

# FÖRÄLDRAMÖTE P15 BLÅ



# NY TRÄNARE – BERNADETTE ACS ANDRÉN

---



Jag passar på att nyttja första sliden till att presentera mig.

Ni känner säkert igen mitt namn från förra säsongen eftersom det var jag som delade ut föräldrauppdragen. Jag är mamma till Olof Andrén och fick till denna säsong frågan om jag ville ställa upp som tränare. Det fanns ingen tvekan på den frågan; jag älskar att jobba med barn tusen gånger mer än Exceldokument. Vill någon ta över mitt Excelark med föräldraupdrag till nästa säsong blir jag tacksam 😊

Jag är gammal innebandyspelare och min sista säsong spelades 2007 i Vöikers damlag.

2018 började min resa i Vipers, då jag blev tränare för äldsta sonen. Jag har fått följa hans lag under hela sju år och hoppas nu få följa Olof och hans lag i minst lika många.

Innebandy ligger mig varmt om hjärtat, men mitt största intresse är barn- och idrottspsykologi. Därför hoppas jag kunna tillföra mjuka värden till killarna i laget, samt få dem att växa som människor; inte bara som innebandyspelare.

Jag ser mycket fram emot att få samarbeta med befintliga tränare och er föräldrar.

Vi ses på planen!

Bernadette

# P15 BLÅ



**TRUPPEN** – 18 spelare i truppen i dagsläget, samt 7 ledare som planerar/närvarar på träningarna/matcherna

**TRÄNINGAR** – måndag, tisdag och fredag. Vi har overseende med sen ankomst till måndagsträningarna pga vägarbetet vid Fagrabäck. Det viktigaste är att ni kör försiktigt! Vi önskar att ni svarar på kallelserna så snabbt det går och vi vill att ni skriver notering om varför ert barn inte kan komma. Måndagar är den enda dag vi behöver bygga sarg och tar tacksamt emot hjälp av er föräldrar.

**MATCHER/CUPER** – barnen kommer kallas till matcher under året och vi försöker skicka ut dem så snart det går för att ni ska kunna planera. I år kommer sammandragen bestå av tre lag och vi spelar således två matcher á 2 x 20 min. Planen är så stor som basketplanen och spelas med lika stora målburar som förra säsongen. Vi kommer spela Fortnox Cup den 27-28 December.

**LAGKASSA** – i dagsläget har vi 6 800kr i lagkassan och vi ska ta reda på om vi själva får ha “egna” försäljningar för att utöka denna. Återkommer!

**ÖVRIGT** – i slutet av detta bildspel kommer vi be er svara på några enkla frågor och maila oss.

# HUR VILL VI HA DET I VÅRT LAG?

---



**Kläder** – Se alltid till att barnen kommer till träningar/matcher med kläder efter väder. Det kan hända att vi blir ståendes utanför hallar och därför är det viktigt att de under vintersäsongen har mer än shorts och t-shirt.



**Dusch/ombyte** - Vi kommer inte införa duschtvång, men önskar att killarna duschar tillsammans efter matcher. Rekommendationen är också att de tar med sig ombyte till träningarna eftersom det finns bra duschmöjligheter både på Fagrabäck och Teknikum. Den absolut största anledningen är för sammanhållningens skull och bonus är att ni får hem rena och fräscha killar som är klara för kvällsmat eller läggning 😊



**Andra idrotter som krocker** - Vipers är av åsikten att barn ska kunna kombinera flera idrotter så länge det bara går och så tycker även vi. Går era barn på flera idrotter och träningar/matcher krocker, pussla ihop det så gott ni kan. Vi hoppas såklart att killarna tycker innebandyn är rolig och att de vill komma och träna med oss. Dock har vi overseende med att träningarna krocker och killarna kommer inte straffas om de någon gång varje vecka väljer en fotbolls-/hockeyträning eller annan fysisk aktivitet framför innebandyträningen.



**Återhämtning & Vila** - killarna börjar bli äldre/tröttare, känslor som bubblar och skolan kommer bli tuffare. Om ni märker att erat barn behöver vila, låt dem vila och svara ärligt i kallelsen att så är fallet.

# MATRISEN– TRÄNING, MATCH OCH CUPER



| Ålder* | Nivå     | Träningar/<br>vecka | Förväntad<br>träningsnärvaro | Relation<br>träning/match | Serie                                                    | Cuper                                      |
|--------|----------|---------------------|------------------------------|---------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 5-6 år | Ljusgrön | 1 (okt-mars)        | Minst 50%                    | 100/0                     |                                                          |                                            |
| 6 år   | Grön     | 1 (okt-mars)        | Minst 50%                    | 80/20                     |                                                          |                                            |
| 7 år   | Grön     | 2(okt-mars)         | Minst 50%                    | 80/20                     | Poolspel 8-10 år Nivå lätt                               | 1-2 endagscuper                            |
| 8 år   | Grön     | 2 (okt-mars)        | Minst 66%                    | 80/20                     | Poolspel 8-10 år* Nivå lätt eller medel                  | 1-2 endagscuper                            |
| 9 år   | Blå      | 2 (sept-mars)       | Minst 66%                    | 80/20                     | Poolspel 8-10 år Nivå svår och/eller Seriepel Blå nivå 5 | 1-2 endagscuper och 1-2 övernattningscuper |
| 10 år  | Blå      | 3 (sept-mars)       | Minst 66%                    | 70/30                     | Seriepel Blå nivå 4 och/eller 3                          | 1-2 endagscuper och 1-2 övernattningscuper |
| 11 år  | Blå      | 3 (sept-mars)       | Minst 66%                    | 70/30                     | Seriepel Blå nivå 3 och/eller 2 och/eller 1              | 1-2 endagscuper och 1-2 övernattningscuper |

Vid denna ålder erbjuder Vipers tre träningar i veckan och ser gärna att man kommer på minst två av tre träningar.

MEN, vi ledare (precis som Vipers) är av åsikten att barnen ska kunna utöva flera idrotter/aktiviteter så länge det går, varför vi likställer ex. en hockeyträning eller annan fysisk aktivitet med en innebandyträning.

Alla kallas till lika många matcher om man kommer till så många träningar man kan och gör sitt bästa där.

Klubben rekommenderar 1-2 cuper vid denna ålder

# VIPERSKLÄDER



- Nytt träningsset: träningströja, shorts och strumpor. Går att beställa på:

<https://enenda.se/club/vaaxjoe-vipers>

- Overallen är densamma som förra året.
- Inget köptvång!



# MATCHKLÄDER

- Även i år kommer alla barn få låna matchställ från föreningen och själva ansvara över dem under säsongen.
- Stället skall endast användas vid match
- De ska tvättas och hållas snygga
- Allt lämnas in om man slutar eller vid säsongens slut



# MEDLEMSFÖRSÄLJNING OCH FÖRÄLDRAUPPDRAK

## FÖRSÄLJNING

- Ingen mer Ravelliförsäljning!
- Vipershäftet (i år digitalt!) - 2 omgångar (höst/vår). Andreas kommer med mer information. Säljkrav 4 häften per barn (200kr/st), all intjäning på dessa fyra häften går till klubben. Alla häften utöver fyra per barn, inbringar 150kr stycket till lagkassan.
- Bingolotter- Uppesittarkvällen den 23/12. Förtjänst går till klubben. Stötta gärna och köp från Vipers!

## FÖRÄLDRAUPPDRAK

Alla barn i laget kommer få två föräldrappdrag vardera, det gäller SSL-matcher och "Städa på stan". Kallelser kommer inom kort. Ni som fått tiden redan nästa vecka, hoppas ok!

- SSL-matcher, bemanna kiosk mm.
- Städa på stan, tre tillfällen i år som vardera inbringar 2 000kr direkt till lagkassan. Här vill vi att killarna är med för gemenskapens skull. Tredje tillfället är den 17 maj och där har ingen blivit tilldelad ännu.
- Våra egna cuper, ex Fortnox Cup
- Värdskap för Junior SM våren 2026. Denna aktivitet inföll tyvärr under påskhelgen förra året. Vi försöker komma ut med information kring detta i god tid.
- Sekretariat, speaker. Pappersprotokollen försvinner för i år och de som sitter i sekretariatet kommer få fylla i protokollen digitalt via IBIS. Information om det kommer finnas i B-hallen

## Föräldrappdrag P15 Blå säsongen 25/26

|                           | SSL 11/10 | Städa på stan 9/11 | SSL 14/2 | Städa på stan 1/3 |
|---------------------------|-----------|--------------------|----------|-------------------|
| Anton Elmquist            |           | 1                  | 1        |                   |
| Anton Hedby               |           | 1                  | 1        |                   |
| Anton Håkansson           |           | 1                  | 1        |                   |
| Colin Smedberg            |           | 1                  | 1        |                   |
| Ebbe Berglund             |           | 1                  | 1        |                   |
| Ebbe Sundh                |           | 1                  | 1        |                   |
| Joseph Mirad              |           | 1                  | 1        |                   |
| Leon Hegborn Villalobos   |           | 1                  | 1        |                   |
| Lionel Norrlin            | 1         |                    | 1        |                   |
| Liam Johnsson             | 1         |                    | 1        |                   |
| Ludvig Midenius Tranell   | 1         |                    |          | 1                 |
| Oliwer Oskarsson          | 1         |                    |          | 1                 |
| Olle Gustafsson           | 1         |                    |          | 1                 |
| Olle Rehnström            | 1         |                    |          | 1                 |
| Olof Andrén               | 1         |                    |          | 1                 |
| Valter Magnusson Lundgren | 1         |                    |          | 1                 |
| Valter Towner             | 1         |                    |          | 1                 |
| Elton Rosén               | 1         |                    |          | 1                 |
|                           | 10        | 8                  | 10       | 8                 |



# LEDARTEAMET



## Tränare *(alla tränare lämnar in utdrag från belastningsregistret vartannat år)*



Mikael  
Andersson  
Hedby



Karl-Johan  
Sundh



Oscar  
Rehnström



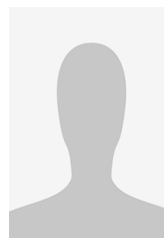
Robert  
Svensson  
Towner



Bernadette  
Acs Andrén



Johan Tranell



Johan Nilsson

## Föräldrar

Det är inte enbart vi ledare och barn som bygger ett lag, utan ni föräldrar är den viktigaste samarbetsparten!

Vi vill att ni ska känna er delaktiga och att ni kan bidra precis så mycket som ni själva vill. Vill ni enbart hjälpa till med föräldrauppgifterna tackar vi för det, vill ni som Andreas ha ett ansvarsområde (försäljningsansvarig) är vi jätteglada för det. Vill ni baka kakor eller bidra med annan sponsring är det fantastiskt. Har ni en bra speakerröst och vill prata på hemmamatcher, hjälp oss! Eller vill ni tillhöra festkommittén ☺? Allt för att ge våra barn ett mervärde och skapa sammanhållning i laget! Fyll i frågorna på sista sidan och maila oss!

Kick off

Avslutning

Lakassa

Kost/Hälsa

Barnpsykologi

Sjukvård

Baka/Mellis

Skapa mervärde

Roliga aktiviteter

Körningar/Skjuts

Sekretariat

mm..

# BARNIDROTT

---



Tyvärr hann vi under mötet inte gå in på bilderna som följer, utan vi tar diskussion kring det i föräldragruppen vid nästa tillfälle som vi träffas. OBS! Glöm inte sista bilden!

Vi vill dock redan nu tipsa om en viktig och omdebatterad fråga kring barnidrott och hur man tänker kring bredd och elit. Via SVT Play kan ni titta på det tredje avsnittet av Skavlan & Sverige – "Med facit i hand skulle jag ha fortsatt", börja 30 minuter in i programmet för att ta del av diskussion mellan Patrik Brenning, John Guidetti, Magdalena Andersson och Moberg.

Svensk innebandy har nyligen tagit beslut i fråga kring selektering och våde Smålands innebandyförbund och Vipers har valt att följa riktlinjerna vilket vi ledare känner stolthet över.

Svensk Innebandy tillåter inte att det görs selektering/toppning upp till det året spelaren fyller 15 år, och rekommenderar att det används begränsat fortsättningsvis på röd nivå.

## Visste du att?

### *När du selekterar barn i en grupp:*

... **belönar** du framför allt **tidig mognad**

... ökar risken att **barn** som inte  
blir utvalda **slutar att idrotta**

... får barn som blir utvalda **bättre förutsättningar**,  
kortsiktigt kommer de bli bättre

... får du en **felaktig känsla** av att du gjort rätt,  
vi vet inte vilka som blir **bäst som vuxna**

... **ökar pressen** på barn som blir utvalda,  
de kan vara **näst på tur** att väljas bort



Riksidrottsförbundet



### *Som ledare, fokusera på:*

... **långsiktig utveckling**, resultaten kommer senare!

... individanpassning – se till **varje persons**  
**unika** förutsättningar och behov

... att skapa en **stödjande miljö** där du  
kan göra misstag och testa dig fram

... att se till hela människan, många  
faktorer **påverkar utvecklingen**

... att hitta sätt att idrotta där barn  
kan **utvecklas i olika takt**



Riksidrottsförbundet

# PSYKOLOGISK TRYGGHET OCH UTVECKLING

*Enligt Vipers,  
oss tränare och..*



# KÄNSLOR

*"Idrott utvecklar inte enbart rörelse, motion och teknik. Det är minst lika mycket emotionell utveckling"*



# VÄRDEGRUND



## FÖLJANDE LEDORD SKA GENOMSYRA VÄXJÖ VIPERS:

### GLÄDJE

Inom Vipers ska innebandyglädjen stå i centrum. Vi bidrar med vårt engagemang för föreningens bästa och därigenom skapar vi positiva miljöer för alla berörda att verka i. Vi skapar drömmar och gör vårt yttersta för att förverkliga dessa.

### GEMENSKAP

Inom Vipers behöver vi varandra för att nå framgång.  
Till oss är alla välkomna och alla ska känna sig inkluderade och sedda.  
Vi vill ha engagerade medlemmar, vi tror på laget före joget och vi har stor tillit till varandra.

### FRAMÅTANDA

Inom Vipers strävar vi alltid framåt. Vi gör alltid vårt bästa och därigenom utvecklar vi oss själva, vårt lag och vår förening.  
Vi tror på långsiktig utveckling och har tålamod i processen.

### ANSVAR

Inom Vipers tar vi vårt ansvar både på och utanför planen.  
Vi gör det som är gemensamt överenskommet. Vi följer Svenska Innebandyförbundets Schysst Innebandy. Vi tar avstånd från och uppmärksammar effekterna av ANDTS.

# SIST, MEN VIKTIGAST



Avslutningsvis önskar vi att ni svarar på nedanstående frågor och mailar dem till

**[bernadette.acsandren@outlook.com](mailto:bernadette.acsandren@outlook.com)**

Gärna så snart det går. Det är viktig feedback! Ni som var på mötet får gärna svara på frågorna som tillkommit tack!

**Namn på barn och förälder**

**Varför spelar ditt barn innebandy?**

**Vad vill/kan du som förälder bidra med till laget? Det kan vara stort som smått. Var inte blyg, utan dela med dig av dina styrkor/kompetenser. Allt för våra barns skull 😊**

**Är det något vi behöver känna till om ditt barn?**

**Förväntningar på säsongen och på oss som ledare?**

**Dela gärna med dig av övriga tankar eller reflektioner efter att du tittat på Skavlan**