

Härryda Handbollsklubb



Säker & Trygg Förening

2016



Innehåll

1	Mål och Vision	3 + Blå Tråden
2	Brandsäkerhet	4 + Blå Tråden
3	Utrustning för den verksamhet som bedrivs	5 + Blå Tråden
4	Försäkringspolicy	5 + Blå Tråden
5	Hjärt- och lungräddning (barn- & vuxen HLR)	5 + Blå Tråden
6	Handlingsplan (olycksfall, akut insjuknande och kris)	8 + Blå Tråden
7	Föreningskunskap	14 + Blå Tråden
8	Ledarskapspolicy	14 + Blå Tråden
9	Doping/ Droger/Alkohol/ Tobak (ANDTS-policy för Härryda HK)	17 + Blå Tråden
10	Resor – Värdetransport (Trafiksäkerhetspolicy för Härryda HK)	19 + Blå Tråden

Bilagor

1	Checklista internkontroll brandskydd	Område: 21 + Brandsäkerhet
2	Kontrollblad 1, Brandsläckare	22 + Brandsäkerhet
3	Kontrollblad 2, Utrymningsvägar	23 + Brandsäkerhet
4	Kontrollblad 3, Utrymningsplaner	24 + Brandsäkerhet
5	Kontrollblad 4, Brandfiltar	25 + Brandsäkerhet
6	Kontrollblad 5, Ordning och reda	26 + Brandsäkerhet
7	Kontrollblad 6, Elektrisk utrustning	27 + Brandsäkerhet
8	Policy vid uthyrning	28 + Regler och besiktning av lokaler
9	Hyseskontrakt vid uthyrning	29 + Regler och besiktning av lokaler
10	Ledstjärnor	30 + Ledarskap- föreningskultur/klimat
11	Ledare och Ledaretik	31 + Ledarskap- föreningskultur/klimat
12	Ledarutbildning	35 + Ledarskap- föreningskultur/klimat
13	Jämställdhetspolicy	37 + Ledarskap- föreningskultur/klimat
14	Policy mot kränkande särbehandling	38 + Ledarskap- föreningskultur/klimat
15	SHF:s policy för barnhandboll	39 + Ledarskap, utbildning
16	SHF:s policy för ungdomshandboll	40 + Ledarskap, utbildning
17	Ställningstagande beträffande rent spel (etik)	41 + Ledarskap- föreningskultur/klimat





1. Mål och Vision

Texten är hämtad från föreningens måldokument " Blå Tråden".

"Att erbjuda så många barn, ungdomar och vuxna som möjligt att vara aktiva i Härryda HK."

"Så många som möjligt, så länge som möjligt". Härryda HK vill förena topp och bredd, kvalitet och kvantitet, ge ungdomar en meningsfull och fostrande fritidssysselsättning samt utveckla idrottsliga förmågor till en eventuell framtida elitidrottssatsning."

Certifieringen är en del i förverkligandet av vår vision om att vara en säker & trygg förening. Genom att följa vår vision och policys vill vi nå en bättre hälsa, minskad skadefrekvens, ökad säkerhet och trygghet. Föräldrar ska känna att deras barn och ungdomar är i säkra händer i vår förening. Ledarna ska känna att de har rätt kunskap och utbildning för att vara säkra och trygga ledare. En genomtänkt ledareetik och god ledarutveckling är viktigt.

Vi följer Svenska Handbollförbundets policys vidrörande barnhandboll (bilaga 13), ungdomshandboll (bilaga 14) och rent spel (bilaga 15). Policyerna för ledarskap (nr 7 och bilaga 10), jämställdhet (bilaga 11), kränkande särbehandling (bilaga 12), ANDT (alkohol, droger, doping och tobak) (bilaga 14) samt trafiksäkerhet (nr 9) har framtagits primärt inom den egna organisationen.

Härryda HK augusti 2016.

.....
Anders Thorén
Ordförande





2. Brandsäkerhet

Målsättning:

Inom vår förening ska vi aktivt arbeta för ett brandskydd som skyddar liv, hälsa och egendom. Arbetet skall bedrivas genom information och regelbundna egenkontroller.

Vid genomgången av arbetsmaterialet för Säker och Trygg förening år 2016 konstaterade vi att det fanns brister vad gäller brandsäkerheten i föreningens lokaler.

Under 2016 tog vi fram följande:

- *Utrymningsplan.*
- *Information om återsamlingsplats.*
- *Uppgifter om hur många som får vistas i lokalen.*
- *Rutiner gällande systematiskt brandskyddsarbete. Se bifogad checklista bilaga 1.*

Information om ovanstående sprids i huvudsak till medlemmarna via vår hemsida. Dessutom en årlig genomgång med spelare och ledare som vistas frekvent i klubbstugan. Ansvariga är ordförande för de olika sektionerna.

Inför 2016 planerade vi att ta fram:

- *Rutiner för sophantering.*

Härryda HK augusti 2016.

.....
Anders Thorén
Ordförande





3. Utrustning för den verksamhet som bedrivs

Föreningen bedriver handbollverksamhet.

Användningen av speciell utrustning är mycket liten.

Vår uppfattning är att någon särskild information till användarna, förutom den som ges av ledarna, inte är nödvändig.

4. Försäkringspolicy

Föreningen har som mål och värdegrund att eftersträva bästa möjliga skydd och försäkringar om en olycka mot förmodan skulle uppstå i samband med träning, matcher eller under transport tur – retur träning/match...

Grundförsäkringen (via Riksidrottsförbundet) inkluderar Ledare, tränare och funktionärer, men inte spelarna).

Folksam K60500 – olycksfalls-försäkring (< 15 år) ingår när lagen har laglicensierats.
Folksam K60400 – olycksfalls-försäkring (> 15 år) ingår när spelarna är licensierade för seriespel eller när lagen har laglicensierats.

5. Hjärt- och lungräddning (HLR)

Målsättning:

Samtliga ledare skall erbjudas utbildning i hjärt- och lungräddning (HLR).

Utbildningen genomförs i samarbete med SISU Idrottsutbildarna och Härryda kommun och genomförs under både vår och höst.

Fakta om HLR:

Den enda behandling som är effektiv mot hjärtstopp är hjärt- lungräddning (HLR) och en strömstöt från en hjärtstartare. Genom 30 bröstkompressioner och 2 inblåsningar pumpas det syresatta blodet runt i kroppen. Med en tidig stöt från hjärtstartaren bryts det elektriska kaos som orsakar hjärtstoppet. Alla kan lära sig hjärt-lungräddning och använda en hjärtstartare.





HLR, hjärt-lungräddning är en metod för att upprätthålla blodcirkulation när hjärtat stannat. Kraftiga bröstkompressioner mitt på bröstet skapar blodcirkulation och försiktiga inblåsningar genom den drabbades mun/ näsa så att bröstkorgen höjer sig, syresätter blodet. Minimera avbrott i bröstkompressioner för att utföra inblåsningar. 30 bröstkompressioner och 2 inblåsningar ska ges växelvis, kontinuerligt för att upprätthålla den lilla men livsviktiga blodcirkulation som uppnås med HLR.

Som lekman ska man fortsätta med hjärt- lungräddning tills professionell hjälp anländer eller så länge man orkar. Finns det en hjärtstartare tillgänglig ska man absolut använda den, även om man inte har utbildning. Hjärtstartaren talar för användaren vad denne ska göra. Det värsta man kan göra är att inte göra något alls.

Vuxen-HLR med god kvalitet:

- Tryck mitt på bröstet.
- Takt minst 100/minut (*inte mer än 120/minut*).
- Kompressionsdjup är minst 5 cm (*inte mer än 6 cm*).
- Släpp upp bröstkorgen helt efter varje bröstkompression, behåll hudkontakten.
- Blås in tills bröstkorgen höjer sig. En inblåsning ska ta 1 sekund.
- 30 bröstkompressioner följs av 2 inblåsningar, 30:2.
- Minimera avbrott i bröstkompressioner för att utföra inblåsningar.
- HLR ska utföras på hårt underlag.
- HLR ska fortsätta med så få avbrott som möjligt.

Barn-HLR med god kvalitet:

- Börja med 5 inblåsningar genom den drabbades mun eller vid behov genom mun/näsa.
- Tryck på nedre delen av bröstbenet, för bröstkompressioner, akta bröstbensspetsen.
- Takt 100 – 120/minut.
- Kompressionsdjup är 1/3 av bröstkorgens djup.
(*4 cm på barn 0 – 1 år och 5 cm på barn 1 år – pubertet*).
- Släpp upp bröstkorgen helt efter varje bröstkompression, behåll hudkontakten.
- Blås in tills bröstkorgen höjer sig. En inblåsning ska ta 1 sekund.
- 30 bröst kompressioner följs av 2 inblåsningar, 30:2 (*15:2 för sjukvårdspersonal*)
- HLR ska utföras på hårt underlag.
- HLR ska fortsätta med så få avbrott som möjligt.



**Skillnader:**

Det är skillnad på HLR till barn och till vuxen. Vid misstänkt hjärtstopp hos barn ska 5 livräddande inblåsningar ges före HLR startas. 30:2 gäller därefter både till barn och till vuxen vid hjärtstopp. Anpassa kraften efter storlek på personen. Kompressionsdjup skall vara ca 1/3 av bröstorgans djup. Sjukvårdspersonal kan komma att använda andra metoder. Om kunskap i Barn-HLR saknas gör som till vuxen med mindre kraft.

Osäker på HLR eller kan inte blåsa:

Om man vid hjärtstopp hos vuxen är osäker på HLR eller inte kan göra inblåsningar kan enbart bröstkompressioner ges i väntan på ambulans. Till barn ges alltid både bröstkompressioner och inblåsningar.

Drunkning:

Vid drunkning där den drabbade har hjärtstopp ska om möjligt 5 inblåsningar ges redan i vattnet. Starta sedan HLR, 30:2, direkt på land.

Källa: Svenska rådet för hjärt-lungräddning, www.hlr.nu.





6. Handlingsplan vid olycksfall/akut insjuknande och kris

Målsättning:

Föreningens mål är att regelbundet erbjuda våra ledare utbildning och att ha en genomtänkt policy vid olycksfall eller akut insjuknande. Detta för att öka ledarnas handlingsberedskap och deltagarnas och föräldrarnas trygghet.

Handlingsplan för omhändertagande vid olycksfall eller akut insjuknande

Åtgärder enligt HLR och handlingsplan

- *Finns annan vuxen i närheten, tillkalla då hjälp*
- *Vid osäkerhet rådfråga **sjukvårdsupplysningen TEL 1177***
- *Tillkalla **ambulans** om så behövs **TEL 112***
- *Uppge vilken idrottsplan det gäller. Ge vägbeskrivning.*
- *Be någon möta ambulansen*
- *Underrätta anhörig*
- **LÄMNA ALDRIG DEN SKADADE/INSJUKNANDE FÖRRÄN VUXEN/ANHÖRIG/AMBULANS TAGIT ÖVER ANSVARET**
- *Se till att en vuxen medföljer den skadade/insjuknande om förälder ej anträffats*

Krishantering

Vid eventuell olycka av allvarligare slag hänvisas till föreningens ordförande som är föreningens talesman. Vid behov av krishjälp så kontaktas skolornas krisgrupp.

Utrustning

Vid varje match och träningstillfälle ska ledarna se till att det finns sjukvårdsväska, handlingsplan och druvsocker.

Övrigt

En bår skall finnas vid båda föreningens tränings/matchplaner

Du måste själv kunna ge första hjälpen vid ett olycksfall eller om någon insjuknar akut.

Texten är inte komplett olycksfallinstruktion men kan vara till hjälp.

Se till att du går en förstahjälpens utbildning om du känner dig osäker.

Övning ger färdighet.





MEDVETSLÖSHET

1) Medvetandekontroll

Först måste du ta reda på om personen är medvetslös.

Skaka personen försiktigt i skuldrorna i befintligt läge och ropa:

"HUR MÅR DU?"

Reagerar inte personen betraktas han/ hon som medvetslös.

2) Andningskontroll.

Se om bröstet rör sig.

Hör om luft strömmar i och ur mun.

Känna luftströmmen mot din hand eller kind.

***SAKNAS ANDNING? TILLKALLA AMBULANS OCH STARTA HJÄRT-LUNGRÄDDNING
(SE PUNKT 5) MED LÄTT BAKÅTBÖJD NACKE. SLUTA INTE INNAN AMBULANS-
PERSONALEN TAR ÖVER ELLER OM PERSONEN VAKNAR.***

3) Pulskontroll (*)

Känn efter pulslag på halsen vid sidan av luftstrupen.

SAKNAS PULS – STARTA BRÖSTKOMPRESSIONER.

EN PERSON MED BÅDE ANDNINGS- OCH HJÄRTSTOPP (DVS EJ NÅGON KÄNNBAR PULS)
MÅSTE MAN GÖRA BÅDE MUN TILL MUN ANDNING OCH BRÖSTKOMPRESSIONER.

4) Stabilt sidoläge

Person som är medvetslös men har egen andning och puls

LÄGG FÖRSIKTIGT I STABILT SIDOLÄGE

FÖRHINDRA AVKYLNING

STANNA KVAR

(*): *Gäller inte barn under 16 år, då det har visat sig vara för svårt att hitta puls på barn inom 10 sek. Därför tillämpas inte pulskontroll på barn under 16 år innan Avancerad HLR utförs av utbildad personal.*

**BLÖDNING**

Den blödande kroppsdelens ska vara i högläge
Lägg ett tryckförband

BRÄNNSKADA

Alla brännskador ska kylas
Sök sjukvård för alla brännskador med rodnad och blåsbildning, lika stor eller större än en handflata.

Brännskada som är mindre än en handflata men som drabbat ansikte, hals, över leder, händer eller fötter måste till sjukvård. Alla djupare skador måste också till sjukvård.

ALLTID VID TVEKSAMHET – RING SJUKVÅRDEN!**ALLERGISK REAKTION**

Är en överkänslighetsreaktion som kan utvecklas till ett akut tillstånd.
Symtomen kommer i regel inom några minuter upp till en ½ timme.

Om känd allergi finns hos någon ungdom bör lagledare ha vetskap om detta och kunna använda den medicin som ska ges.

ASTMA

Anfallet yttrar sig som envis hosta och väsande pipande andning
Talet blir påverkat. Blåfärgning kring läpparna, snabb ytlig andning och kvävningens känsla

Omhändertagandet

Upptred lugnt och tryggt.
Lämna inte personen ensam
Låt personen välja kroppsställning, känner själv där det är lättast att andas
Se om mediciner finns med och hjälp till med dessa
Märker du ingen förbättring, tillkalla hjälp
Kontakta anhörig snarast





EPILEPSI

Ett epileptiskt anfall yttrar sig som kramper och vanligen medvetlöshet. Anfallet kan se obehagligt ut

Omhändertagandet:

DU BÖR:

Uppträda lugnt och tryggt

Försök lägga personen ner så bekvämt som möjligt helst i stabilt sidoläge för att förhindra kvävning

Lossa stramt åtsittande kläder och ta av glasögon

Skydda huvudet med något mjukt som tex jacka

Led försiktigt bort en vaken men förvirrad person från faror

Se om mediciner finns med och hjälp till med dessa

Stanna kvar tills personen är vaken och kan orientera sig

Märker du ingen förbättring tillkalla hjälp

Om anfallet varar mer än fem minuter – TILLKALLA AMBULANS

Kontakta anhörig snarast

DU BÖR INTE:

Stoppa in något i munnen (bett i tungan är ofarligt och läker snabbt)

Försöka att resa personen upp

HJÄRNSKAKNING

Hjärnskakningar inom idrotten är vanliga. Det är dock svårt att få en uppfattning om hur pass vanligt det är med hjärnskakning då det i de flesta idrotter saknas en fungerande skaderegistrering.

Symptom:

Beroende på vilken del av hjärnan som skadats kommer symptombilden att variera. De vanligaste symptomen är huvudvärk, yrsel, förvirring och illamående, men även balansstörningar förekommer. Observera att medvetlöshet inte är nödvändig vid hjärnskakning, utan enbart ett tecken på att ett annat område i hjärnan har blivit drabbat. Varken kortvarig initial medvetlöshet eller kramper medför i sig någon förändring av den fortsatta handläggningen och saknar prognostisk betydelse.



DU BÖR:

- *Uppträda lugnt och tryggt*
- *Försök lägga personen ner så bekvämt som möjligt helst i stabilt sidoläge för att*
- *förhindra kvävning*
- *Lossa stramt åtsittande kläder och ta av glasögon*
- *Skydda huvudet med något mjukt som t.ex. en jacka*
- *Led försiktigt bort en vaken men förvirrad person från faror*
- *Se om mediciner finns med och hjälp till med dessa*
- *Stanna kvar tills personen är vaken och kan orientera sig*
- *Märker du ingen förbättring tillkalla hjälp*
- *Om anfallet varar mer än fem minuter – **TILLKALLA AMBULANS***
- *Kontakta anhörig snarast*

DIABETES – INSULINKÄNNING

En person som har diabetes (sockersjuka) och behandlas med insulin kan få en s.k. insulin-känning som beror på att sockernivån i blodet blivit för låg

Detta kan bero på:

- *Att personen har ätit för lite*
- *Varit mer fysiskt aktiv*

Personen blir slö, blek, kallsvettig, är darrig och blir ibland irriterad

Omhändertagandet:

Ge omedelbart socker i någon form. Ex druvsocker, sockerbitar, mjölk eller saft
Uppträd lugnt och tryggt. Lämna aldrig en person med insulinkänning ensam
Kontakta anhörig snarast



VIKTIGT ATT TÄNKA PÅ

De barn/ungdomar som har någon sjukdom där medicinering behövs är det viktigt att dessa mediciner finns med till aktiviteterna de deltar i. Föräldrarna har ett ansvar att informera och instruera ansvariga ledare om hur medicinen ska ges.

Kontakta alltid sjukvården vid tveksamhet.

Det är bättre att ringa en gång för mycket.

7. Föreningskunskap

I styrelsen finns kompetens för att hantera de försäkrings-, redovisnings- och arbetsgivarfrågor som kan uppstå genom den sysselsättning ledamöterna har i sina yrken.

Föreningen har som mål att öka antalet medlemmar och även engagera fler i föreningsverksamheten. Detta har bland annat skett genom att vi har utökat verksamheten med extra fysträningsspass och samträning med äldre spelare.

Det sker en kontinuerlig uppdatering och utveckling av vår hemsida. Dessutom ger styrelsen ut ett nyhetsbrev en gång i månaden som också distribueras till medlemmarna via mail.

För att ytterligare sprida informationen i Blå Tråden och certifieringen till en "Säker och Trygg förening", har en mer omfattande broschyr tagits fram. Den beskriver föreningen och dess verksamhet och delas i huvudsak ut bland redan aktiva barn, ungdomar och deras föräldrar. Broschyren uppdateras årligen.

Detta arbete kommer leda till att "Blå Tråden" blir genomarbetad och tydligare implementerad.





8. Ledarskapspolicy

Se bifogade bilagor som är utdrag från Blå Tråden dokumentet. Bilaga 10 - 12. Under 2016 har vi utvecklat en ledarpärm riktad till ledarna i Härryda HK där vi har samlat de viktigaste dokumenten från Blå Tråden, Säker & Trygg förening och SISU. Pärmen ska ledarna ha med sig vid träningar och matcher.

Information:

Hur sker informationen till alla ledare?

Den mesta sker via mail och SMS (via www.laget.se meddelandetjänsten), via www.bokat.se, via egna "slingor" på Whats App och ordinarie mobilsamtal. Dessa media bör kontrolleras dagligen, eftersom det ibland kan vara snabb information. Meddela kansliet om det tillkommer någon ledare i er träningsgrupp som behöver information eller om någon ska tas bort.

Utbildning:

Härryda HK anser att utbildning och ledarskap enligt föreningens ledarskapsutvecklingspolicy, säkerställer att spelarna får bästa förutsättningarna att utvecklas till duktiga handbollspelare och dels kontinuitet i att ledarna stannar kvar i föreningen och känner att de utvecklas i rollen som tränare och ledare... Under 2016/2017 kommer fokus läggas på att ta fram en långsiktig utbildningsplan för samtliga av föreningens ledare och vill baseras på utbildningar/kurser från följande:

SHF: <http://www.svenskhandboll.se/Handbollinfo/Utbildning/>
SISU idrottsutbildarna väst: <http://www.sisuidrottsutbildarna.se/>
Handbollförbundet väst: <http://handboll.o.se/organisation/utbildning/>
IK Sävehof: <http://www.savehof.se/?s=utbildning>

Kansliets uppgifter

Kansliet är en viktig funktion för att verksamheten ska fungera. Exempel på uppgifter som hanteras är bokning av planer och inomhushallar, tränings- och medlemsavgifter, träningstider, domartillsättningar, etc.

Ledarna behöver regelbundet informera kansliet om tillkommande spelare eller om det är någon som slutar. Detta för att medlemsutskick och avgifter etc. ska vara korrekta. Ledarna förväntas också att i samarbete med kansliet vara informerad om vilka spelare som har betalat tränings-/medlemsavgift eller inte. I vissa situationer går det att få ekonomiskt stöd s.k. fritidspeng. Kansliet kan ge vägledning i dessa frågor.





Ledarmaterial

Vad ingår i alla ledares utrustning? Den första tiden är i minihandbollen och då får varje ledare en T-shirt med Härryda HK:s logga. Efter ett tag tillkommer en klubboverall. Som regel tillkommer det något nytt ledarmaterial nästan varje år.

Efter behov kan ledarna på kansliet kvittera ut nycklar till bollförråd och träningshallarna. Allt som lämnas ut ska också lämnas tillbaka till kansliet när/om ledare slutar, eftersom det är personligen utkvitterat. Det går alltså inte att överlämna något till en tränarkollega.

Närvarorapportering

Som ledare är du skyldig att föra närvaro i ApN, Härryda kommun, antingen på websidan eller via mobil. Närvarorapporteringen ger kommunalt **och** statligt stöd och är värdefulla inkomster och en förutsättning för att kunna bedriva verksamhet.

Inloggningsuppgifter för att redovisa närvaron erhålls via kansliet.

All närvaro på matcher, träningar, föräldramöten, spelarmöten, ledarträffar mm redovisas alltså i ApN, Härryda kommun.

Medlemskap

För att vara ledare i Härryda HK förutsätts att du är medlem. På samma sätt som övriga medlemmar betalar du en årlig medlemsavgift till PlusGiro 1278528-3.

För detta får du bl.a.:

- *Utbildningar*
- *Ledarmaterial*
- *Vara en del av Härryda HK:s ledarstab*
- *Fri entré till dam och herrmatcherna*
- *Försäkring som gäller från att du åker hemifrån till träningar och match till dess att du är hemma igen.*

Som ny ledare med egna barn i verksamheten är kanske ändå det mest värdefullaste att du får en unik möjlighet att få vara delaktig i ditt barns fritidsintresse som kan vara hela livet ut. Du får också en chans att få en god kontakt med ditt barns kamrater och föräldrar.





Blå tråden

Som ledare är du väl insatt i Härryda HK:s utbildningsplan för spelare, se www.laget.se
Den ger förhoppningsvis värdefullt stöd och vägledning i olika frågor som kan uppstå.
Ambitionen är att utbildningsplanen ska på ett eller annat sätt beröras vid de gemensamma ledarträffar som äger rum vid några tillfällen/år.

Laget.se – Era egna lagsidor

Härryda HK har i dag 8 lag. Det innebär att det har skapats 8 separata lagsidor på laget.se
Det är viktigt att ni som lagledare ser till att era respektive lagsidor är uppdaterade med senaste nytt och fokus på vad som är av intresse för just ert lag.

Inloggning får ni via kansliet.

Lagkassor:

Härryda HK har som policy att följa regler och anvisningar som finns avseende ekonomisk lagstiftning och god redovisningssed. Det finns vissa lag i föreningen som har s.k. "lagkassor". D.v.s. lagen samlar in pengar till exempelvis cuper och annat. Detta är naturligtvis en viktig verksamhet för lagen och skapar ett bra engagemang att samla in pengar. Detta ska naturligtvis fortsätta, men kontanthantering av dessa kassor behöver ingå i den totala redovisningen som revisorer och ev. skattemyndigheter kan granska. Det finns risk att laget kan bli av med sin lagkassa om den finns på ett konto skriven på en privatperson. Vid eventuellt dödsfall tillfaller lagkassan dödsboet. Vid en skilsmässa kan det också tillfalla någon annan utanför laget.

Styrelsen för Härryda HK har därför beslutat att samtliga lagkassor skall finnas på Härryda HK:s konto. Varje lag har fortfarande ägandeskapet över sin lagkassa. I Härryda HK:s redovisning kommer varje lag att ha ett eget kostnadsställe där alla insättningar och uttag redovisas.

Insättning sker på föreningens konto med kommentar om vilket lag det gäller. Uttag från kontot kan ske antingen via en faktura som lämnas till kansliet för betalning eller en begäran om kontant utbetalning eller för insättning på någons konto. Varje sektionsansvarig kommer sedan att få en redovisning varje månad om saldo och transaktioner på resp. lags konto. Varje lag kommer genom kansliets försorg att få blanketter för insättning och uttag från kontot.



9. Dopning/droger/alkohol/tobak

Drogpolicy för Härryda HK

Härryda HK ställer sig bakom samhällets mål att minska alkoholkonsumtionen, höja debutåldern för tobak och alkohol samt förhindra missbruk av droger och dopning.

Vår föreningsverksamhet är byggd på ideell bas och ska främja såväl fysisk som psykisk, social och kulturell utveckling samt gemenskapen. För oss är det viktigt att våra barn och ungdomar utvecklas både i allmänhet och i sitt idrottande i synnerhet. Genom idrottens ordinarie verksamhet lär sig barn och ungdomar att värna om sin kropp. Föreningens ledare och föräldrar ska vara medvetna om skaderiskerna och informera medlemmarna. Då idrottsföreningen förfogar över en stor målgrupp barn och ungdomar, är det viktigt hur vi som vuxna och ledare agerar mot våra barn. Vi vill ta ansvar och erbjuda dem en drogfri uppväxtmiljö och en gemensam drogpolicy där föreningens gemensamma regler fungerar som riktlinjer och stöd för föreningens medlemmar. Med anledning av detta har Härryda HK:s styrelse antagit följande ställningstagande och riktlinjer för områden narkotika och dopningspreparat, alkohol och tobak (enl. Svenska Handbollförbundet).

Droger och dopningspreparat

Allt bruk och hantering av droger och dopningspreparat är oacceptabelt och förbjudet enligt svensk lag. Så även inom vår idrottsförenings verksamhet.

Därför råder nolltolerans för droger och dopningspreparat i Härryda HK.

Om vi skulle misstänka att någon av våra medlemmar använt droger eller dopningspreparat gör vi följande:

- *Föräldrakontakt och enskilt samtal om medlemmen är under 18 år.*
- *Kontakt med sociala myndigheter och polis.*
- *Vid dopning kontakt med Riksidrottsförbundets antidopinggrupp.*
- *Utifrån dessa åtgärder bedömer vi eventuella konsekvenser för den berörda.*

Ansvar för att dessa regler följs är ytterst klubbstyrelsens men även ledare/tränare har ett stort ansvar för att allt bruk av droger och dopningspreparat upptäcks och uppmärksammas.

Drogpolicy ska kommuniceras vid möten inom Härryda HK och i kontakt med sponsorer och myndigheter. Varje ledare har ett ansvar för att alla känner till drogpolicy. Drogpolicy ska också diskuteras och revideras en gång om året.

Ansvarig är ordförande.





Alkohol

Åldergränsen för att köpa alkohol är 18 år på restaurang och 20 år på systembolaget enligt lag. Vi tillåter inte att våra ungdomar under 18 år dricker alkohol. Föreningen ska utgöra en trygg miljö även ur alkoholsynpunkt.

Om vi skulle upptäcka att någon/några av våra ungdomar druckit alkohol gör vi följande:

- *Samtal med berörd person och kontakt med föräldrarna*
- *Vid misstanke om problem tar vi kontakt med sociala myndigheter.*

Ansvaret för att dessa regler följs är ungdomarnas, ledarnas och föräldrarnas.

Som ungdomsledare och vuxen är det viktigt att tänka på sitt ansvar och att man är en förebild för sina ungdomar.

- *Det är oacceptabelt att dricka alkohol under resor, läger och andra aktiviteter där man har ansvar för ungdomar*
- *Det är oacceptabelt att komma berusad eller bakfull till träning, tävling etc.*
- *Det är oacceptabelt att dricka alkohol eller uppträda berusad i föreningens kläder.*

Om någon av våra ledare bryter mot dessa regler gör vi följande:

- *Enskilt samtal.*
- *Erbjuder stöd och hjälp*
- *Vid upprepade fall av berusning, avstängning från ledaruppdrag.*

Ansvaret för att dessa regler följs är i första hand klubbstyrelsens.

Tobak

Tobak innefattar både snus och rökning. Åldergränsen är 18 år enligt svensk lag.

Vi tillåter inte att våra ungdomar använder tobak under eller i anslutning till träning, tävling eller annan föreningsverksamhet. Om vi skulle upptäcka att någon/några av våra ungdomar använt tobak gör vi följande:

- *Samtal med berörd person och kontakt med föräldrarna.*

Ansvaret för att dessa regler följs är ungdomarnas, ledarnas och föräldrarnas.

Som barn- och ungdomsledare är det viktigt att tänka på sitt ansvar och att man är en förebild för sina ungdomar. Under föreningsaktiviteter eller iklädda föreningskläder bör man avstå från att röka. Om vi skulle upptäcka att någon av våra ledare inte följer våra föreskrifter, gör vi följande:

- *Ledare/-styrelsesamtal med den berörde.*

Ansvaret för att dessa regler följs är klubbstyrelsens och ledarnas.



10. Resor – Värdetransport

Härryda HK har tagit fram denna trafiksäkerhetspolicy för att skapa förutsättningar för våra spelare, föräldrar och ledare att på säkrast möjliga sätt transportera sig i samband med match och träning. Härryda HK är med och arbetar för ett förverkligande av visionen för trafik-säkerhet, att inga skall dödas eller skadas av/i trafiken. Alla ledare i föreningen ska ha god kännedom om vår målsättning på området.

Härryda HK:s trafiksäkerhetskrav är följande:

- *Alltid hålla gällande hastighetsbestämmelser, hålla tillräckligt avstånd till fordonet framför och följa alla gällande trafikregler.*
- *Alltid använda säkerhetsbälte på alla platser i fordonet.*
- *Att för vår miljö skall sträva efter samåkning till tävlingar, möten m.m.*
- *Att klubbens fordon eller aktuellt fordon alltid är i trafikdugligt skick, godkänd av Svensk Bilprovning, vara trafikförsäkrat och ha godkända däck.*
- *Vid upphandling av resor, prioritera leverantörer som har fordon med säkerhetsbälte och alkolås.*
- *Att under färd endast använda mobiltelefon i bil med handsfree system.*
- *Alltid vara utvilad, opåverkad, nykter och drogfri i trafiken.*
- *Alltid vara utvilad inför resor i föreningens regi.*
- *Att undvika körning nattetid*
- *Att ha telefonnummer till respektive chaufför/bil*
- *Att medföra en aktuell telefonlista till spelarnas och lagledarnas anhöriga*
- *Att ha telefonnummer till motståndarnas ledare för att kunna meddela ev. förseningar*
- *Alltid planera färd till aktiviteter med sådan tidsmarginal att färden kan ske lugnt och trafiksäkert utan stress och med möjlighet att kunna anpassa hastighet efter väglag.*
- *Alla fordon som framförs bör vara utrustade med Första Hjälpen kudde/kit.*
- *Vid skador på fordon i samband med resor i föreningens regi skall ägaren hållas skadeslös i så stor omfattning som möjligt. Det förutsätter att föreningens trafikpolicy följts och fordonet och föraren uppfyllt gällande lagar.*
- *Att vid användandet av cykel alltid använda hjälm och rätt utrustning för säsongen, lyse, reflexer m.m.*

Föreningens styrelse har ansvaret för att alla ledare informeras om vår policy. Sedan är det varje ledares uppgift att se till att den följs och att man informerar om föreningens mål.

Ansvaret för att denna policy följs är klubbstyrelsens och ledarnas.



Bilagor:

1	Checklista internkontroll brandskydd	Område:
2	Kontrollblad 1, Brandsläckare	Brandsäkerhet
3	Kontrollblad 2, Utrymningsvägar	Brandsäkerhet
4	Kontrollblad 3, Utrymningsplaner	Brandsäkerhet
5	Kontrollblad 4, Brandfiltar	Brandsäkerhet
6	Kontrollblad 5, Ordning och reda	Brandsäkerhet
7	Kontrollblad 6, Elektrisk utrustning	Brandsäkerhet
8	Policy vid uthyrning	Regler och besiktning av lokaler
9	Hyseskontrakt vid uthyrning	Regler och besiktning av lokaler
10	Ledstjärnor	Ledarskap- föreningskultur/klimat
11	Jämställdhetspolicy	Ledarskap- föreningskultur/klimat
12	Policy mot kränkande särbehandling	Ledarskap- föreningskultur/klimat
13	SHF:s policy för barnhandboll	Ledarskap, utbildning
14	SHF:s policy för ungdomshandboll	Ledarskap, utbildning
15	Ställningstagande beträffande rent spel (etik)	Ledarskap- föreningskultur/klimat





Bilaga 1

Checklista internkontroll brandskydd (Genomförande 1 gång per kvartal)

Efter utförd kontroll signeras listan och eventuella anmärkningar rapporteras till ansvarig för åtgärd. När samtliga anmärkningar är åtgärdade arkiveras listan på avsedd plats.

	OK	ANM	Kommentar	Åtgärdat datum
FÖRHINDRA BRANDS UPPKOMST				
Städningen/ordningen acceptabel				
Tomemballage borttaget				
Städvagnar undanställda				
Anvisad plats för rökning finns				
Plattor/kaffebryggare är försedd med timer				
El-central är inte blockerad, <1,2m				
Inga defekta sladdar				
Inga defekta kontakter				
Inga trasiga vägguttag, strömbrytare				
TRYGG UTRYMNING				
Tydlig skyltning till samtliga utrymningsvägar				
Dörrarna är lätt öppningsbara utan nycklar				
Ej blockerade utrymningsvägar och dörrar				
Utrymningsplanen stämmer med verkligheten				
Återuppsamlingsplatsen är angiven på planen				
Reflexskyltar finnes				
UNDERLÄTTA SLÄCKNING				
Handbrandsläckare/övrig utrustning på plats				
Manometernålen pekar på grönt (trycksatta släckare)				
Ej blockerad släckutrustning				
BRANDLARM				
Funktionskontroll				
Hörbarheten av larmet i alla utrymmen kontrollerades vid provning				
Stämmer namnet på anläggningsskötaren med verkligheten				



Systematiskt brandskyddsarbete

Kontrollblad 02 Utrymningsvägar (Kontroll 1 gång per månad)

Kontrollera samtliga utrymningsvägar enligt följande schema. Bocka av en rad för varje utrymningsdörr. (Punkt 06 kontrolleras en gång per år.)

01: Utrymningsväg och väg till utrymningsväg är inte blockerad	03: Utrymningsväg är utmärkt med skyltar	05: Utrymningsväg är fri från brännbart material
02: Dörr i utrymningsväg är lätt öppningsbar och nödöppningsbeslag fungerar	04: Genomlyst/belyst skylt lyser och nödljusfunktionen fungerar	06: Eventuell utrymningsstege fungerar

Kontroll Datum	Signatur	Placering	01	02	03	04	05	06	Åtgärdat Datum

Om någon av rutorna inte bockats av åtgärda då omgående denna brist så att utrymningsvägarnas funktion säkerställs.



Systematiskt brandskyddsarbete

Kontrollblad 03 Utrymningsplaner (Kontroll 2 gånger per år)

Kontrollera samtliga utrymningsplaner enligt följande schema. Bocka av en rad för varje utrymningsdörr.

01: Utrymningsplan finns och är aktuell	03: Utrymningsplan är lämpligt placerad
02: Utrymningsvägar, släckredskap och återsamlingsplats är utmärkt på planen	04: Utrymningsinstruktioner för personal/besökare finns

Kontroll Datum	Signatur	Placering	01	02	03	04	Åtgärdat Datum

Om någon av rutorna inte bockats av åtgärda då omgående denna brist så att utrymningsorganisationens funktion säkerställs.





Bilaga 5

Systematiskt brandskyddsarbete

Kontrollblad 04 Brandfilter (Kontroll 1 gång per månad)

Kontrollera samtliga brandfilter enligt följande schema. Bocka av en rad för varje filt.

01: Finns på avsedd plats	03: Är lätt åtkomlig (oblockerad)
02: Är utmärkt med väl synlig skylt	04: Instruktionen synlig och läsbar

Kontroll Datum	Signatur	Placering	01	02	03	04	Åtgärdat Datum

Om någon av rutorna inte bockats av åtgärda då omgående denna brist så att brandfilternas funktion säkerställs.





Bilaga 7

Systematiskt brandskyddsarbete

Kontrollblad 06 Elektrisk utrustning (Kontroll 1 gång per år)

Kontrollera samtliga utrymmen enligt följande schema. Bocka av en rad för varje utrymme.

01: Timer på spisar, kaffebyggare och liknande utrustning finns	03: Blinkande lysrör
02: Sladdar och kontakter är intakta och sitter fast	

Kontroll Datum	Signatur	Placering	01	02	03	Åtgärdat Datum

Om någon av rutorna inte bockats av åtgärda då omgående denna brist.





Policy vid uthyrning –

Villkor vid uthyrning

- *Ett hyresavtal ska finnas och vara undertecknat av båda parter.*
- *Klubblokalen hyrs endast ut till myndiga personer.*
- *Nyckel utlämnas och returneras enligt överenskommelse.*
- *Betalning sker vid utlämnande av nyckel.*
- *När lokalen lämnas ska utrustningen vara återställd, lokalen städad och i samma skick som vid tillträdet. Porslin och köksutrustning ska vara diskad och inplockad i den ordning som den befanns vid tillträdet.*
- *Hushållssopor och skräp ska placeras i sopkärlet på parkeringen utanför grinden. Återvinningsbara sopor medtages och lämnas vid återvinningsstationen.*
- *Rökning i lokalen är inte tillåten.*
- *Skador på lokal och utrustning som uppkommit ersätts av hyresgästen.*
- *Det är inte tillåtet att övernatta i klubblokalen. Lokalen är, ur brand och säkerhetssynpunkt, inte godkänd för detta.*
- *Bokning sker via någon av huvudstyrelsens ledamöter då vi saknar kansli.*

Härryda HK augusti 2016.

.....
Anders Thorén
Ordförande





Bilaga 9

Hyresavtal för Härryda HK:s klubblokal

Undertecknad har träffat följande avtal för hyra av Härryda HK:s klubblokal.

Datum:..... Tid:.....

Ändamål för uthyrningen:.....

Kostnad:.....

Uthyrningen innefattar även utrustning.

Nyckel utlämnas enligt överenskommelse och returneras enligt densamma.
Betaling sker vid utlämnandet av nyckel.

Villkor för uthyrningen:

I lokalen får vistas högst 70 personer.

Vid återlämnandet ska utrustningen vara återställd, lokalen städad och i samma skick som vid tillträdet.
Porslin och köksutrustning ska vara diskad och inplockad i den ordning som den befins vid tillträdet.

Hushållssopor och skräp skall slängas i sopkärlet på parkeringen utanför staketet. Återvinningsbara sopor medtages och lämnas vid återvinningsstationen.

Rökning i lokalen är inte tillåten.

Skador på lokal och utrustning som uppkommit ersätts av hyresgästen. Merarbete för att återställa lokalen och utrustning debiteras med 200:- per timme.

Hyresgäst:

Hyresvärd: Härryda HK/genom

.....
Namnteckning

.....
Namnteckning

.....
Namnförtydligande

.....
Namnförtydligande

.....
Adress

.....
Adress

.....
Telefon

.....
Telefon





Bilaga 10

Ledstjärnor

- *Vi följer Härryda HK:s blå tråd och verkar för att den skall förbättras och utvecklas.*
- *Vi samarbetar med andra ledare och spelare i Härryda HK:s positiva anda, för allas trivsel och klubbkänsla.*
- *Vi har en öppen dialog mellan spelare och ledare för att undvika att missförstånd och att irritation uppstår.*
- *Vi respekterar domarnas uppfattning.*
- *Vi ser domarna och motståndarna som handbollskompisar.*
- *Vi fuskar inte – Vi spelar just.*
- *Vi uppmuntrar till rent spel.*
- *Vi agerar vid dåligt beteende.*
- *Vi hejar på vårt lag och hånar inte motståndarna.*
- *Vi tackar motståndarna och domarna för spelad match.*
- *Vi använder ett vårdat språk.*
- *Vi uppträder på ett sportsligt och korrekt sätt både vid träning och match.*
- *Äldre uppträder som ett föredöme för yngre*
- *Vi arbetar för att hålla handbollen drogfri!*





Ledare och Ledareetik

Våra ledare skall ha som målsättning att med en kvalificerad verksamhet ge spelarna en bred och bra kunskap i handbollens grundstenar och sätter inte tabellplacering och matchresultat främst.

Ledarna skall värna om gemenskapen, sammanhållningen och kamratandan samt ge ungdomarna en positiv livssyn på medmänniskor. För att på ett bra sätt, leva upp till dessa krav är det viktigt att varje ledare agerar efter följande ledstjärnor:

- *Att på ett positivt sätt coacha, uppmuntra och motivera dina spelare under träning och matcher.*
- *Att skapa bra relationer med motståndare och domare.*
- *Att bära Härryda HK:s overall när man representerar föreningen samt kräva detta även av spelarna.*
- *Att följa Härryda HK:s utbildningsplan och laguttagningsprinciper för ungdomsverksamheten.*
- *Att se matcher som ett träningspass, ett led i spelarnas utbildning till junior- och senior spelare.*
- *Att låta spelarna spela på olika platser i laget för att ge dem en allsidig utbildning.*
- *Att agera efter att det kan skilja många år i mognad mellan två individer med samma biologiska ålder så att hänsyn tas vid matchning av spelarna.*
- *Att tänka på att eventuellt släppa spelare till andra årgångar för att tillgodose spelarnas utveckling och mognad. Grunden för spelaren är det lag och ålders klass som han/hon kommer ifrån, viktigt att den enskilda spelaren känner trygghet.*
- *Att stimulera ungdomarna att delta i olika idrotter, särskilt under "ickesäsong", för att tillgodose hela kroppens motorik.*
- *Se över möjligheten till delade pojk- och flicklag vid så låg ålder som möjligt.*
- *Att samverka med västra Sverige inom ramen för samarbetsavtalet (antogs 2016).*

Föregå med gott exempel! Tänk på att barnen inte gör som Du säger utan som Du gör!

"Föreningens ledare ska ha hög status"

Tränare och ledare är grunden för att föreningen ska fungera enligt de strategier som är fastlagda. Föreningen skapar förutsättningar för att ledare ska ta på sig ansvar för sin del av föreningens utveckling, vara föredömen samt känna stark samhörighet med övriga ledare och föreningsidén. Därför prioriteras att ta väl hand om ledare i alla kategorier. Det är fint att vara ledare i vår förening och det erbjuder egen utveckling på många plan för de människor som verkar i vår miljö och sympatiserar med våra värderingar.





- KVALITET:** är att ständigt ha ovanstående för ögonen
- TRIVSEL:** betyder att skapa en miljö som möjliggör att varje ledare stimuleras till goda prestationer och att nyrekrytering underlättas.
- UTVECKLING:** innebär ett synsätt som bygger på att "man lär så länge man lever" samt att varje ledare erbjuds grundutbildning. Vidare att ständigt utveckla nya metoder för att rekrytera och utveckla ledare.
- LÅNGSIKTIGHET:** innebär att varje ledare ska ha en långsiktig, personlig mening med sitt engagemang samt att det finns ett ständigt tillflöde av nya ledare.
- ANSVARSTAGANDE:** innebär att varje ledare själv ansvarar för det sistnämnda och att styrelsen möjliggör ansvarstagande genom att dels ge ledarna insyn i föreningen, dels skapa förutsättningar för att majoriteten av ledarna kan koncentrera sig på det sportsliga.



Olika ledarroller i Härryda HK

För att möjliggöra bästa användning av spelarna och ledare bör indelning i respektive lag bestå av ansvarig tränare, assisterande tränare och lagledare samt föräldrar ansvariga för verksamhet utanför handbollsplanen. Syftet att dela upp i olika ansvarsområden med definierade uppgifter är att säkerställa att inget ska missas i förberedelser, träningar, information etc. Dessutom ska man lättare kunna se behovet av utbildning. Genom att varje årskull kräver specifik utbildning kan man direkt gå in och se om respektive ledare uppfyller kraven eller om det måste kompletteras. Det blir dessutom en kostnadsfråga att utbilda efter behov istället för egna önskemål. Den som är utbildningsansvarig i Härryda HK kan på lång sikt, centralt planera och budgetera för behovet av utbildning av respektive ledare. Om behov finns att fler i samma grupp har samma utbildning kan den kompletteras i ett senare skede.

Nya lag ska startas på föreningens initiativ, med utbildningskrav på ledaren. Som hjälp i nya lag är det positivt om unga seniorer kan hjälpa till och sköta träningen.

Inskolning av ungdomsspelare bör ske sista hösten före seniorspel tillsammans med sin ungdomsledare. Ledaren ska erbjudas en funktion i seniorverksamheten för att vara en trygghet och länk mellan rutinerade seniorer och första-års-seniorerna.

Lagledare

- *Ansvara för närvaroregistrering*
- *Administrera information till spelarna/föräldrarna.*
- *Tillsammans med tränare upprätta års planering.*
- *Ansöka om träningstider, inom- och utomhus.*
- *Ansvara för material exempelvis koner, västar, bollar, matchställ.*
- *Upprätta telefonlista och e-postlista.*
- *Uppdatera spelartrupp till kansli- och hemsidesansvarig.*
- *Ansvara mot kansliet att medlems- och tränings- avgifter är betalda.*
- *Administrera dispenser, registreringar samt licenser av spelare.*
- *Kontaktperson gentemot föräldragrupp för uppgifterna kring lagets interna. föreningsuppdrag ex. lotterier, bollkallar, programförsäljning, plantsortering, kioskverksamhet, lag ansvariga turneringar, tvätt, körscheman etc. etc.*
- *Anmäla till serier & turneringar, inom- och utomhus.*
- *Ordna domare till seriematcher samt utbetala arvode till domaren.*
- *Delta på interna lagledarmöten.*
- *Försöka att delegera administrativa uppgifter inom laget till föräldrar inom gruppen. Detta sker förslagsvis på ett föräldramöte i början på året. Vid behov kan styrelsen hjälpa till att informera om föreningens mål, ekonomi mm och vikten av att så många som möjligt hjälper till*





I samband med matcher skall man tänka på följande:

- Att före match kontakta motståndarlaget och domare
- Före match kontakta egna lagets spelare
- Ta fram matchkläder
- Matchrapportering
- Att vid matchtillfälle före match hälsa på domare och motståndarlag samt efter matchen tacka dessa för matchen
- Att under matchen inte protestera mot vare sig domare eller motståndarlag. Hjälpa domaren under matchen och diskutera det som behövs efter matchen
- Att under matchen på ett positivt sätt uppmuntra och dirigera spelare
- Att bära föreningens träningsoverall vid samtliga tillfällen då man representerar föreningen

Ansvarig tränare

- Ansvara för att Härryda HK:s Blå tråd efterlevs.
- Ansvara för match & träningsplanering under året.
- Ansvara för att uppsatta mål innehålls.
- Ansvara för genomförande av träning.
- Ansvara för coachningen av laget.
- Ansvarig tränare för seniortruppen ska ha mycket god kontroll på vad som sker vid B- och C-lagens matcher. Antingen genom att själv se matcherna eller genom ansvarsdelegering till ledarna. Sker det genom ledare för B- och C-lag är det deras analys av spelarmaterialet som väger tyngst vid B- och C-lagsspelares möjlighet att få delta i kommande A-lagsmatcher.
- Ansvara för insamling av material efter träning/match.
- Kalla till match/träning/lag aktiviteter.
- Delta på tränarutbildning arrangerade i Härryda HK:s regi.
- Delta på interna tränarmöten.





Bilaga 12

Ledarutbildning

- *Föreningen ska utbilda, stödja och ge möjlighet till personlig utveckling för alla ledare inom ungdomslagen. Föreningen ska ha en ULF:are (Utbildningsansvarig Ledare i Föreningen) som håller övergripande i all utbildning inom föreningen.*
- *Styrelsen och ansvariga inom ungdomssektionen ska tillse att en personlig utvecklingsplan samt utbildningsprogram finns och att detta följs upp samt dokumenteras.*
- *I ungdomssektionen ska en separat utbildningsansvarig finnas.*
- *Separat utvecklingsansvarig för flickhandboll ska ingå i ungdomssektionen.*
- *Alla ledare bör genomgå Svenska Handbollsförbundets utbildningsplan.*
- *Föreningen bekostar alla ledares utbildning. Ledare ska informeras om kursutbud och uppmuntras till utbildning. Dock måste varje utbildning godkännas av styrelsens ordförande innan genomförande.*
- *Utbildning sker i samarbete med Svenska Handbollsförbundet, SISU Idrottsutbildarna, Handbollförbundet väst och IK Sävehof.*

Utbildningsplan för ledare:

Lagledare 5 - 10 år:	Bör ha gått Baskurs (Framtidens Handbollsspelare).
Lagledare 9 - 12 år:	Bör ha gått Baskurs och bör ha gått TS1.
Lagledare 13 - 19 år:	Bör ha gått TS1 och bör ha gått TS2.
Seniorlag:	Bör ha gått TS2 och bör ha gått TS3.

Alla ledare erbjuds att gå Baskurs och TS1 som ordnas av Svenska Handbollsförbundet. Dessa utbildningar bekostar givetvis föreningen.

I den nya tränartrappan Specialiserar du dig till barntränare, ungdomstränare eller seniortränare.

Barntränarutbildningen omfattas av dagens Baskurs (framtidens handbollsspelare) och TS1. Ungdomstränarutbildningen omfattas av TS1 och TS2. Seniortränarutbildningen omfattas av TS2 och TS3. Det betyder att om du vill satsa på att bli seniortränare så kan du direkt börja på TS2:an utan att först gå Baskursen och TS1:an.



Omorganisationen av tränarskolan ger tre förbättringar:

1. Vi förkortar utbildningstiden utan att minska på kvalitetskravet.
2. Du blir specialist på ditt stadium. Du får även fortbildning på ditt stadium.
3. Vi får fler ungdomsledare att gå TS2, vilket ger högre kompetens på våra Ungdomsledare.

Varje år har föreningen för avsikt att genomföra någon form av föreningsutveckling. Det är av största vikt att ungdomssektionens lagledare är närvarande och deltar aktivt i diskussionerna.

Tränarskolans nya tränarstege

Tränarskolan är byggd på metodiken om optimerad utvecklingsålder där du som ledare får följa den aktiva ungdomens olika utvecklingsstadier både i praktik och teori.

Master Coach

160 timmar. Omfattar nuvarande Master coach-utbildningen.

Förkunskaper

Genomförd senior- och barntränarutbildning samt tre års tränarefarenhet som huvudtränare för ett allsvenskt lag eller högre. Alternativt tre år som huvudinstruktör på ett elitbandbollsgymnasium (under de senaste tio åren).

Seniortränare

3 h Kostutbildning
3 h Idrottsskadekurs
3 h Knäkontroll.

TS2, 72 tim

Omfattar innehållet i nuvarande TS2. **Ålder:** 13-19 år. **Tonvikt på:** Individuell teknik och samarbeten i anfall och försvar.

TS3, 72 tim

Omfattar innehållet i nuvarande TS3. **Ålder:** Senior. **Tonvikt på:** Mönster i anfall och försvar.

Ungdomstränare

3 h Kostutbildning
3 h Idrottsskadekurs
3 h Knäkontroll.

TS1, 72 tim

Omfattar innehållet i nuvarande TS1. **Ålder:** 9-12 år. **Tonvikt på:** Grundteknik och individuell teknik anfall och försvar.

TS2, 72 tim

Omfattar innehållet i nuvarande TS2. **Ålder:** 13-19 år. **Tonvikt på:** Individuell teknik och samarbeten i anfall och försvar.

Barntränare

Basutbildning, 24 tim
Omfattar innehållet i nuvarande basutbildning. **Ålder:** 5-10 år.
Tonvikt: Lak, grundfärdigheter, koordination.

3 h Kostutbildning
3 h Idrottsskadekurs
3 h Knäkontroll.

TS1, 72 tim

Omfattar innehållet i nuvarande TS1. **Ålder:** 9-12 år. **Tonvikt på:** Grundteknik och individuell teknik anfall och försvar.

Läs mer om tränarskolan på vår hemsida:

<http://www.svenskhandboll.se/Handbollinfo/Utbildning/TSByggstenar/>



Jämställdhetspolicy

Jämställdhet är för Härryda HK:s del en fråga om demokrati. Alla medlemmar är lika viktiga. I de yngre åldersgrupperna skall både flickor och pojkar behandlas lika.

Jämställdhetsplan

- *Alla ska värderas lika.*
- *Alla ska ha samma rättigheter, skyldigheter och möjligheter att träna och spela handboll eller gymnastisera.*
- *Alla är lika viktiga.*

Ansvarig för upprättande och genomförande av policyn är föreningens ordförande.

Jämställdhetspolicyn är antagen av Härryda HK i augusti 2016. Policyn gäller för 2016 och revideras 2017.

Härryda HK augusti 2016.

.....
Anders Thorén
Ordförande



Policy mot kränkande särbehandling

Alla barn och vuxna har ansvar för att rapportera misstänkt kränkande särbehandling. Inom Härryda HK råder nolltolerans mot alla former av kränkande särbehandling.

Exempel på kränkande särbehandling:

- *Verbala eller skrivna kränkningar*
- *Mobbning*
- *Diskriminering*
- *Fysiskt våld*
- *Psykiskt våld*
- *Hot eller utpressning*
- *Sexuella trakasserier*
- *Sexuella övergrepp*
- *Stalkning (olaglig förföljelse).*

Kränkningar, som enligt lag är förbjudna, bör polisanmälas.

Vi agerar på följande sätt:

- *Mobbingsituationer ges högsta prioritet.*
- *Ledare agerar direkt med samtal med de inblandade – en och en.*
- *Det som hänt och vad som beslutats dokumenteras.*
- *Föräldrarna informeras, både mobbarens och den mobbades.*
- *Om mobbningen inte upphör kallas båda parter föräldrar till samtal.*
- *Om inte mobbningen därefter upphör kopplas styrelsen in, för vidare beslut.*

Ansvarig för upprättande och genomförande av policyn är föreningens ordförande. Ansvarig för verkställandet är ledare och styrelsen.

Policyn mot kränkande särbehandling är antagen av Härryda HK i augusti 2016. Policyn gäller för 2016 och revideras 2017.

Härryda HK augusti 2016.

.....
Anders Thorén
Ordförande





Svenska Handbollförbundets policy för barnhandboll

Inom svensk Handboll skiljer vi på barn-, ungdoms- och vuxenhandboll. Barnhandboll utövas av barn upp till 12 år, ungdomshandboll av ungdomar mellan 13 – 18 år.

Inriktningen på hur barnhandbollen ska utövas, kännetecknas av en individuell, motorisk utveckling med **leken** som arbetsmetod och med **bollen** som redskap.

Träningen av barn ska kännetecknas av:

- *Hög aktivitetsgrad*
- *Hög bollkontaktsgrad*
- *Hög rolighetsgrad*

Barnhandbollsmatcher ska under de första åren genomföras:

- *på minihandbollplaner (20x12 m), för första års D-ungdom och yngre.*
- *med mindre mål (2,0x1,7 m) för första års D-ungdom och yngre.*
- *med färre antal spelare på planen (4 utespelare).*
- *med anpassade regler SHF:s regelbok för minihandboll).*
- *med en utbildad minihandbolldomare (matchledare) med uppgift att leda matchen och samtidigt lära barnen reglerna.*
- *enligt principen att alla ska spela lika mycket och att spela utan positioner.*
- *med för respektive åldrar anpassade bollar så att barnen får möjlighet att tävla, vinna och förlora utan fokusering på resultat och serietabeller.*

Barnhandbollen kännetecknas av en långsiktig individuell färdighetsutveckling.

Försvarsspelet ska vara "fritt spel" eller "man-man-spel" på minihandbollplan. På stor plan spelas 3-3 eller andra försvarsspel med flera spelare utanför frikastlinjen. Anfallsspelet kommer av sig självt. Det gäller att göra mål. Man ska tillämpa färdigheterna dribbla, passa-fånga och skjuta mål. På minihandbollplanen spelas helt fritt anfallsspel. På stor plan spelas fritt anfallsspel följt av en period 4-2 spel. När det känns för trångt med fyra 9mspelare kan 3-3 spelet påbörjas.

För att behålla barnen inom vår verksamhet är det viktigt att tillgodose barnens behov och att verksamheten genomföres på barns villkor. Exempel på barns behov är:

- *Att få vara aktiv och i rörelse, helst med boll.*
- *Att känna sig trygg i gruppen.*
- *Att det är ordning och reda.*
- *Att bli sedd under träning och match.*
- *Att få pröva på nya utmaningar.*
- *Att kämpa, känna glädje och vinna matcher, men också att lära sig förlora.*
- *Att ha roligt! Är det inte roligt stannar man hemma.*





Svenska Handbollförbundets policy för ungdomshandboll

Inriktningen på ungdomshandbollen ska kännetecknas av en ökad motorisk och koordinativ färdighetsutveckling. Leken och glädjen i att utöva idrott ska med bollen som redskap fortsätta den **individuella** fysiska och tekniska utvecklingen. Huvudinriktningen är varje spelares tekniska färdighetsutveckling för att nå varje spelares maximala utveckling. I 15-16 årsåldern är det viktigt att börja förbereda spelarna för den kommande fysiska träningens alla moment. Att fokusera på uthållighetsträning, bålträning och skadeförebyggande träning är att rekommendera.

Träningen av ungdomar ska kännetecknas av följande:

- *hög rolighets-, aktivitets- och bollkontaktsgrad.*
- *individuella utvecklingsmål.*
- *hög attitydsgrad (alltid göra sitt bästa).*

Spelaren ska utvecklas till att:

- *vilja bli så bra som möjligt.*
- *vilja träna mycket och att vilja stegra träningsmängden efter hand.*
- *kunna äga sin träning - veta hur och vad man ska träna.*

Spelaren ska fulländas i de bastekniska färdigheterna:

- *täcka skott, stöta, överblicka, överlämna/överta, skjuta, finta och passa/fånga.*
- *målvaktstekniska grunder.*

De ungdomar som eventuellt är tveksamma till att fortsätta som aktiv ska stimuleras till att stanna kvar inom handbollen som ledare, tränare eller domare.

Ungdomshandbollen ska genomföras enligt följande principer:

- *Varje spelare ska behärska att spela på minst två positioner i både anfall och försvar.*
- *Varje spelare ska alltid göra sitt absolut yttersta i varje situation.*
- *Försvarsspelet ska ha en offensiv inriktning, genom att 3-3, 3-2-1, 4-2 och 5-1 förekommer oftare än 6-0-i början av perioden.*
- *Den taktiska medvetenheten och förmågan ska utvecklas så att spelarna efter hand kan fatta egna beslut och inte enbart styrs av tränarens instruktioner vid match och träning.*

Alla ungdomar ska ges möjlighet att spela handboll oavsett om de har ambitionen att elitsatsa eller inte. Alla handbollungdomar ska också ges möjlighet att utöva flera idrotter. Då den totala mängden träning och tävling tenderar att bli för stor eller aktiviteter krockar med varandra bör spelaren fatta ett beslut kring idrott han/hon vill prioritera. För att utvecklas till en elitspelare och för att undvika skador är det viktigt att delta under hela handbollssäsongen, inklusive försäsong, så att träningen kan anpassas efter spelarens förutsättningar och individuella behov.





Svenska Handbollförbundets ställningstagande beträffande handbollens etik

Svenska Handbollförbundet tar avstånd från alla former av fusk och doping.

Beträffande doping gäller:

- *att enskilda spelare och ledare har ett personligt ansvar att vara insatta i gällande dopningsreglemente och att detta följs.*
- *att föreningarna har skyldighet att informera sina spelare och ledare om dopningsreglementet.*
- *att frågor avseende anti-doping diskuteras i all utbildning på samtliga nivåer.*
- *att anti-dopingsfrågorna behandlas i samband med SHF:s läger- och gymnasieverksamhet.*

Svensk Handboll tar avstånd från alla former av våld, mobbing, nollning, rasism och sexuella trakasserier.

Svensk Handboll tar avstånd från användandet av droger och alkohol samt rökning i samband med träningar, matcher och turneringar.

Inom Svensk Handboll respekterar vi alltid våra medspelare, motståndare och domare genom att uppträda på ett korrekt och sportsligt sätt mot varandra. Vi avhåller oss från alla former av kränkande tal och handlingar.

Alla är välkomna till handbollen under förutsättning att man inte brottsligt utnyttjar sin situation religiöst, rasistiskt och sexuellt. Alla är lika mycket värda och allas synpunkter och åsikter ska respekteras. Alla former av destruktivt tänkande skall bekämpas med ett positivt förhållningssätt.

Det är en självklarhet att alla inom Svensk Handboll arbetar för att barn, ungdomar och vuxna skall känna glädje och trygghet i samband med all handbollutövning.

Inom Svensk Handboll arbetar vi aktivt för att låta ungdomar få inflytande, bli delaktiga och få ta ansvar för utvecklingen av Svensk Handboll. Vi arbetar också aktivt för jämställd handboll och att på olika nivåer få in fler tjejer i beslutande organ.

