



FÖRÄLDRA MÖTE FRÖTUNA

Roller och administration kring laget

- **Tränare**

Emelie Ljung
Adam Germunder
Peter Johansson
Sara Sandstedt
Magnus Wetterhall
Diman Svensson

- **Administrativ ledare**

Caroline Edstråle

Är styrelsens och föreningens kontaktperson som tar emot administrativ information från föreningen och som kallas till möte ett par gånger per år.

- **Lagföräldrar**

Malin och Jonas Melin (Oskars föräldrar)
Håkan Oppagård (Ludvigs pappa)
Tabita Dahl Guggi (Emil G:s mamma)



Information om kommande / nuvarande säsong



- **Det här tränar vi på nu:**
 - Passningar
 - Hantera bollen samtidigt som vi blickar upp/framåt
 - Olika teknikövningar
 - Vad vi ska tänka på under matcher
- **Det här är vi bra på / Det här är våra utmaningar**
 - Utmaning: Få alla att vara tysta och lyssna under träningar. Viktigt så att vi hinner med det vi har planerat under träningen.
- **Seriespel**
 - Vi har två lag i seriespel i blå serie denna säsong. Vi kommer även få möjlighet att vara med och spela i P12:s lag i blå serie.
- **Kallelser till träningar och matcher / laget.se**
 - Kallelse till träning och intresseanmälan till match besvaras med kommer eller kommer ej.
Kallelse till match sker sedan separat.
- **Träningar**
 - Vi börjar träningarna med att bygga sarg. På onsdagar ska vi även plocka undan sargen. Detta ska i första hand barnensköta själva, men vi ser också att ni föräldrar hjälper till.



- **Närvaro och frånvaro**
 - Vi registrerar närvaro vid träning och match. Närvaro och aktivt deltagande vid träning, är en parameter som vi tar hänsyn till när vi tar ut vilka som ska få spela match.
- **Aktiviteter för att tjäna pengar till laget**
 - Utöver caféverksamhet planerar vi inte för någon ytterligare försäljning för laget under denna säsong.
- **Cuper**
 - Vi planerar att vara med i Storstretacupen (4-6 januari 2024). Anmälan för laget betalar vi med pengar från lagkassan. Kostnad för deltagande och transport mellan arenor är 220 kr/barn som var och en betalar själv. Intresseanmälan kommer skickas ut och den är bindande, då vi måste veta antal lag vi ska anmäla.
- **Fotografering**
 - Fotografering kommer att ske 7/11 kl. 18.45 i Sävja kulturcentrum. Lappar med godkännande från förälder om deltagande i fotograferingen kommer att lämnas ut och medtages senast i samband med fotograferingen.

Ideellt arbete - Vad förväntas av dig som förälder

- **Våra hemmamatcher**

Vid våra hemmamatcher blir föräldrar kallade att hjälpa till med sekretariatet, matchvärdskap och kioskförsäljning. I samband med utskick om vilka barn som är med på hemmamatch meddelas också vilka föräldrar som ska hjälpa till och med vad. Vi försöker fördela arbetsuppgifterna så jämnt vi kan under säsongen. Den som inte har möjlighet att hjälpa till när man blir kallad, ordnar ersättare själv och meddelar via laget.se vem som är ersättare.

- Matchvärdskap

Varje lag ska ha två matchvärdar till varje hemmamatch (tom röd nivå).

Ska verka för ett trevligt arrangemang under matchen och se till att åskådare inte yttrar negativiteter så våra barn kan känna sig trygga när de spelar.

Instruktioner och mer info i Styrdokumentet.

- Sargvakter

Hjälper till under match ifall sargen behöver justeras eller ställas upp/ner.

- Cuper och cafeteria

Vid våra egna cuper och föreningsdagar turas både lagen och dess föräldrar om att ansvara för kiosk, matchvärdskap och andra roller som behövs.



Information från Frötuna

- **Sporthallar och träningstider**

Vi har aktiviteter i salarna både före och efter oss, både vid måndags- och onsdagsträningen. Vi samlas i omklädningsrummet och väntar där på vår tur att gå in i salen. När vi avslutat träningen är det viktigt att vi lämnar salen direkt, så efterföljande aktivitet kan komma igång på utsatt tid.

- Medlemsavgifter

1620 kr för säsongen 23/24 (200 kr medlemsavgift + 1420 kr spelaravgift)

- Klädkod

Frötunas klädkod finns att läsa i Styrdokumentet.

- Kläder – matchkläder och träningskläder

Föreningen tillhandahåller matchtröja och matchshorts. Strumpor står spelaren för själv. Träningskläder finns på www.enenda.se

- Cuper

Föreningen bistår med cupbidrag varje säsong. Finns att ansöka om.

- Föräldramöten och information från laget

Föräldramöten ska enligt Styrdokumentet ske 2 ggr / säsong.





Frötunas vision

Vi som förening vill att alla spelare och ledare ska ha möjlighet att delta i vår verksamhet utifrån individens egna förutsättningar, där engagemang, utveckling och gemenskap är våra värdeord för hur vi vill bedriva vår föreningsverksamhet.

Vår verksamhet

Vi vill att Frötuna ska vara en attraktiv förening, som har engagerade ledare och som

bidrar till ett livslångt idrottande, dit spelare och ledare kan vända sig och alltid vara välkomna att delta i vår verksamhet.

Ambition är att bedriva verksamhet som utvecklar, engagerar och ger alla individer fortsatt energi att vilja vara långsiktiga i föreningen oavsett om du är som spelare, ledare, motionär eller styrelsemedlem

Bra att veta!

Frötunas hemsida - www.frotuna.com

- Här finns alla lagen samlade
- Kontaktuppgifter
- Statistik
- Samlade dokument
- Hur du blir medlem i föreningen
- Med mycket mera!

Styrdokumentet

Frötunas egna "bibel". Här finns allt att veta och hur det fungerar i vår förening.

Ett levande dokument som regelbundet ses över och uppdateras.

Finns på vår hemsida, i huvudmenyn under "Mer".



Övrigt

Innebandy på lika villkor

Frötuna erbjuder ett bidrag vars syfte är att göra idrotten tillgänglig för alla barn och ungdomar där ekonomin begränsar möjligheten att delta.

Ansökan om bidrag görs brevledes och instruktioner finns här i styrdokumentet.

En ansökan behandlas av en styrelserepresentant med största sekretess.



Bli medlem eller sponsor!

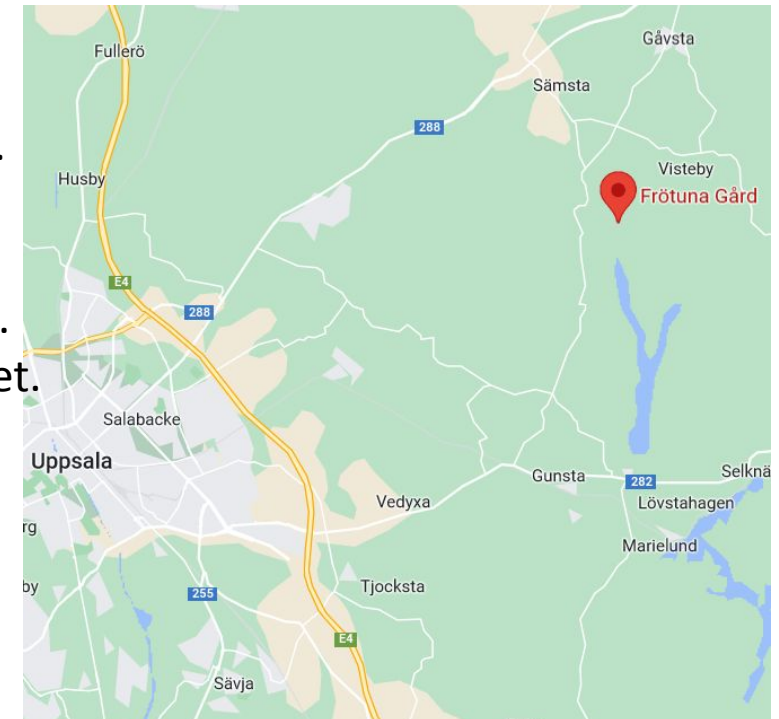
- Ett medlemskap i Frötuna kostar 200 kr. Lika mycket som ett klubbhäfte.

[Eftersom det inte finns köptvång i föreningen, erbjud föräldrarna att bli medlemmar istället för att stötta klubben och de aktiva].

- Vill du sponsra en välmående, jämställd förening? Kontakta info@frotuna.com

Härligt att ni är en del i en av Upplands största föreningar!

- Bildades 1988. Vi är en av tre som finns kvar sedan 1988.
- Har flest licenserade medlemmar i Uppland under våren 2023.
- 25:e störst i Sverige våren 2023.
- 21 lag i seriespel säsongen 23/24
- Vi har damlag, herrlag, ungdomslag, barnverksamhet och motionsgrupper
- Vi lånar ut två matchtröjor och shorts till utespelare. Målvakterna får låna tröja, byxa, mask, bröstplatta, knäskydd och handskar.
- Det finns inget köp- eller säljtvång i Frötuna, vi finansierar vår verksamhet ändå.
- Frötunas ungdomskommitté
Representanter från ungdomslagen som är styrelsens förlängda arm ut till lagen.
Hjälper till med bla tidsfördelning, planera Frötunadagen och belastningsregistret.
- Namnet **Frötuna IBF** kommer från föreningens första ordförande som bodde i Frötuna.





Innebandy- och bolleken är ett unikt koncept framtaget av Frötuna och Mattias Tidare. Filmen är gjord av RF-SISU för att sprida vår idé vidare.

Klicka på bilden för att se filmen.