Matchbollar, matchvärdar, matchprogram, dräktreklam samt övriga sponsorintäkter hanteras av respektive sektion. Reklamintäkter och kostnader hänförs till respektive sektion. Reklamskatt skall betalas av respektive sektion. Sektionen lämnar sponsoravtal till kansliet för arkivering och fakturering alternativt informerar om värdet av skänkta produkter eller tjänster.
 - Nettointäkter avseende sålda adventskalendrar fördelas med 50/50. Reklamintäkter skall täcka produktionskostnaden inklusive reklamskatt.
 - Sponsoravtal bör skrivas avseende all sponsring för att underlätta administration och kategorisering. Avtalen ska innehålla avtalsperiod, summa att fakturera alternativt uppskattat värde vid skänkta varor/tjänster, kontaktperson sponsor och kontaktperson RIF. Avtal lämnas till kansli för hantering och arkivering. Avtalsmall finns på hemsidan under dokument.
 - Varje höst görs avstämning av vilka avtal som ska förlängas och faktureras. Nedmontering av ej aktuella skyltar samt borttag av ej aktuella logotypes från hemsida görs efter avstämning.
 - Alla våra sponsorer kategoriseras utifrån värdet på sponsringen:
 - Platina: 50.000kr -
 - Guld: 20.000kr - 49.999kr
 - Silver: 10.000kr - 19.999kr
 - Brons: 5.000kr - 9.999kr
 - Bas: 500kr - 4.999kr
- Mervärden som respektive sponsor erhåller enligt kategori är:

- Inbjudan till klubbens årliga kräftskiva	Bas - Platina
- Inbjudan till Robromästerskapen i golf	Bas - Platina
- Exponering i sponsorannons i NT	Brons - Platina
- Klickbar logotype på hemsida	Silver - Guld
- Egen klickbar annons till höger på hemsida	Platina