



Till dig som är förälder till  
spelare i IFK Uppsala

## Välkommen till IFK Uppsala!

Med denna information vill vi ge dig en första inblick i vår verksamhet och vad du kan förvänta dig av föreningen samt vad föreningen kan förvänta sig av dig som förälder till spelare i IFK Uppsala.

## Om IFK Uppsala

IFK Uppsala var en av de första föreningarna som bildades inom den rikstäckande organisationen *Idrottsföreningen Kamraterna* (IFK). Föreningen bildades 1895 och var först i Uppsala med bland annat friidrott, fotboll och bandy.

Under tidigt 1900-tal var IFK Uppsala en elitförening. Mest känd är föreningen kanske för sina tolv SM-guld (svenska mästare) i bandy. Föreningens fotbollslag spelade bland annat finaler i svenska mästerskapet 1907, 1908 och 1911. Vi har anledning att vara stolta över vår historia.

Föreningen har en huvudstyrelse som har det övergripande ansvaret för hela föreningen. I föreningen finns det två sektioner; fotboll och bandy. Sektionerna administrerar sin egen verksamhet, men är underställda huvudstyrelsen.

Fotbollssektionen har en anställd sportchef som samordnar verksamheten. Det finns även två utbildningsansvariga; en för barn 5-9 år och en för ungdom 10-19 år. Sportchef och utbildningsansvariga hjälper ledarna i alla lag.

## Föräldraengagemang

Verksamheten bygger upp till cirka tio års ålder på ideellt föräldraengagemang, med stöd från föreningen. Alla föräldrar kommer att behöva hjälpa till på något sätt för att laget skall kunna fungera bra.

Föräldrar som engagerar sig i lag för barn 5-9 år tar med andra ord hand om sina egna och andras barn utan ersättning. Att vara ideell ledare är inte bara roligt utan även viktigt. Vi gör allt för barnens skull och som ledare kommer man att vara förebild för många barn. Vänligen behandla våra ideella ledare med den respekt de förtjänar.

När barnen blir äldre, cirka 10-12 år, anställer föreningen huvudansvariga ledare till lagen. Vi gör detta för att säkerställa en hög kvalitet på verksamheten.

## Tränare och lagledare, 5-9 år

Varje lag behöver minst en huvudtränare och 3-4 hjälptränare/lagledare för att fungera bra och det är ni föräldrar som förväntas ställa upp. Ledarna kommer att ta det största ansvaret för laget, men alla föräldrar behöver hjälpa till. Exempel på arbetsuppgifter är:

- Planera och leda träningar
- Hämta och lämna materiel
- Tvätta matchkläder
- Planera och köra sitt eget, och vid behov, andras barn till matcher
- Hjälpa till med övriga aktiviteter runt laget på uppmaning från ledarna
- Hjälpa till vid särskilda tillfällen, till exempel cuper och matchsammandrag

Om alla hjälps åt så blir det ganska enkelt. Alla familjer får däremot räkna med att hjälpa till med något flera gånger varje säsong. Sportchef och utbildningsansvariga finns som stöd för lagens ledare.

## Vi utvecklas långsiktigt

IFK Uppsala vill behålla och locka nya medlemmar genom att ha en riktigt bra fotbollsutbildning med spelarens och ledarens långsiktiga utveckling i fokus. Resultat i form av att vinna matcher blir inte föreningens/tränarens fokus förrän spelarna är aktiva på seniornivå.

## Nolltolerans – Fair play

Målet med Nolltolerans är att få alla spelare, ledare och publik/föräldrar att uppträda sportsligt och med Fair play på träningar och matcher. Det är inte tillåtet att använda svordomar, hot och förolämpningar mot andra spelare, domare och publik.

Det är viktigt att spelare i IFK Uppsala uppträder på ett bra sätt. De representerar föreningen när de har IFK-kläder på sig.

## Matcher och träningar

Barn som är 5-7 år tränar i regel en gång per vecka. Seriespel utomhus börjar tidigast det år barnen fyller åtta år och då spelar man 5-mannafotboll (fem mot fem). Så småningom ökar antalet träningar per vecka och man övergår till 7-, 9- och till sist 11-mannafotboll vid 13-14 års ålder.

## Träningskläder

Träningskläder i form av shorts, strumpor och tröja ingår i medlemsavgiften från det år man börjar spela 5-mannafotboll (8 år). Fotbollsskor och benskydd köper man däremot själv. Den som vill kan även beställa en träningsoverall från IFK Uppsalas webshop. Overallen får man betala själv.

Handla gärna er materiel på Intersport i Uppsala eller genom webshopen på vår hemsida. Föreningen har ett samarbetsavtal med Intersport som bland annat innebär att vi får en ersättning om ni anger att era barn spelar i IFK Uppsala.

## Medlemsavgift

Avgiften till föreningen utgörs av en medlemsavgift och en aktivitetsavgift. Medlemsavgiften är densamma för alla medlemmar, 400 kronor per år. Aktivitetsavgiften varierar beroende på om man är knatte eller spelar 5-, 7-, 9- eller 11-mannafotboll. De som spelar 11-mannafotboll betalar mest.

Betald avgift är en förutsättning för att ta del av föreningens verksamhet. Den är alltså inte frivillig. Fakturor skickas ut i januari varje år och avgiften gäller för hela året.

I avgiften ingår bland annat fotbollar, koner, västar, lokaler, anmälningsavgifter till serier och en olycksfallsförsäkring för alla spelare och ledare.

## Hemsida och sociala media

IFK Uppsala officiella hemsida är [www.ifkuppsala.se](http://www.ifkuppsala.se). Där hittar ni bland annat nyheter om föreningen, kontaktuppgifter samt olika policyer. Föräldrar till barn som spelar i IFK Uppsala förväntas ta del av föreningens policyer.

Enskilda lag i IFK Uppsala har egna hemsidor på [Laget.se](http://Laget.se). Där finns bland annat kalendrar med uppgifter om kommande träningar och matcher.

Föreningen finns även på sociala medier, Facebook och Instagram. Följ oss gärna.