



Strängnäs Innebandyklubb

## Ledarträff SIBK 2018-11-25

**Närvaro:** Tommy Eriksson Dam, Philip Nystedt A-lag, Kristina Levin DJ, Lotta Andersson HJ + JAS, Anders Klang HJ + JAS, Micke Andersson P04/Peter ErikssonP04/Stefan Johnsson P04, Johan Karman P/F 07, Sara Dahbo P/F 07, Tony Palmqvist P08, Matin Lärnestad P/F12, Maria Alm (F07/11), Carina Lundberg och Maarit Nilsson från styrelsen.

**Plats:** klubbrummet, Thomashallen Tid: 1030 – 1200

**Nästa ledarträff: vi återkommer om tid.**

### Information från styrelsen

Mötet bestämde att framtida ledarträffar ska hållas på vardagar för att undvika matchkrockar.

- P06 kommer att anordna en cup under april månad (datum ej spikat ännu). Minibar (SIBKs kioskleverantör) har en lösning för cuper och liknande evenemang.
- H3 nedlagt för i år. Styrelsen meddelar att man jobbar på att återinföra H3 med sikte på att ha ett herrlag i division 2 nästa säsong.
- HJAS – har haft som mål att till jul få killarna att bli ett sammanspelande lag för det är många nya som tillkommit och sen börja kunna vinna fler matcher.
- DJ – spelar ihop med Standard - samarbetet flyter på mycket bra och tjejerna lär känna varandra, har kul och blir mer och mer samspelade.
- Ungdomssektionen – träningshelg i Oxelösund (3 spelare med i SM från SIBK).
- Sörmlandsidrotten – styrelsen har träffat dem och de gav tips på rekrytering av ledare.
- Innebandyskolan är i gång och Martin är ny ledare. Välkommen!
- Yngsta flicklaget F07/11 igång!
- **Biljettkiosken** - funkar bra! Smidigt system tyckte flera som provat.
- **Medlemskort** ska ha gott ut till alla medlemmar men det kan vara spelare som inte fått ut sina digitala medlemskort. Alla lagledare bör uppmana sina spelare att lägga in korrekta mobilnummer på laget.se så kan en uppdatering av medlemsuppgifterna göras (till 12 december). Maarit återkopplar till Magnus W om detta.
- Nattvandringen på marknadshelgen var uppskattad och ett bra samarbete mellan medverkande aktörer.
- **SIBK-muggen** (300kr och gratis kaffe på alla våra matchsammanshang (inte bara i Thomashallen, bör justeras i infon).
- **Sparbankens event Föreningsvännen** är en konsert där 300 personer bjudits in, och deltagarna uppmanas att swisha till förmån för SIBK. SIBK står i garderoben till eventet den 17/12.

- **Nycklar.** Anders informerade om nycklar. Nyckeln OFG 51842 från (Karinslund) ska tillbaka till Anders. Arbetet med att få kontroll över klubbens nycklar fortsätter och Anders föreslår att lagledarna ansvarar för nycklarna. Hör av er till Anders om eventuella nyckelbehov. Damlaget undrar om de kan få nyckel till materialförråd i klubbrummet. Anders tar frågan till styrelsen och återkommer.
- **Jobbtorget styrelsen jobbar på att få till en kansliställd för SIBK.** Martin tipsade om att Samhall kan vara en resurs också.
- **Förhoppningen är att en kansliställd kan hålla klubbrummet öppet kvällstid** (Läxläsning, inventering osv).
- **Tips! Sök stöd hos Majblomman.** I gång per år och per familj.
- **Bytardagar, skor/kläder/glasögon/klubbor...** Klubben planerar för en bytardag under augusti, en tanke är att ha ett bytesskåp som för hockeyn (om vi får en kanslitjänst). Bytardag/bytesskåp med prislapp på varor man vill sälja (alt. ge bort)

### **Polycys och utbildningsfrågor**

- **Genomgång förslag på policy för Sponsring ungdomslag** (se bifogad bilaga). Ta hem och fundera över om ni har något ni vill återkoppla. **Dock senast v. 2 2019 till styrelsen.**
- **Kort om policyarbetet.** Det finns ett antal underlag (utkast) som styrelsen gärna vill ha ledarnas input på. Maria A lägger upp utkasterna på ledarnas sida på laget.se (informerar när de ligger där) och vill ha återkoppling senast vecka 3 2019 från de olika arbetsgrupperna på respektive nivå. Maria mejlar kontaktpersonerna som listats ovan och ber dem samla de olika nivåerna (grön/blå/röd/svart).
- **SIU utbildning för grön och blå nivå** – Maarit tar frågan vidare och återkommer till ledarna.
- Utbildningar av SIBKs ledare. Hur ser det ut bland lagen med olika utbildningar? Många deltog exempelvis i domarutbildningen. Klubben behöver skaffa sig en överblick över hur det ser ut med utbildningsnivån på ledarna. Styrelsen ska strukturera upp underlag från Ibis och lagen.
- **Om man vill gå utbildningar** för grön nivå så får anmäla man det till Maria A (kontaktperson Grön Nivå), Johan B (kontaktperson på röd nivå) eller Maarit/Sara (kontaktperson blå nivå). Maarit/Sara – kollar med Janis på Södermanlands innebandyförbund för att se hur utbildningar riggas i Ibis då det uppstod frågor kring varför vissa utbildningar inte syns i Ibis.

### **Input från lagen**

- **Uppdatering om spelare per lag** (få/många), hur ser det ut? P08 är 32 st och P/F07 har fått ytterligare 7-8 spelare under terminen.
- **Uppdatering om materialbehov-** F07/11 behöver nytt matchställ, då flera av tjejerna behöver större shorts). P/F 07 behöver matchställ till sina nya spelare.
- **Behov av utbildningar i hjärt-, och lungräddning nämndes** (ex nämndes Maria Hörnqvist, och att Sörmlandsidrotten har utbildningar).
- **Damlaget** – uttryckte besvikelse över träningsituationen. Damlag/DJ vill ha möjlighet att träna på fullstor plan varje träning och öka på antalet träningar per vecka. Tommy vill verka för att rekrytera fler damlagsspelare till klubben och vill kunna marknadsföra med exempelvis bra träningstillfällen för att vara relevant för nya spelare. Styrelsen och damlaget fortsätter att diskutera denna strategiska fråga vid separat möte.
- **DJ vill åka buss till Gävle för att kolla på SM.** DJ undrar om också JAS är intresserade av att åka upp och kolla på lagkompisarnas matcher. Maarit kollar med Tobbe om möjlighet att fixa gemensam buss. Lördagen den 5 januari föreslås.

- Alla lag ska ha en medicinväska (hör av er till styrelsen om ni inte har en till laget).

### Information om skador – Andreas Å (ansvarar för skador inom A-laget) gästar ledarmötet

- **Stukningar, bristningar och lårkakor** tas omhand genom linda och lägga på ett hårt tryck så fort som möjligt för att motverka blödning. Man ska linda så fort som möjligt och linda nedifrån och upp i zick-sack mönster på ett stort område. Man ska inte lämna några ytor öppna utan linda hela området (annars riskerar blödning/svullnad att leta sig till området som inte lindats). Tips att använda den bruna rejäla lindan och linda hårt 10-15 min för att sedan släppa på trycket och linda vanligt (lagom hårt). Stukningar ska lindas och man kan ge alvedon för att ta bort smärtan. Bra att ligga med fot i högt läge för att få ner svullnaden. Högläge betyder över hjärtnivå. Hur man lindar och tejpar. YouTube instruktioner för tejping. Föräldrar ska ta sitt ansvar (åka in eller inte tex), viktigt med dialog.
- **Ispåsar** har ingen evidens. Men kan lindra smärta och det är bra att ha en handduk mellan hud och ispåse. Om spelarna själva kan hålla i ispåsen och reglera hur länge de håller den direkt mot hud så fungerar det med korta tider mot hud utan risk för förfrysning.
- **Aktiv vila** efter stukning. Man bör använda sin fot så snart man kan, ömt och stelt är ok men det ska inte smärta. Man bör försöka att gå som vanligt, och undvika att låta musklerna jobba på fel sätt.
- **Trauma omhändertaganden**, kom ihåg att inte rusa in i en situation, gå fram lugnt. Alla blir skrärade (även du själv) om du springer fram, så ta ett djupt andetag och agera lugnt. Så signalerar du lugn.
- Andreas förespråkar vatten som vätska. Undvik energidryck, (även åldersgräns på viss energidryck). Resorb/Vätskeersättning behövs ej i normalfallet. Kanske under varm/lång cup och då räcker det att fylla på med sådant på kvällen (chips/salt går lika bra!).
- **Skallskador, hur gör man?** Kolla av med spelaren, hur hen mår. *Second Impact Syndrome* kan inträffa när en andra skada sker kort efter en första skada. Så om man misstänker skallskada ska personen vila, inte in på plan igen. Ring 1177 för stöd och om personen som slagit sig, är personen sig olik så åk in till akuten. Minnesluckor, illamående, seg i huvudet är varningsklockor vid skallskada.
- Spelare ska inte spela/träna med ont i halsen, feber.
- **Håll koll på sår, rodnader under såret** – kan vara streptokocker och då är det viktigt att åka in med såret. Tvätta sår med tvål och vatten.
- **Slå upp ögonbrynet.** Tryck på såret med en handduk.