



Rev 2020-08-24

## Välkommen till Kubikenborgs IF

Vi är en förening som bildades 1919. Vi har idag ca 300 st aktiva ungdomar i föreningen i 13 olika lag samt ett A-lag i div 4. Totalt är vi ca 70 st ideellt arbetande föräldrar och vuxna. Vår policy är att aldrig leva över våra tillgångar och alla måste dra sitt strå till stacken.

Vi har bestämt att vi ska vara Sundsvalls bästa ungdomsförening med egna barn och ungdomar som vår viktigaste resurs. Vad vi menar med bäst är att vi ska ge dem en fin start i livet genom att skapa en positiv anda, trygg gemenskap, kamratskap och ett socialt nätverk för livet. I våra intressen ligger att fostra en god medmänniska och föreningsanda före att elitsatsa.

I det här dokumentet finns information för nya lag att som vill starta igång, men också en information till nya föräldrar.

För att vi ska få ett lag att fungera behöver alla föräldrar hjälpas åt med vissa funktioner. Det som behövs till en början är:

### **Detta behöver ni som lag:**

Tränare – Minst 2 st. En tränare från varje lag sitter med i Sportkommittén. I Sportkommittén hanteras alla frågor kring laget t.ex. träningstider, seriespel och tränarutbildningar.

Lagledare 2st. Lagledarna sitter även i Ungdomskommittén. Där behandlas frågor angående ungdomslagen t.ex. kubendagen, avslutning mm. Lagledaren har även ansvar för lagets hemsida.

En hemsida ska upprättas på Laget.se. Där använder ni Silverpaketet. Alla spelare och föräldrar ska läggas in där. All information och kommunikation med föräldrar hanteras där. Kansliet hjälper på begäran till med detta.

Kassör- En person som sköter lagets kassa.

Material: Ni behöver bollar, västar, nyckel till Kansliet och förrådet.  
Kontakta Kansliet för hjälp med detta.

Vid ytterligare information eller frågor så kontakta Ert fadder lag som gärna hjälper er!  
Fadder lag är laget som är tre år över Ert lag. Exempelvis är P09 faddrar för P12.



Rev 2020-08-24

## Avgifter 2020

Alla som vill vara med betalar en medlems- och träningsavgift. Medlemsavgiften är densamma för alla, för närvarande 300 kr. Träningsavgiften stiger ju äldre barnen blir, se tabell nedan.

Åldersgrupp	Lag 2020	Medlemsavgift	Träningsavgift	Totalt
U15, U17, U19	300	1800	2100	
P13-14	-06/-07 300	1500	1800	
P11-12	-08/-09 300	1400	1700	
P9-10	-10/-11 300	1300	1600	
P7-8	-12/-13 300	800	1100	
P6	-14 300	300	600	

Medlemsavgiften för 2020 är beslutat på årsmötet 2020. Alla medlemsavgifter för spelare inkluderar hela familjen. Familj med flera aktiva spelare betalar således bara en medlemsavgift. Denna avgift är 300 kr för alla, oavsett ålder. Medlems- och träningsavgifterna skall täcka hyra av planer, inköp av material, anmälningsavgifter till cuper och seriespel, etc.

För spelare som börjar efter sommaren gäller medlemsavgift och halv träningsavgift. Observera att avgiften gäller för den träningsgrupp man tillhör, inte nödvändigtvis åldern på spelaren! Åldersgrupp ovan gäller som årskullgrupp i verkligheten. De yngsta i klubben är P6 (Pojkar 6 år). I år 2020 är de födda år 2014 osv. Avgifterna faktureras via laget.se och faktura skickas ut under mars månad 2020.

## Bidrag till medlems- och träningsavgifter

Det finns möjlighet att söka bidrag till medlems- och träningsavgifter. Man kan söka bidrag bland annat via:

- Svenska kyrkan – barnens guldkant <http://www.barnensguldkant.se/>
- Majblommekommittén  
<http://www.majblomman.se/Sok-bidrag/Lokalforeningar/sundsvall/sundsvall/>

## Uppgifter

I föreningen finns obligatoriska aktiviteter som alla spelares föräldrar skall delta i:

- Delta som funktionär vid Sundsvall fair play trophy, en fotbollscup som spelas i augusti 2020.
- Kubendagen (städ-/ föreningsdag på Kubenplanerna)
- Försäljning av föreningsbeting (2020 Kubenhäften och Sockgrossisten)
- Arrangemang vid A-lagets hemmamatcher (bollkallar).
- Sommarfotbollsskolan (gäller stöd för de minsta åldrarna)
- Vara beredd på att ta på sig olika ansvarsroller som t.ex. lagledare, tränare, kassör,



Rev 2020-08-24

koordinering av sammandrag i laget eller olika uppdrag i föreningens kommittéer.

- Arbeta vid sammandrag (bakning, kioskjänst mm).

För oss som varit med några år så är det inga betungande uppgifter vi har i klubben, utan hjälps vi alla åt kommer både ni som föräldrar och Era barn att ha många roliga år framför Er.

## Utrustning

Det ni behöver för Ert barn är lämpliga skor och träningskläder. Se till att klä på Ert barn ordenligt på hösten och våren, då det är viktigt att de är varma och inte behöver lägga energi på att frysa på träningarna. Hellre för mycket kläder än för lite.

Det kommer finnas möjlighet att beställa träningskläder med Kuben logga och namn. Lyssna med Ert fadder lag vad som gäller just i år.

## Tränarsysslor

Följande sysslor ligger på tränarna att hantera.

- **Deltagare i sportkommittén 2 st, där följande avhandlas**

- Träningsstider
- Tränarutbildning
- Material
- Spelarutvecklings plan
- Inspiration
- Lagsamarbeten
- Ta hjälp av de äldre lagens tränare
- och hjälpa de yngre

- **Planera träningar**

- **Träningsnärvaro** (Rapporteras in via laget.se eller appen)

- **Laguttagningar**

- Info ut på Laget sidan
- Laglistor innan match
- Föra in på Fogis (fr o m 9-manna)

- **Tränarinformation till föräldrar**

- Laget sidan (reflektioner vid cuper, träningar m.m)
- Föräldramöten

- **Planering kring laget**

- Seriespel och cuper
- Sommarledighet
- Träningar vinter/sommar
- Team building



Rev 2020-08-24

- o Söka nya tränings tillfällen (ändrade förutsättningar pga tex match på vår tid)
  - o Lång och kortsiktig planering för laget
  - o Nästa år? Cuper?
  - o Långsiktigt mål?
  - o Följa klubbens riktlinjer
- **Material/info för vidare support från lagledarna**
    - o Komma med önskemål om informationshjälp och annat som ska gå via lagledarna till föräldrarna.

## **Lagledarsysslor:**

### **Delta i Ungdomskommittén 2st, möte ca 1 gång i månaden**

Vi diskuterar, beslutar och planerar allt som rör ungdomslagen och deras ledare

Tränarkläder

Fotografering

Kubendagen

Kuben avslutningen

Gemensamma samlingsplatser vid cuper. (VI känsla, lära känna varandra över åldersgrupperna)

Kick off

Information till nya lag

Gemensamma punkter till föräldramöten

Fadderupplägg

Föreningsdomare

### **Fördelar arbetet inom laget och informerar föräldrarna**

Föräldrakontakter

Föräldramöten

Matchkallelser till/ från andra lag

Ser till att planerna är bokade rätt vid seriematch

Domare

Cupanmälan

Serieanmälan

Laget sidan: uppdaterar kalendern, information, nya medlemmar

### **Punkter som vi delegerar till föräldrar:**

2 föräldrar som deltar i planeringen av eventuell cup (Sundsvall fair play trophy)

Kubendagen

Sammandrag

Fotbollsskola

Säljansvarig (-a) föreningsbetingen

Kubnavslutningen

Bollkallar

Städning av Kansliet



Rev 2020-08-24

## Riktlinjer

Riktlinjerna skall fungera som en vägledning till hur vi uppför oss i klubben och agerar mot varandra. Tillsammans med klubbens policy fungerar riktlinjerna som klubbens ”lagar”. Det hör till allas ansvar, både ledare, föräldrar och barn att veta vad som gäller i klubben.

### Riktlinjer för Ledare

- Skall fortlöpande delta i utbildningar enligt de krav de som finns i spelarutbildningsplanen.
- Skall delta i klubbens aktiviteter, t.ex. ledarmöten, informationsmöten, uppstartmöten etc. Detta för att skapa en stark tillhörighet med föreningen så att ledare kan ställa upp på föreningens krav och villkor.
- Skall visa ödmjukhet både på och utanför plan.
- Skall genom ordning och reda, under träningar, matcher och cuper skapa disciplin i gruppen.
- Vi behandlar våra medlemmar lika enligt föreskrivna regler och policys.
- Skall vara mottagliga och agera på den kritik som ges.
- Skall visa hänsyn och ställa upp för alla inom föreningen.
- Skall prioritera lagsammanhållning, trivsel och motverka grupperingar (främst i yngre lag).
- Skall komma i tid till träningar och matcher.
- Skall rapportera närvaro vid träningar, matcher och cuper enligt aktuell rutin.
- Skall hålla ordning på lagets ekonomi.
- Skall behandla och uppträda juste mot domare, motspelare och övriga ledare.
- Skall i alla lägen vara goda föredömen och sprida en positiv anda.

### Riktlinjer för Spelare

- Skall visa god kamratskap och ha roligt tillsammans oavsett idrottsliga resultat.
- Skall uppträda med god förenings- och lagkänsla.
- Skall visa hänsyn och respekt mot varandra eftersom vi alla är unika individer.
- Skall visa hänsyn mot medspelare, motståndare, domare, ledare och publik.
- Skall alltid prestera efter sin bästa förmåga, genom hänsyn, fairplay och ödmjukhet.
- Skall komma i tid till träningar och matcher.
- Skall meddela frånvaro i tid enligt överenskommen rutin.
- Skall ha rätt utrustning med sig till träningar och matcher.
- Skall inte träna när man är sjuk eller skadad.
- Skall återlämna lånat material från föreningen, typ matchställ, i det skick man fått det.
- Skall säkerställa att skolarbetet inte blir lidande pga träningar, genom god planering.
- Skall i alla lägen vara goda föredömen och sprida en positiv anda.
- Skall respektera tränare och ledare genom att följa uppsatta riktlinjer och policys, såväl lagets som föreningens.



Rev 2020-08-24

## Riktlinjer för förälder

Ni som föräldrar är en förutsättning för att vår förening ska fungera. En del ställer upp som ledare, tränare eller finns med i grupper runt matcharrangemang. Andra köper lotter, bakar bullar eller säljer fika. Ni är **alla** värdefulla och ni behövs.

Föreningen tar totalt avstånd från dåligt uppförande från föräldrar vid sidan av planen mot domare, tränare och spelare. Föräldrarnas viktigaste roll är att positivt uppmärksamma alla spelare i med och motgång. Föräldrarna utgör en viktig resurs för föreningen och skall:

- Skall ha kännedom om föreningens riktlinjer och policys.
- Skall hjälpa till vid lag- och föreningsaktiviteter.
- Skall rapportera frånvaro till tränarna enligt aktuell rutin.
- Skall säkerställa att Ert barn inte tränar vid sjukdom eller skada.
- Skall betala in avgifter i tid för att försäkring och licens ska gälla.
- Skall se till att ditt barn har rätt utrustning.
- Skall delta på föreningsmöten man kallas till.
- Skall ställa rimliga krav på våra ledare och barn.
- Skall inte ge instruktioner till barnen under matcher och träningar. Det är ledarnas ansvar.
- Skall agera i en positiv anda och uppmärksamma glädjeämnen, tex den fina passningen eller kämpainsatsen.
- Skall låta barnen idrotta på sina egna villkor och ha roligt tillsammans.

## Kom ihåg!

- Det är barn!
- De här är en lek!
- Ledarna ställer upp ideellt!
- Domarna är mänskliga!



Rev 2020-08-24

## Ny i kuben – personuppgifter

Följande blankett kan användas för att ta in uppgifter från föräldrar och användas som underlag till upplägg på laget.se.

### Kubikensborgs IF P \_\_\_\_\_

#### Spelare

Förnamn:		Efternamn:	
Personnr, ange också de 4 sista:	Mobiltelefon:	Telefon hem:	
Adress:		Postnr, Ort:	
e-post:			
ev. allergier:		Tilldelad tröja nr: <i>Fylls i av ledare</i>	

#### Förälder 1:

Förälder 1:			
e-post:			
Personnr, ange också de 4 sista:	Mobiltelefon:	Telefon hem:	
Adress:		Postnr, Ort:	
Förälder 2:			
e-post:			
Personnr, ange också de 4 sista:	Mobiltelefon:	Telefon hem:	



Rev 2020-08-24

Adress:	Postnr, Ort:	

## Spelarförsäkring

Nedan gäller för den spelarförsäkring som finns för alla spelare som betalt medlems och tränaravgiften i Kuben.

Spelklar är en kostnadsfri telefonrådgivningstjänst för de som spelar fotboll. Hit kan spelare, ledare och föräldrar ringa för att få råd om hur man håller sig skadefri genom att själv förebygga skador och besvär som kan uppstå i samband med idrottsaktiviteter. Är man redan skadad får man tips om hur man blir spelklar.

Rådgivningen utförs av legitimerade sjukgymnaster/fysioterapeuter hos Aleris, alla med specialkunskap om idrottsrelaterade besvär.

Tjänsten är ett samarbete mellan Svenska Fotbollsförbundet och Folksam.

Spelklar nås på telefon 020-441111.

Läs gärna mer på

<http://www.folksam.se/forsakringar/idrottsforsakring/spelklar-radgivning-svff-klubbar>  
. Här finner du också "Knäkollen".

Kuben har genom Svenska Fotbollsförbundet tecknat en olycksfallsförsäkring hos Folksam för sina medlemmar som gäller under träning och match. Genom spelklar får man också vägledning om hur man gör en skadeanmälan till Folksam.