



Bele Barkarby Innebandy  
Vision, Värderingar och Allmänna Riktlinjer

Järfälla 2020-05-04

## Innehåll

1	Allmänt.....	4
2	Vision.....	4
3	Grundvärderingar.....	4
3.1	Glädje.....	4
3.2	Respekt .....	4
3.3	Utveckling .....	4
3.4	Trygghet.....	5
3.5	Tillsammans .....	5
3.6	Implementering .....	5
4	Långsiktiga verksamhetsmål 2020 .....	5
5	Allmänna riktlinjer.....	6
6	Vi vill att våra spelare ska lära sig att .....	6
7	Rekrytering nya spelare/Innebandyskolan .....	7
8	Träning .....	7
8.1	Balansen mellan träning – kost – vila – mental träning.....	7
8.2	Seniorspelare på ungdomsträningen.....	7
8.3	Riktlinjer för träningstider .....	7
9	Riktlinjer för tävlingsverksamheten .....	8
9.1	Tävlingsplanering.....	8
9.2	Seriespel .....	8
9.3	Pojk- och flicklag 8–12 år .....	8
9.4	Ungdomslagen 13–16 år .....	9
9.5	Senior- och juniorlagen (17-19 år) .....	9
9.5.1	Allmänt .....	9
9.5.2	Junior.....	10
9.5.3	Senior .....	10
9.5.4	Från Pojk-/Flicklagsspelare till Junior .....	10
9.5.5	Stegen som Junior .....	10
9.5.6	Från Junior till Senior.....	10
9.5.7	Steg till Senior .....	11
9.5.8	Krav på samarbete.....	11
10	Våra ledare.....	11
11	Vi begär av våra föräldrar att .....	12

12	Ordningsregler för alla i Bele Barkarby Innebandy .....	12
13	Kläder och Reklam .....	13
14	Sociala medier.....	13
15	Antidrogpolicy.....	13

# 1 Allmänt

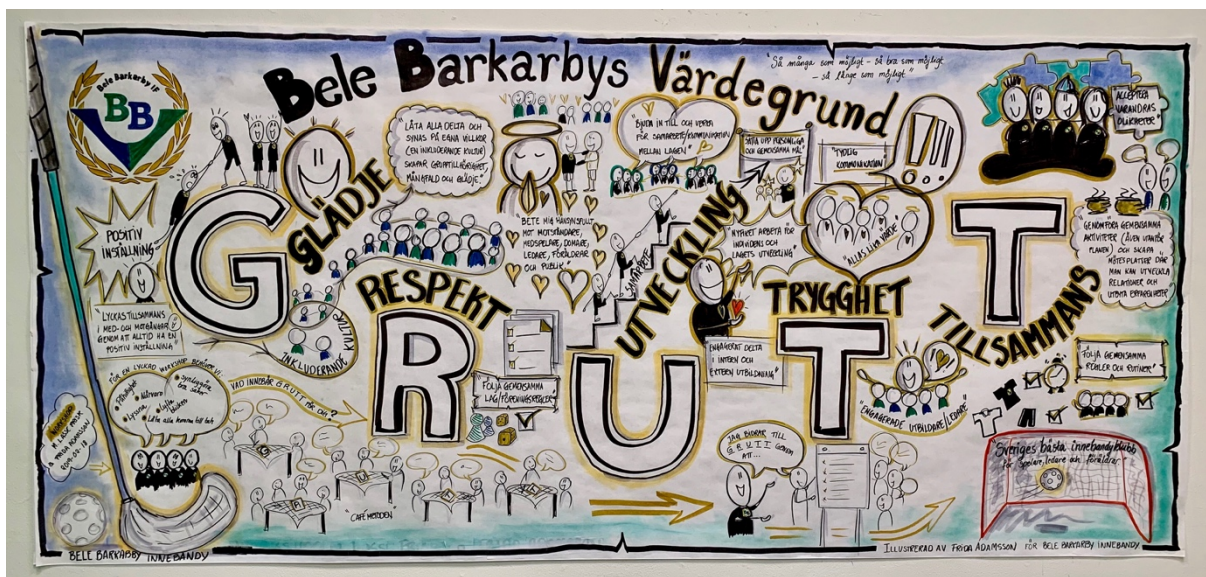
Detta dokument har tagits fram av Bele Barkarby Innebandys styrelse tillsammans med frivilliga ledare. Dokumentet beskriver vision, mål och allmänna riktlinjer för Bele Barkarby Innebandys verksamhet. Till dokumentet finns också ett antal bilagor som beskriver olika områden mer i detalj.

# 2 Vision

**Så många som möjligt – så bra som möjligt – så länge som möjligt. Sveriges bästa innebandyklubb för spelare, ledare och föräldrar.**

# 3 Grundvärderingar

Ett värderingsarbete genomfördes under hösten vintern 2018/2019 som ledde fram till en gemensam värdegrund för Bele Barkarby IF Innebandy. Denna värdegrund kallas för GRUTT där varje bokstav representerar första bokstaven i våra fem värdeord: Glädje, Respekt, Utveckling, Trygghet, Tillsammans.



## 3.1 Glädje

- Låta alla delta och synas på egna villkor (en inkluderande kultur) skapar grupptillhörighet, mångfald och glädje
- Lyckas tillsammans i med och motgång genom att alltid ha en positiv inställning

## 3.2 Respekt

- Bete mig hänsynsfullt mot motståndare, medspelare, domare, ledare, föräldrar och publik
- Följa gemensamma lag/föreningsregler

## 3.3 Utveckling

- Bjuda in till, och verka för, samarbete/kommunikation mellan lagen

- Sätta upp personliga och gemensamma mål
- Nyfiket arbeta för individens och lagets utveckling
- Engagerat delta i intern och extern utbildning

### 3.4 Trygghet

- Tydlig kommunikation
- Allas lika värde
- Engagerade/Utbildade ledare

### 3.5 Tillsammans

- Genomföra gemensamma aktiviteter (även utanför planen) och skapa mötesplatser där man kan utveckla relationer och utbyta erfarenheter
- Acceptera varandras olikheter
- Följa gemensamma regler och rutiner

### 3.6 Implementering

Denna värdegrund skall implementeras i föreningen genom bland annat:

- Temaveckor där ett ord i taget diskuteras inom lagen.
- Lyfta fram föredömen inom föreningen för respektive värdeord.
- "Tavlan" skall sättas upp på strategiska platser i Björkeby.
- GRUTT tryck på tröjor
- M.m.

## 4 Långsiktiga verksamhetsmål 2020

- Minst 40 (20+20) spelare i varje årskull
- Växa i takt med kommunen
- Alla aktiva ledare ska ha gått relevant utbildning
- Alla föräldrar ska ha erbjudits relevant föräldrautbildning
- En dam- och en herrspelare ska nå högsta elit (SSL) per årskull
- Representationslagen Herr och Dam finns etablerade på nationell serienivå
- Breddlag på senior- och juniorsidan finns för både Herr och Dam
- Utvecklat samarbetet med andra idrottsföreningar genom att öka antalet etablerade forum
- Ökad mångfald
- Utökad kanslifunktion till 1,5 tjänst
- Stärkt klubbkänsla
- Genomfört minst två gemensamma försäsongsläger
- Utvecklat Scorpions Cup till "övernattningsscup"
- Scorpions Camp (Sportlovet) etablerat och traditionellt återkommande
- Ett engagerat styrelsearbete som ser till att föreningen hela tiden utvecklar sin verksamhet, samtidigt som den har en välordnad ekonomi

## 5 Allmänna riktlinjer

Inför varje ny säsong planerar styrelsen föreningens verksamhet. Ledarna i respektive lag planerar lagets verksamhet för kommande säsong. Om möjligt sker det tillsammans med spelare och föräldrar. Styrelsen ska därefter informeras om respektive lags verksamhetsplan.

Kolliderar flera intressen ska prioritering göras tillsammans av ledare, föräldrar och spelare. Inom respektive idrott ska seriesäsong/slutspel gälla som högsta prioritet.

Bele Barkarby Innebandy har nolltolerans mot mobbning, rasism, sexuella trakasserier, personliga påhopp i sociala medier samt användandet av droger och prestationshöjande preparat. Vi tar även avstånd från intagande av alkohol i samband med idrottsutövande aktiviteter. Känner en medlem sig mobbad eller på annat sätt kränkt, finns möjlighet att kontakta ansvarig person för laget i styrelsen, d v s Sportchefen eller Flick-/Pojkansvarig.

Föreningen ska ge de ungdomar som visar intresse, och är lämpliga, möjlighet till ledar- och/eller domarutbildning.

Bele Barkarby ska bedriva en verksamhet som kännetecknas av Glädje!

Bele Barkarbys verksamhet bygger på Svensk Innebandys Utvecklingsmodell (SIU), som:

- är baserad på fysisk, emotionell och kognitiv utveckling hos barn och ungdomar
- säkerställer utvecklingen av allsidiga motoriska färdigheter hos barn och ungdomar, vilket ligger till grund för att uppnå maximal prestationsförmåga och en god hälsa
- säkerställer att program för träning, tävling och återhämtning skapas och finns tillgängligt under hela idrottsutövarens karriär
- integrerar elit-, tävling-, bredd-, barn- och motionsidrott
- bygger på Svensk Idrotts riktlinjer och värderingar
- förespråkar en hälsosam livsstil med ett livslångt idrottande

## 6 Vi vill att våra spelare ska lära sig att

Fokusera, lyssna på ledare och lagkamrater och visa respekt.

Hantera motgångar samt uppträda sportsligt och professionellt vid dessa.

Acceptera sig själva, veta att de duger precis som de är – men vill jag bli bättre på något så behöver jag träna och anstränga mig. Är det något jag inte kan, men vill eller måste kunna, så behöver jag bara lära mig det först.

Acceptera sina med- och motspelare. Vara en bra kompis både på och utanför planen. Visa ödmjukhet, hänsyn och vara schysst. Komma ihåg tanken – hur skulle jag vilja att nån var mot mig i det här läget? Om nån sa så här till mig – hur skulle jag känna då?

Innebandy är en lagsport.

Hålla tider, ha ordning och reda samt vara rädd om utrustningen.

Lyssna på kroppen och inte träna eller spela match när man är sjuk eller skadad.

Sköta skolan kombinerat med idrottandet.

Förstå och behärska spelet och tekniken.

Hela tiden utvecklas – genom att alltid göra sitt bästa, såväl på träning som på match.

## **7 Rekrytering nya spelare/Innebandyskolan**

Spelare i lag som är 7 år äldre än innebandyskolans ålder ansvarar för denna på höstterminen samma år, med stöd av ansvarig för innebandyskolan. Säsongen 19/20 är det P06 och F06 som sköter innebandyskolan för flickor och pojkar födda 2013.

## **8 Träning**

Träning och spel för spelaren ska som huvudregel ske i trupp i egen åldersklass. Vissa undantag kan göras efter samråd med styrelsen eller av styrelsen utsedd representant. Detta ska dock utgå från invägande av spelarens spelskicklighet, mentala utveckling och kompisar – där alla tre delar är av lika stor vikt.

Skolan och idrotten går hand i hand. För att kunna orka fokusera bra på skolan behöver man idrotta och röra på sig. Men idrotten får aldrig vara en förevändning för att avstå eller skjuta upp läxor, inlämningar, prov osv. Föreningen uppmanar därför alla ungdomar att se till att beta av läxor och inlämningar före träning eller direkt efter – men alltid i tid för att kunna klara prov, läxor och inlämningar.

### **8.1 Balansen mellan träning – kost – vila – mental träning**

För att en spelare ska kunna prestera sitt bästa – för egen del och för laget – behöver det finnas en god balans mellan träning, kost och vila samt även psykisk styrka. Därför bör spelaren och laget tränas i mental styrka – hur kan jag ändra inställning då vi ligger under eller när jag gör någon miss osv. Det måste vara tillåtet att göra misstag. Utan misstag – ingen utveckling.

Vikten av en god kosthållning (bra mat samt mellanmål före/efter match och träning) samt vila/sömning för att vara fysiskt förberedd och orka genomföra träning och match, bör också diskuteras i laget och informeras om vid behov, samt någon gång per säsong. Utan tillräcklig vila ökar skaderisken men även immunförsvaret försämras, vilket ökar risken för sjukdomar.

### **8.2 Seniorspelare på ungdomsträningen**

Alla ungdomslag har rätt till 2 seniorspelare per termin som kan användas till att delta på träningar eller annan lagverksamhet. Syftet är att på detta sätt öka stödet för spelare och ledare inom föreningen samt öka klubbkänsla och inspirera yngre spelare. Den närmare organisationen beslutas av styrelsen.

### **8.3 Riktlinjer för träningstider**

Utifrån vår tolkning av SIU-modellen, dagens tillgång till hallar i kommunen och att barnet/ungdomens ska ha möjlighet att även delta i andra aktiviteter så har vi inom Bele Barkarby följande riktlinjer gällande träningstider:

- Innebandyskolan 1 timme träning per vecka

- 7-8 år                      1-2 timmar träning per vecka
- 9-10 år                    2-3 timmar per vecka
- 11-12 år                  3-4 timmar per vecka
- 13-15 år                  4-5 timmar per vecka

## 9 Riktlinjer för tävlingsverksamheten

### 9.1 Tävlingsplanering

Bele Barkarbys verksamhet utgår som tidigare nämnts från Svensk Innebandys Utvecklingsmodell där man pratar om vikten av att hitta balans mellan träning och tävling. Förhållandet mellan träning och tävling varierar mellan de olika utvecklingsnivåerna. Tävlingsverksamheten måste planeras med syfte att förbättra prestationen för idrottaren på dennes nivå i spelarutvecklingsmodellen. SIU rekommenderar följande förhållande mellan träning och tävling:

Nivåer	Rekommendation
Rörelseglädje	Alla aktiviteter ska bygga på rörelseglädje
Lära sig träna	80 % träning – 20 % tävling
Träna för att träna	80 % träning – 20 % tävling
Träna för att tävla	40 % träning – 60 % tävling eller tävlingsinriktad träning
Träna för att vinna	25 % träning – 75 % tävling eller tävlingsinriktad träning
Träna för att må bra	Baseras på individens önskemål

### 9.2 Seriespel

Seriespel för trupp ska representeras av lag i egna åldersklassen/färgnivån. Man får flytta upp ett lag i en äldre åldersklass/färgnivå efter samråd med styrelsen eller av styrelsen utsedd representant.

### 9.3 Pojk- och flicklag 8–12 år

Upp till äldsta ungdomslaget gäller att om en spelare blir kallad till match så ska denna spela i matchen.

Kallelse till match ska ske genom lagets sida på laget.se. De spelare som kallas ska ha ett sista datum för svar så att ledare i god tid får reda på eventuella förhinder. Kallelser av typen "först till kvarn" ska inte användas. Ledarnas barn får inte prioriteras. Det gäller att hitta en bra balans mellan träning och match. Vi anpassar antalet anmälda lag till seriespel efter träningsgruppens storlek. Undvik att utnyttja spelare till flera lag. Det både ökar skaderisk och kan ge tappad motivation.

Toppning börjar tidigast den säsongen som seriespel med poängräkning där placeringen får betydelse för kommande säsong's divisionsindelning. Innan dess får toppning INTE förekomma.

Vi anpassar/tillämpar verksamheten i samband med match efter Stockholm Innebandys regler för flytt av spelare mellan olika nivåer i färgerna, för att våra spelare ska spela på "rätt" nivå och att ingen spelare blir "låst" på fel nivå.

Det är viktigt att spelare får prova på olika positioner. Från 11 år kan vi ha fasta målvakter.

Bele Barkarby ska inte aktivt värva spelare från andra klubbar.



Bele Barkarby ska erbjuda plats för så många aktiva som möjligt i varje träningsgrupp.

## 9.4 Ungdomslagen 13–16 år

Upp till äldsta ungdomslaget gäller att om en spelare kallas till match så ska denna spela i matchen.

Kallelse till match ska ske genom lagets sida på laget.se. De spelare som kallas ska ha en sista datum för svar så att ledare i god tid får reda på eventuella förhinder. Kallelser av typen "först till kvarn" ska inte användas. Ledarnas barn får inte prioriteras.

Toppning börjar tidigast den säsongen som seriespel med poängräkning där placeringen får betydelse för kommande säsong's divisionsindelning. Innan dess får toppning INTE förekomma.

Det gäller att hitta en bra balans mellan träning och match. Vi anpassar antalet anmälda lag till seriespel efter träningsgruppens storlek. Tänk efter innan ni nyttjar några spelare till flera lag. Det både ökar skaderisk och kan ge tappad motivation.

Vi anpassar/tillämpar verksamheten i samband med match efter Stockholm Innebandys regler för flytt av spelare mellan olika nivåer i färgerna för att våra spelare ska spela på "rätt" nivå och att ingen spelare blir "låst" på fel nivå.

Senast från 13 års ålder ska ledare ha individuella utvecklingssamtal med samtliga spelare. Utvecklingssamtalen ska dokumenteras och följas upp årligen.

Från 13 års ålder rekommenderar klubben att laget gemensamt tar fram ett enkelt dokument som beskriver lagets gemensamma mål och vilka "spelregler" som ska gälla inom laget.

Bele Barkarby ska inte aktivt värva ungdomsspelare från andra klubbar. Föreningen har också skrivit på den värvningspolicy som tagits fram av Stockholms Innebandyförbund och den skall alltså följas av samtliga lag. Värvningspolicyen finns som bilaga till detta dokument.

## 9.5 Senior- och juniorlagen (17-19 år)

### 9.5.1 Allmänt

Bele Barkarby är en förening som satsar på både bredd och elit och har därför en strävan att ha minst 2 trupper/lag i både junior och seniorspel för att kunna erbjuda alla en plats oavsett nivå.

Bele Barkarby ska fostra spelare för spel på alla nivåer i seniorsammanhang.

Målet är att så många som möjligt ska spela innebandy så länge som möjligt.

Föreningen ska sträva efter att utveckla spelare som ska kunna spela på absolut högsta nivån i Sverige, SSL och målet är att ha 2 spelare per årskull i SSL.

Föreningen ska också ha ett gott samarbete med andra föreningar för att kunna erbjuda spel och träning på rätt nivå i seniorsammanhang, både uppåt i seriesystemet och nedåt i seriesystemet.

Föreningen ska även ha en plan för seniorverksamheten. Detta innebär att det måste finnas en plan för vad som händer om representationslagen flyttas upp eller degraderas.

Vid en uppflyttning ska utredning ha genomförts för att säkerställa att de organisatoriska och ekonomiska förutsättningarna finns.

Föreningen ska även tillse att det finns kompetenta externa tränare för alla senior - och juniorlag. Från och med junioråldern ska vi inte ha föräldrar som huvudtränare för våra trupper.

### 9.5.2 Junior

På juniorsidan vill föreningen ha två trupper på pojk och flicksidan och anmäla lag till seriespel efter kompetens.

Vi vill alltid deltaga i JAS, HJ div 1, DJ Div 1 samt P 16 SM och DJ 18 SM.

Strävan ska vara att utbilda spelare och se till att alla får spela på rätt nivå.

I HJ 1 och DJ 1 är inte målsättningen att vinna serien, här vill vi ta oss till slutspel varje år.

I JAS är målsättningen att vinna serien för att på så sätt få fler hemmamatcher och en enklare lottning.

### 9.5.3 Senior

På seniorsidan vill föreningen ha lag i det nationella seriesystemet, d.v.s lägst div 1 på herr och lägst allsvenskan på dam.

De andra seniorlagen ska främst ge unga spelare seniorerfarenhet men även kunna erbjuda plats till juniorer som inte kan eller vill ta en plats i representationslagen.

### 9.5.4 Från Pojk-/Flicklagsspelare till Junior

På hösten det år man fyller 16 flyttas man som regel till juniorverksamheten. Vårt mål är att erbjuda spel på olika nivåer för våra juniorer. Detta innebär att man här kommer att hamna i olika trupper beroende på kompetens, inställning samt mognad.

För att säkerställa att vi har tillräckligt med spelare i respektive juniortrupp måste det finnas ett bra samarbete mellan de äldsta ungdomslagen och juniorlagen så att spelare kan röra sig både uppåt och neråt.

På pojksidan spelas den första prioriterade tävlingen P 16 SM, där föreningen ska ställa upp med det starkaste laget med medlemmar som är 16 år och yngre.

På flicksidan är den första prioriterade tävlingen juniorallsvenskan.

### 9.5.5 Stegen som Junior

Som junior är målet att ta sig till klubbens dam-/herrtrupp. Den normala vägen är att man från P/F16 går via respektive juniortrupper, för att sedan ta steget till Herr/Damlaget. Men stor hänsyn ska tas till individen. Vissa är mogna att ta steget till en juniorelit direkt från pojk/flicklaget. Talanger som tillfälligt tappar motivationen, ska uppmuntras att spela i en breddjuniortrupp för att senare ha möjlighet att komma tillbaka till en elitjuniortrupp. För juniorer finns även möjligheten att känna på seniorinnebandy genom matchspel i Herr/Dam B-laget.

### 9.5.6 Från Junior till Senior

Att ta steget från talangfull junior till seniorspelare är inte enkelt. Många talangfulla juniorer tar ofta tidigt steget till lag i SSL och Allsvenskan bara för att finna att de inte får speltid och kanske inte heller

får möjlighet att spela juniorinnebandy. För vissa kan det fungera att ta steget direkt från junior till senior på elitnivå, men vi tror på följande väg för juniorer som vill nå den yttersta eliten:

- Bli nyckelspelare i ett lag i en lägre division innan du tar steget upp - väx ur ditt lag.
- Spela och träna mycket innebandy.
- Kombinera spel i juniorserier och spel i seniorlaget.
- Välj tränare som tror på dig och ger dig chansen att lyckas.

### 9.5.7 Steget till Senior

När en spelare passerar åldern för juniorspel, året man fyller 20 år, ska föreningen erbjuda seniorspel, antingen i föreningens representationslag alternativt i föreningens seniorbreddlag.

Här är det upp till representationslagets tränare att avgöra om kompetens finns för att ta en plats i truppen.

De spelare som vill fortsätta spela innebandy men inte får en plats i representationslaget ska erbjudas en plats i en träningsgrupp, detta kan vara en breddseniorgrupp, veterangrupp, en samarbetsförening eller en juniorgrupp.

### 9.5.8 Krav på samarbete

För att ovanstående ska fungera rent praktiskt ställer det höga krav på samarbetsförmågan hos våra ledare.

Dels måste man arbeta över gränserna samt ha en kontinuerlig dialog med de grupper som ligger närmast över samt under sin egen grupp.

Från föreningen vill vi att man från och med 15 års ålder får möjlighet att träna och spela med spelare som ligger på samma nivå; kompetens - och mognadsmässigt.

## 10 Våra ledare

Det allra största delen av Bele Barkarby Innebandys verksamhet bedrivs av ideella krafter. Dock har vi i föreningen ett antal förväntningar på de ledare som deltar i vår verksamhet. Dessa är:

- Följa mål och riktlinjer som föreningen Bele Barkarby Innebandy sätter upp
- Visa glädje, engagemang och vara positiv samt uppmuntrande
- Vara ett föredöme som ledare och människa, veta att man är en viktig vuxen för föreningens ungdomar
- Utveckla alla spelare i laget, individuellt såväl som att bli lagspelare
- Om du är ledare och förälder är du ledare för hela laget och inte bara för ditt eget barn
- Förstå och acceptera att alla människor är olika och växer upp olika snabbt eller långsamt (både fysiskt och mentalt). Genom att sätta ihop och använda allas bästa saker och samtidigt utveckla individen på de svaga och starka punkterna så kan laget växa ihop och bli just ett lag
- Skapa trygghet genom ärlighet, hänsyn, omtanke och ödmjukhet
- Bemöta domare och matchledare professionellt och schysst
- Verka för schysst spel

- Ledare uppmuntrar till varierad träning och därmed även att spelarna deltar i andra idrotter och samtidigt förutsätta att andra idrotter inte hindrar dem att spela innebandy
- Alla som är uttagna till match ska få spela. I mesta mån lika mycket
- Inte låta en sjuk eller skadad spelare delta i träning eller match
- Låta ungdomarna få prova på att spela på olika positioner i laget och på så sätt kunna utvecklas som spelare
- Uppträda representativt vid och utanför planen. Tänka på att man som ledare representerar Bele Barkarby Innebandy och är en viktig vuxen person för föreningens spelare
- Hålla kontakt med alla föräldrar
- Se till att ha relevant utbildning. Grundutbildningen och Människan (utifrån färgnivå) är obligatorisk för alla
- Fortsätta utvecklas genom utbildningar – för sin egen och sina spelares del
- Informera styrelsen om lagets verksamhet för säsongen

Från och med säsongen 2018/2019 måste samtliga ledare och styrelserepresentanter visa begränsat utdrag ur brottsregistret för att få delta i föreningens verksamhet.

## **11 Vi begär av våra föräldrar att**

- Skapa trygghet för spelaren – att uppmuntra och stötta även vid motgång
- Inte gå igenom det som ditt barn gjorde dåligt i matchen på vägen hem. Uppmuntra istället - eller låt ditt barn själv formulera sig om förbättringar och vad som var jättekul med just den matchen (oavsett vinst eller förlust)
- Låta ledarna sköta laget. Har du synpunkter så säg det enskilt till ledarna efter
- Inte coacha laget från läktare eller sarg. Ledarna kan ha en annan tanke med lagspelet än du själv och du som förälder försvårar och stör ditt barn och barnets kompisar om du coachar från läktare eller sarg
- Vara goda representanter för Bele Barkarby Innebandy vid matcher. Tänk på att visa ett positivt och sportsligt uppträdande
- Stötta att hålla tider, meddela förhinder i god tid och svara på kallelser
- Se till att skolarbetet sköts och att innebandyn inte används som ett argument för att slippa läxorna osv
- Delta aktivt i det som berör laget – föräldramöten, transporter till matcher m m
- Hjälpa till vid arrangemang såsom Scorpions Cup, sargvakter, cafébemanning m m
- Påtala vikten av hygien efter träning och match

## **12 Ordningsregler för alla i Bele Barkarby Innebandy**

När vi är en så här stor förening med många ledare och aktiva är det otroligt viktigt att vi hjälps åt att hålla ordning och snyggt i våra gemensamma lokaler. Det gäller ju både träningslokalerna/hallarna vi använder och styrelserum m m som finns. Även när vi är på bortamatcher är det viktigt att våra lag är goda föredömen och städar efter sig i omklädningsrum m m.

Mer information om vad som gäller för våra lokaler och allmänna ordningsregler finns i vår Ledarguide.

## **13 Kläder och Reklam**

Föreningen tillhandahåller matchtröjor samt ledartröjor till utbildade ledare (fr o m säsongen 2018/2019). Vad som gäller föreningens kläder och reklam på dessa finns i dokumentet, Riktlinjer – Kläder och Reklam.

## **14 Sociala medier**

Sociala medier ger oss en möjlighet att marknadsföra vår förening och att bygga vårt varumärke. Det som skrivs och läggs ut kan få stor spridning, vilket är positivt när det är bra saker som skrivs, men som kan bli väldigt negativt och helt utanför vår kontroll när det är det omvända.

Våra riktlinjer för hur vi ska agera och uppträda med Bele Barkarby Innebandy i sociala kanaler finns beskrivet i dokumentet Riktlinjer – Sociala medier.

## **15 Antidrogpolicy**

Bele Barkarby Innebandy har nolltolerans mot användandet av droger och prestationshöjande preparat. Vi tar även avstånd från intagande av alkohol och rökning i samband med idrottsutövande aktiviteter. Mer om hur vi arbetar mot droger finns beskrivet i vår Antidrogpolicy.

## **Bilagor**

**Riktlinjer – Kläder och Reklam**

**Riktlinjer – Sociala medier**

**Antidrogpolicy**

**StIBF Värningspolicy**