

## ABC-ALLT DU BEHÖVER VETA OM HHK

### **A**

- ABC-bok

Är det dokument som du nu håller i handen. Skall vara en hjälp för alla spelare, tränare/ledare, föräldrar och styrelse för att få svar på olika frågor som kan dyka upp. Detta dokument delas ut till alla nya spelare och deras föräldrar och skall också finnas i varje lags sjukvårdsväska. Dokumentet revideras vid behov. *Se även under policydokument.*

- A-lag

Är vårt representationslag och vårt ansikte ut mot övriga handbollsverige. Kostar mer än övriga lag men spelarna i laget får utföra olika arbetsinsatser under säsong för att bekosta sin verksamhet.

- Anmälningsavgift

Är den avgift som tas ut för deltagande i seriespel, cuper och som alla spelande lag måste betala. Föreningen står för kostnaden av anmälningsavgiften. *Se även under cuper och specialidrottdistriktförbund.*

- Ansvarsområden

Varje medlem i styrelsen har ett eget område som den har ansvar för. Hur ansvarsfördelningen i styrelsen är kan man läsa på hemsidan. *Se även under styrelse.*

### **B**

- Bil

Används till seriesammandrag, cuper mm. Vid resa med bil uttas en avgift som bestäms av lagen själva. Chauffören ska vara minst 25 år. Minst haft körkort 4 år. *Se även under kollektiva färdmedel, milersättning, policydokument, resor och trafik.*

- Brännans HF

Är tätortens andra förening som har hand om handbollspelande pojkar. Eftersom Brännan tar hand om pojkarna och HHK flickorna konkurrerar vi inte om några spelare utan föreningarna har ett samarbete för att främja handbollen och få fler att börja spela handboll. *Se även under Ramviks IF.*

### **C**

- Cafeteria

Finns på Öbacka sportcenter och föreningen arrenderar denna av hallägaren. Cafeterian är en viktig inkomstkälla för vår verksamhet. Den är öppen kvällstid måndag till torsdag samt under de helger det förekommer aktiviteter i hallen. Arbetskraften utgörs av spelare i de äldre lagen och föräldrar i de yngre lagen under vardagar samt de olika lagens föräldrar under helger. Cafeterian har verksamhet under tidsperioden september-april. Inom föreningen finns en cafeteriagrupp som planerar verksamheten och lägger schema. *Se även under ekonomi, ekonomiska aktiviteter*

- Cuper

Under säsong kan föreningens lag delta i olika cuper som är sanktionerade av Svenska Handbollförbundet. Föreningen betalar anmälningsavgiften för 1 cup till varje lag. Vill lagen delta i fler cuper än detta så får laget själv bekosta anmälningsavgiften. För gästkort och resor till cuper och står spelaren för det själv. Om laget har haft egna ekonomiska aktiviteter som inbringat intäkter så får dessa användas till gästkort och resor. För föreningens yngsta spelare (D-och E-ungdom) finns ingen serier. Dessa spelar istället cuper hos föreningarna inom distriktet. Anmälningsavgiften för dessa cuper betalas av föreningen. *Se även under anmälningsavgift, bil, ekonomi, intäkter av eget arbete, kollektiva färdmedel, resor och trafik.*

## **D**

- Domare

För att bedriva handboll måste vi ha domare och vid matcher från C-ungdom och uppåt skall det finnas två domare i varje match. I ungdomsserierna är det VJHF som tillsätter domare och alla domare skall ha adekvat utbildning. VJHF:s ambition är att alla A-ungdomar i distriktet skall få en domarutbildning dels för att det gagnar den enskilde spelare som får bättre spelförståelse samt att behovet av domare är stort.. För domaruppdrag utgår ekonomisk ersättning. I cuper för D-och E-ungdom har man oftast bara en domare. *Se även under sekretariat och utbildning.*

- Drogpolicy

Föreningen har en egen drogpolicy som finns i dokumentet *HHK så skall vi arbeta. Se även under policydokument.*

## **E**

- Ekonomi

Styrelsen har huvudansvaret för föreningens ekonomi och det är styrelsen som tar alla ekonomiska beslut. Alla intäkter till föreningen skall finnas på det gemensamma föreningskontot. Dock får varje lag ha ett insamlingskonto där pengar från olika ekonomiska aktiviteter kan gå in. Dessa intäkter skall överföras till det gemensamma kontot så snabbt som det är möjligt. *Se även under ekonomisk redovisning,*

*ekonomiska aktiviteter, ekonomiska beslut, insamlingskonto, intäkter av eget arbete, lagkassor och styrelse*

- Ekonomisk redovisning

Varje lag har en egen resultatenhet där lagets intäkter och utgifter redovisas. Det är önskvärt att varje lag har en ekonomisk ansvarig förälder som då blir mottagare av den ekonomiska rapport som erhålles varje månad. Där finns också redovisning om laget har utfört egna ekonomiska aktiviteter som dom erhållit ersättning för. Dessa intäkter kan laget helt själva bestämma om vad de skall användas till som till exempel resekostnader, gästkort eller lagaktiviteter. Dessa egna intjänade pengar får dock ej användas till att betala medlem-och träningsavgifter till den egna föreningen. Varje lag har ett insamlingskonto dit avgifter till föreningen kan betalas in. *Se även under ekonomi ekonomiska aktiviteter, ekonomiska beslut, insamlingskonto, intäkter av eget arbete, lagkassor, resultatenhet och styrelse.*

- Ekonomiska aktiviteter

Under säsongen förekommer ett antal olika aktiviteter som lagen får medverka i. Det kan vara försäljning av olika saker och diverse aktiviteter varav en är arbete i caféterian på Öbacka sportcenter. Det är styrelsen som beslutar vilka ekonomiska aktiviteter föreningens medlemmar skall delta i och vidarebefordrar denna information till lagföräldrarna som i sin tur informerar övriga föräldrar. *Se även under ekonomi och caféteria. Se även under ekonomi, ekonomisk redovisning, ekonomiska beslut, insamlingskonto, intäkter av eget arbete, lagkassor och styrelse.*

- Ekonomiska beslut

Styrelsen tar gemensamt alla ekonomiska beslut vid sina möten som sker en gång per månad. En förenings alla transaktioner skall revideras en gång om året innan årsmötet och revisorer kontrollerar alltid om det finns styrelsebeslut på olika inköp. *Se även under ekonomi, ekonomisk redovisning, ekonomiska aktiviteter, insamlingskonto, intäkter av eget arbete, lagkassor och styrelse.*

## **F-G**

- Försäkring vid skada

Spelare från 15-år betalar en licens till Svenska handbollsförbundet. Detta gör att samtliga föreningens spelare och ledare blir försäkrade. Försäkringen administreras av Gjensidige, för mer info se [www.svenskhandboll.se](http://www.svenskhandboll.se)  
Denna försäkring bör kompletteras med någon annan olycksfallsförsäkring.

Se även under *licens*.

- F8 och F10

Våra yngsta spelare spelar handboll på liten plan med mjukboll. Till D-ungdom räknas de som är 9-10 år och de som är 7-8 år är E-ungdom. Har inga egna serier utan spelar matcher i minicuper som anordnas av distriktens föreningar. *Se även under A-B-och C-ungdom, juniorspelare, seniorspelare och åldersfördelning.*

- Förälder

Är en mycket viktig tillgång för föreningen. Utan föräldrar ingen förening men det är också viktigt att som förälder vara engagerad i sitt barns idrottande. Vi kommer också att använda dig som förälder vid olika ekonomiska aktiviteter.

- Föräldramöten

Varje ungdomslag inom föreningen skall ha minst ett föräldramöte under säsongen och lämpligtvis läggs det i början av varje tävlingssäsong. På föräldramöten deltar alltid representanter från styrelsen och lagets tränare/ledare.

## **H**

- Handlingsplaner

Finns i dokumentet *När det ofattbara händer* som skall användas om det händer en olycka eller att någon utsätts för kränkning.

- Hemsida

Adressen till vår hemsida är [www.laget.se/HarnosandsHK](http://www.laget.se/HarnosandsHK) och där finns mycket information om vår verksamhet. Varje lag har en egen hemsida där man kan få information om träningstider, matcher och annat. Ta för vana att ofta gå in på hemsidan. Även resultat från det egna lagets matcher kan man få på hemsidan.

## **I**

- Idrottslyftet

Är ett statligt bidrag som kan sökas till olika aktiviteter såsom utbildning, utveckling av föreningen, samarbete med andra föreningar, hallbyggen och mycket mer. Olika bidrag söks på olika ställen såsom hos Svenska Handbollförbundet, Västernorrlands

Idrottsförbund eller Riksidrottsförbundet. *Se även under riksidrottsförbundet, specialidrottsförbund och Västernorrlands idrottsförbund/SISU/Idrottsutbildarna.*

- Information

För att undvika olika rykten så är det viktigt med bra information ut till tränare/ledare, spelare och föräldrar. En informationskälla är vår hemsida och för att informera tränare vad som är på gång så har föreningen tränarmöten en gång/månad och lagföräldrarna har till uppgift att förmedla information ut till övriga föräldrar. Föräldramöte som vi har minst en gång per säsong i varje lag där delar av vår styrelse deltar är också en informationskälla. Alla runt om föreningen får också ta kontakt med styrelsemedlemmarna och med vår kanslist om något är oklart. *Se även under hemsida och policydokument.*

- Inköp

Ibland behöver något lag materiel till sin verksamhet. Alla ekonomiska beslut skall tas av föreningen styrelse och man behöver ha en rekvisition om man skall köpa in materiel. Denna rekvisition erhålles av vår kanslist som också kan informera om vi har avtal med någon speciell butik. Alla inköp sker mot faktura och som referent på fakturan skall stå vilket lag det gäller. *Se även under rekvisition.*

- Intäkter av eget arbete

Ibland kan lag få utföra egna arbeten och få betalt för detta. Dessa intäkter är föreningens pengar och skall redovisas till föreningens gemensamma konto. Dock kommer dessa intäkter att läggas separat i lagets resultatenheter så att laget kan använda dessa pengar till exempelvis resor, gästkort vid cuper och annat. Dessa intäkter får dock ej användas till att betala medlem-och träningsavgifter i den egna föreningen. *Se även under ekonomi, ekonomisk redovisning, ekonomiska aktiviteter, insamlingskonto, lagkassor och styrelse.*

## **J-K**

- Kansli

Vårt kansli finns i en lokal på Skeppar Karls gränd 11, det har vi tillsammans med Brännans, det kallas för Handbollens kansli.

Lokalen kan bokas av ledare för föräldramöten, övernattning mm. genom den gemensamma kalender på laget.se som heter "Kalender Kansli"

<https://www.laget.se/HarnosandsHK-KansliKalender>

- Klubblokal

Vårt kansli är tillika klubblokal och skall användas till träffar som lagen eller dess föräldrar har. På kvällstid och helger kan de som tillhör föreningen låna lokalen. För att vara säker på att inte kollidera med någon annan som har tänkt använda lokalen så måste man boka den. Det görs bäst i kalendern som ligger på kansliet. Be någon lagledare eller styrelsemedlem med tillgång till nyckel om hjälp. .

För att boka klubblokalen se mer info under punkten *Kansli*.

- Kränkningar

Föreningen accepterar ingen form av kränkningar till exempel i form av mobbing, sexuella trakasserier av spelare, tränare/ledare eller andra vuxna inom föreningen. Om det händer måste det genast anmälas till styrelsen. Mer om detta kan man läsa om i dokumentet *Så skall vi arbeta i HHK* och om det är allvarliga kränkningar finns åtgärder beskrivna i dokumentet samt handlingsplan i dokumentet *Då det ofattbara händer. Se även under policydokument*.

## L

- Lagföräldrar

Varje ungdomslag bör ha en eller helst flera föräldrar som blir den förmedlande länken mellan styrelsen, tränare/ledare och övriga föräldrar. Det bör också finnas en förälder som är ekonomiskt ansvarig och administrerar insamlingskontot och är kontaktperson mot vår kassör.

- Lagkassor

Alla pengar som finns inom föreningen är gemensamma och tillhör föreningen eftersom alla föreningens tillgångar skall revideras innan årsmötet och därför får det inte förekomma egna lagkassor som inte redovisas in till föreningen. Dock får varje lag ha ett insamlingskonto för de medel som skall betalas in till klubben. Från detta insamlingskonto betalas sedan alla avgifter in till det gemensamma kontot. *Se även under ekonomi, ekonomisk redovisning, ekonomiska aktiviteter, insamlingskonto, intäkter av eget arbete och styrelse.*

- Licens

Spelare som fyller 15 år måste ha en licens för att få spela. Licensen är ej individuell utan är en laglicens. Genom att licensen är betald så är spelaren försäkrad vid

eventuell skada vid handbollsträning samt vid matcher. Denna försäkring bör kompletteras med någon annan olycksfallsförsäkring. I och med att man betalat licens för lag över 15 år så är alla yngre spelare automatiskt försäkrade inom föreningen för eventuell skada.

- LOK-stöd

Är ett statligt stöd som betalas ut från Riksidrottsförbundet för alla som är 25 år och yngre (från och med 2014-01-01) och som deltar i idrottslig verksamhet och det behöver inte bara vara träning och tävling utan det kan vara ett för laget gemensamt tillfälle där man träffas för att ha trevligt. LOK-stödet redovisas på vår hemsida och varje lag måste ha någon som gör detta. LOK-stödet är en viktig inkomstkälla för föreningen.

- Länslag

VJHF har ansvaret för de länslag som består av spelare från hela distriktet och motsvarar i hockeyen det TV-puckslag som tas ut. Länslaget spelar det år man fyller 15 en cup mot andra länslag som heter Sverigecupen. Bara distriktets bästa spelare uttas till länslaget men förberedelserna för lagets tillskapande börjar flera år tidigare. Uttagning till laget sker genom diverse läger på olika platser i distriktet. Förbundet tar ut en avgift för lägren som fakturerar detta till föreningen som sedan i sin tur tar ut avgiften av den enskilde spelaren. *Se även under riksläger, specialidrottdistriktförbund och Sverigecupen.*

## **M-N-O**

- Medlemsavgift

Medlemsavgiften skall alla som deltar i ett lag betala och den kan betalas som enskild medlem eller så kan hela familjen vara medlem och då betala en familjemedlemsavgift. Man kan även betala medlemsavgift som passiv medlem för att stötta föreningen ekonomiskt. Det är årsmötet som beslutar hur stor medlemsavgiften skall vara. *Se även under träningsavgift och årsmöte.*

## **P-Q**

- Policydokument

Ett antal policydokument är framtagna för att för att alla medverkande i föreningen skall veta vad som gäller i olika situationer. De dokument som är framtagna är följande:

- *Så skall vi arbeta i HHK* ett övergripande dokument som innehåller drogpolicy, trafikpolicy, tävlingsövergripande policy, och hur man skall vara som ledare, spelare och förälder i föreningen.
- *Ny som tränare*, ett dokument för den som börjar som tränare/ledare i föreningen.
- *Ny som spelare*; ett dokument för den som börjar spela handboll.
- *Ny som förälder*; ett dokument som riktar sig till den som låter sin dotter börja spela handboll.
- *Då det ofattbara händer*, dokument med handlingsplaner för åtgärder vid eventuell olycka inom föreningens verksamhet och vid händelser vid allvarlig kränkning.

- Protokoll

Alla styrelsens möten protokollsförs. Dessa protokoll är styrelsen arbetsmateriel samt grunden för revision. Protokollen läggs ej ut på någon hemsida och är inte tillgängliga för medlemmarna eftersom de kan innehålla personuppgifter och det är ingen offentlig handling. Styrelsen beslut delges dock till tränare/ledare och lagföräldrar.

Årsmötesprotokollet finns tillgängligt för alla medlemmar på vårt kansli. *Se även under styrelse och årsmöte.*

## **R**

- Ramviks IF

I Härnösand finns tre handbollföreningar och Ramviks IF är kommunens minsta förening som bedriver handboll och finns i kommunens norra ytterområde. *Se även under Brännans HF.*

- Rekvisition

Vid alla inköp till lag måste man ha en rekvisition som erhålles av vår kanslist som också kan informera om var man skall handla. All inhandling sker mot faktura och som referent anges det lag som gäller. *Se även under inköp.*

- Reseräkning

Alla seriespelande lag inom ungdomssektionen övergår till att administrera resor till seriespel själva. Resekostnader för seriespel rapporteras in med reseräkning till klubben och betalas ut efter godkänd reseräkning. Maxbelopp för reseersättning per åldersgrupp och säsong är 10 000kr oavsett färdmedel. Överstigande kostnader regleras inom respektive lag. Chauffören ska vara minst 25 år. Minst haft körkort 4 år. 25 kr per mil är taxan. *Se även bil, policydokument och trafik.*

- Resor



Eftersom våra äldre spelare har ett stort distrikt att spela i så blir det många och långa resor. Styrelsen rekommenderar att vid resor upp till 10 mil så kan resan företas med bil och vi resor över 10 mil att man använder kollektiva färdmedel eller inhyrda fordon. *Se även under bil, kollektiva färdmedel, policydokument och trafik.*

- Resultatenhet

Ekonomiskt så är varje lag en egen resultatenhet där intäkter och utgifter för respektive lag redovisas. Redovisning sker varje månad till lagets ekonomiskt ansvarig lagförälder. I stort sett är det föreningens gemensamma tillgångar som redovisas men det finns också redovisat på laget har egna intjänade intäkter. *Se även under ekonomisk redovisning.*

- Riksidrottsförbundet (RF)

Är idrottens högsta organisation och på dess riksidrottsmöte tas stora och avgörande beslut för idrotten. Alla specialidrottsförbund som är 69 stycken deltar i riksidrottsmötet som sker vartannat år. *Se även under Idrottslyftet och Västernorrlands Idrottsförbund/SISU/Idrottsutbildarna*

- Riksläger

Spelare som tagits ut i länslaget och spelat Sverigecupen kan uttas till riksläger för kommande landslag och detta administreras av Svenska Handbollförbundet. Förbundet tar ut avgift för läger och resor men föreningen subventionerar dessa kostnader för den enskilde spelaren. *Se policydokument för mer info om ekonomiskt bistånd. Se även under länslag, specialidrottsförbund och Sverigecupen.*

## S

- Sekretariat

Förutom domare måste en handbollsmatch ha fler funktionärer och det är en sekreterare och en tidtagare och inom handbollen kallas detta för sekretariat. I våra ungdomsserier har VJHF krav på att alla som sitter i sekretariatet ska ha adekvat utbildning som tillhandhålls av VJHF. Inom vår förening så måste alla lag ha utbildade sekretariatspersoner och i den funktionen så förlitas vi oss på våra föräldrar. Genom att få sekretariatsutbildning ökas föräldrarnas kunskap om handbollens regler och det blir mycket roligare att titta på en handbollsmatch om man vet vad som händer på plan. *Se även under domare och utbildning.*

- Seniorspelare

Seniorspelare blir man det år man fyller 19 år. *Se även under åldersfördelning*

- Specialidrottdistriktförbund

Västernorrland/Jämtlands handbollförbund (förkortas VJHF) är det distriktsförbund som föreningen tillhör. Förbundet ansvarar för att tävlingsadministrerar ungdomsserier, initiera och utföra utbildningar, utse domare till ungdomsserierna, ha ansvar för länslagen och dess lägerkaptener, ge information och att ha kontakt med distriktets föreningar via deras styrelser. Föreningen betalar en anslutningsavgift till förbundet samt anmälningsavgift för deltagande lag i olika serier. *Se även under anmälningsavgift, länslag, U-DM och ungdomsserier.*

- Specialidrottsförbund

Svenska Handbollförbundet (förkortas SHF) är det handbollens högsta förbund. Tävlingsadministrerar de högsta serierna i landet, elitserie, allsvenskan och division 1. Föreningen betalar en anslutningsavgift till förbundet och måste varje år skicka in en föreningsrapport till förbundet. *Se även under riksläger, Sverigecupen och U-SM.*

- Sponsring

All sponsring skall gå genom styrelsens ekonomikommitté. Kontakten måste tas för att undvika att flera lag inom föreningen går till samma företag och begär sponsring.

Sponsring med pengar till enskilda lag får förekomma men hälften av dessa sponsrings-intäkter ska tillfalla den gemensamma föreningskassan utifrån att sponsring ska komma till del av alla spelare i föreningen. Styrelsen kan ta beslut om avsteg från denna regel. *Se även ekonomi och ekonomiska beslut.*

- Styrelse

Har det övergripande ansvaret för föreningens skötsel och är ansvarig för ekonomi, föreningens mål och vision. Består av sju ledamöter samt två suppleanter. Årsmötet väljer styrelse och det är också årsmötet som utser ordförande för föreningen och det är en ledamot av de sju. Styrelsen arbetar helt ideellt. Namn och kontaktinformation om vilka som sitter i styrelsen finns på vår hemsida där du också kan finna vilka ansvarsområden de olika representanterna har.

- Sverigecupen

Spelas varje år i november och är en cup för länslag och för ungdomar som är 15 år då cupen spelas. Ingår som uttagning till rikslägren. Är en viktig cup om man vill satsa helhjärtat på handboll. Sverigecupen administreras av Svenska Handbollförbundet. *Se även under länslag och specialidrottsförbund.*

- Säsongspanering

Skall göras av varje lags ansvariga inför varje tävlingssäsong och skall beskriva vad som planeras runt laget kommande säsong. Inlämnas till styrelsen.

## **T**

- Trafik

Inom föreningen finns en trafikpolicy och den kan man ta del av i dokumentet *Så skall vi arbeta vi i HHK. Se även under bil, buss, policydokument och resor.*

- Tränare

Våra tränare är en viktig del av vår verksamhet och det är viktigt att de får adekvat utbildning så att de kan ta hand om de barn och ungdomar som finns i föreningen både på ett mänskligt sätt men även handbolltekniskt. Målet för föreningen är att alla våra tränare/ledare har adekvat utbildning. Det är också en ambition inom förening att man har flera tränare/ledare runt ett och samma lag. Våra tränare/ledare bedriver sin verksamhet helt på ideell basis och ingen ekonomisk ersättning utgår från föreningen. *Se även under träning.*

- Träning

Handboll är en vintersport som bedrivs inomhus i idrottshallar. Hallhyran är en stor ekonomisk belastning för föreningen. Det är därför viktigt att föreningens lag utnyttjar sina tider på bästa sätt. Det är därför viktigt att om en spelare inte kan komma till träning meddelar sin tränare/ledare i god tid sin frånvaro så att halltiden kan avbokas om det är för få spelare som kan delta i träningen. Om en träningstid måste ställas in så är det av stor vikt att någon ansvarig i laget meddelar vår kanslist detta så att avbokning kan ske eller om ett annat lag kan nyttja tiden. *Se även under tränare.*

- Träningsavgift

Är en avgift som alla spelare skall betala och den betalas två gånger per år på höst och vår. Träningsavgiften är till för att bekosta alla hyror i de hallar vi använder inom kommunen. Träningsavgiftens storlek bestäms av föreningens styrelse.

## U

- Ungdoms-SM

Är ett nationellt mästerskap för F14, F16 och F18 och spelas i fem steg med utslagning men de medverkande lagen är alltid garanterade att spela i två steg. USM administreras av Svenska Handbollförbundet och spelas på olika håll i landet och föreningen strävar att få hemmaarrangemang det vill säga ha steg här i kommunen. *Se även under specialidrottsförbund och åldersdispens.*

- Ungdomsserier

VJHF administrerar de ungdomsserier som finns inom distriktet och det finns serier för F12 – F16 samt för äldre spelare i en så kallad U18-serie där man kan vara hur gammal som helst. Vid brist på lag i det egna distriktet kan VJHF samarbeta med

andra distrikt och det ger fler och längre resor. *Se även under anmälningsavgift, specialidrottsdistriktsförbund, åldersfördelning och åldersdispenser.*

- **Utbildning**

Föreningens styrelse har ambition att alla tränare/ledare har adekvat utbildning och att vi inom föreningen har utbildade domare och sekretariatspersoner och därför samarbetar vi både med VJHF och SISU/Idrottsutbildarna för att utbilda alla inom föreningen. *Se även under domare, sekretariat, specialidrottsdistriktsförbund och Västernorrlands Idrottsförbund/SISU/Idrottsutbildarna.*

- **Uppsamlingskonto**

Varje lag har en förälder som är ekonomiskt ansvarig och får information från styrelsen om det ekonomiska läget för det enskilda laget. Inbetalningar av medlem-och träningsavgifter, kostnader för resor och gästkort görs till detta insamlingskonto. Den ekonomiska ansvarige lagföräldern för sedan över dessa medel till föreningen gemensamma konto. *Se även under ekonomi, ekonomisk redovisning, ekonomiska aktiviteter, ekonomiska beslut, intäkter av eget arbete, lagkassor och styrelse.*

## **V-X-Y-Z**

- **Verksamhetsberättelse**

Skrivs varje år inför årsmötet och där redovisar styrelsen sitt arbete samt den ekonomiska redovisningen samt revisorernas berättelse. Varje lag i föreningen får beskriva sin avslutade säsong i verksamhetsberättelsen. Detta dokument delas ut på årsmötet men kan erhållas av alla medlemmar efter årsmötet. *Se även under årsmöte.*

- **Verksamhetskonferens**

Föreningens verksamhetskonferens genomförs varje år då handbollsäsongen är slut och det är en förberedelse för kommande säsong. Alla som tillhör föreningen och har ett intresse att av att utveckla handbollen bör delta på denna konferens. På konferensen planeras hur många lag föreningen har inför kommande säsong, vilka tränare/ledare vi har kommande säsong, utvärdering av den gångna säsongen, vilka ekonomiska aktiviteter vi skall satsa på och mycket annat. Under början av året läggs det ut på vår hemsida när verksamhetskonferensen genomförs.

- **Västernorrlands Idrottsförbund/SISU Idrottsutbildarna**

Västernorrlands Idrottsförbund är Riksidrottsförbundets förlängda arm i Västernorrland. Hos detta förbund kan man söka Idrottslyftsbidrag för olika saker. Till förbundet är SISU/Idrottsutbildarna knutna och föreningen använder denna utbildningsrörelse till all vår utbildning. *Se även under utbildning.*

## Å-Ä-Ö

- Åldersdispens

Föreningens ambition är att ha ett lag i varje åldersgrupp det vill säga två lag i varje åldersgrupp då det gäller F8 - F16. Vissa år kan man dock ha för få spelare och då kan man använda yngre eller äldre spelare i laget. Om man använder äldre spelare (överåriga) så måste man söka åldersdispens hos VJHF för att få ha med en överårig i laget. Det görs på särskild blankett. Det finns särskilda regler hur många spelare som får vara överåriga på plan samtidigt och information om detta finns att läsa om i VJHF:s tävlingsbestämmelser. *Se även under åldersfördelning.*

- Åldersindelning

I handbollen finns följande åldersindelning:

- Seniorspelare, är man från det år man fyller 19.
- U-18 spelare är den spelare som är 17-18 år.
- F16 kallas den serie där spelare är 15-16 år.
- F14 kallas den serie där spelare är 13-14 år.
- F12 kallas den serie där spelare är 11-12 år
- F10 kallas den serie där spelare är 9-10 år.
- F8 kallas den serie där spelare är yngre än 9 år.

Alla åldersklasser är två år innan man byter.

- Årsmöte

Föreningens viktigaste möte där alla som finns inom föreningen bör medverka i. Genomförs oftast efter säsongen. På årsmötet väljs föreningens nya styrelse och styrelsens förvaltning av föreningen och dess ekonomi granskas. Det är årsmötet som ger styrelsen ansvarsfrihet för den gångna säsongen. Det är också årsmötet som godkänner den verksamhetsplan som styrelsen tagit fram inför kommande säsong och det är årsmötet som beslutar om medlemsavgiftens storlek. För att ta fram nya styrelsemedlemmar finns en valberedning. Vilka som sitter i styrelsen framgår av hemsidan och vilka som ingår i valberedningen kan man få information om på vårt kansli där man också kan få ett exemplar av årsmötesprotokollet. *Se även under styrelse.*