

# Ledarmapp



*Uppdaterad 4 maj 2021*

# Välkommen som ledare i Mullsjö IF

---

Tack för att just du vill vara med och bidra till att leda våra barn och ungdomar i Mullsjö IF!

I denna mapp står vad du behöver veta som ungdomsledare i föreningen. Innehållet i mappen är riktlinjer för hur saker och ting ska skötas i Mullsjö IF. Punkterna nedan är ledstjärnor och riktlinjer för dig som ledare att jobba med under din tid som ledare i vår förening:

- ✓ Mullsjö IF:s ledare ska genom sitt uppträdande vara ett gott föredöme i alla lägen
- ✓ Mullsjö IF:s ledare ska följa Fair Play
- ✓ Använd ett vårdat språk
- ✓ Skapa spelglädje och uppmuntra
- ✓ Var ett stöd för barnen i med- och motgång genom ramar och kramar
- ✓ Se varje barn som en unik individ
- ✓ Delta på ledarträffar under säsongen
- ✓ Följa och verka för att föreningens policy efterlevs

Som ledare i Mullsjö IF har du möjlighet att gå på tränar- och ledarutbildningar som föreningen betalar. Du får kunskap i hur viktigt det är för barn och ungdomar att idrotta och att barnen lär sig saker genom att ha roligt på träningarna. Självklart ingår det även hur du lägger upp en träning och olika övningar. Som ledare får du även ett bidrag varje år till en ledaroverall som du ska använda vid träningar och matcher.

I rollen som ledare blir du bland annat bjuden på en avslutningsfest då säsongen är avslutad samt fri entré till alla seniorlagens matcher.

Som ledare i Mullsjö IF ska du stå bakom vår policy och leda ditt lag efter föreningens riktlinjer.

I föreningen har vi ett dokument om hur vår policy är, denna policy hittar du i början av denna mapp. Vi vill att du ska vara en bra förebild för våra barn och ungdomar i föreningen och i vårt samhälle.

**Varmt välkommen till vår verksamhet!**

# Innehållsförteckning

---

## **Introduktion**

1. Mullsjö Idrottsförening
2. Medlems- och träningsavgift

## **Värdegrund**

3. Mullsjö IF:s Ledarpolicy
4. Mullsjö IF:s Barn & Ungdomspolicy
5. Mullsjö IF:s Alkohol- och Drogpolicy
6. Mullsjö IF:s Trafikpolicy Mullsjö

## **Ledaren**

7. Att tänka på i din tränarroll
8. Lagorganisation
9. Hemsidan Laget.se
10. Ledarutbildningsplan
11. Material och omklädningsrum
12. Användning av fotbollsplanerna
13. Policy för lån av spelare
14. Genomförande av poolspel
15. Vid hemmamatch i seriespelet
16. Domare
17. Kiosk
18. Mall för föräldramöte i Mullsjö IF

## **Hjälp och stöd**

19. Folksam - Råd och vård för idrottsskador
20. BRIS - Stödlinje för dig som idrottsledare

# 1. Mullsjö Idrottsförening

---

Mullsjö IF är en ideell idrottsförening som tillhör Svenska Fotbollförbundet. Sedan 2010 tillhör föreningen Smålands Fotbollförbund, innan dess var föreningen en del av Västergötlands Fotbollförbund. Tack vare vårt medlemskap i Svenska Fotbollförbundet är vi även anslutna till Riksidrottsförbundet. Föreningen har funnits sedan 10 februari 1919 och är därmed över 100 år gammal. Vår verksamhet leds av helt ideellt arbetande ledare och tränare på olika nivåer där många av dessa är föräldrar med barn i föreningen. I nuläget finns det damlag, herrlag, samt över tioalet barn- och ungdomslag för både flickor och pojkar.

Utöver träningar och matcher med alla ungdomslag genomför föreningen en fotbollsskola under veckorna runt midsommar varje år för barn och ungdomar i kommunen samt andra föreningsaktiviteter. Dessutom anordnar föreningen stora reselotteriet under vinterhalvåret, detta lotteri har funnits sedan 1979.

## Gruveredsvallen

Föreningens hemmaplan heter Gruveredsvallen och innefattar två fullstora 11 mot 11 planer uppe vid klubbstugan samt en 9 mot 9 plan, en 7 mot 7 plan nere vid ”gropen” och en grusplan. Bygget av första klubbhuset stod klart till sommaren 1947 och sedan år 2000 finns det konstbevattning på samtliga gräsplaner. I ”gropen” finns det även belysning på planerna.

Sedan 2010 finns det en ”tisdagsgrupp” för diverse underhåll och skötsel av anläggningen, i huvudsak deltar engagerade medlemmar med lediga tisdagar. Anläggningen har genom åren upprustats, renoverats samt byggts ut vid flertalet tillfällen för att kunna tillgodose föreningens fotbollsverksamhet på bästa sätt. Mer information om Gruveredsvallens historia kan du läsa om på vår hemsida [www.mullsjoif.se](http://www.mullsjoif.se).

**Namn:** Mullsjö Idrottsförening

**Bildad:** 10 februari 1919

**Klubb färger:** Gult och svart

**Verksamhet:** Fotboll

**Idrottsplats:** Gruveredsvallen

**Antal medlemmar:** ca 400

**Antal aktiva:** ca 300

**Antal lag:** ca 15

## 2. Medlems- och träningsavgift

---

Alla aktiva inom föreningen, ledare, tränare och spelare ska betala in medlemsavgift, detta för att föreningen ska kunna gå runt ekonomiskt och stötta arbetet mot ett friskare och aktivare samhälle där alla kan spela fotboll. Alla som spelar fotboll i föreningen ska förutom medlemsavgift även betala in en träningsavgift. Förutom att vara en del av den goda gemenskapen i våra lag bidrar alla medlemmar till:

- Att stödja verksamheten
- Att vi kan genomföra fler aktiviteter för alla åldrar
- Att vi kan utveckla och rusta upp vår egna anläggning Gruveredsvallen

### Som medlem får du också:

- Rösträtt på föreningens årsmöte och övriga medlemmöten, gäller från 16 år.
- Fotbolls-licens hos Svenska fotbollsförbundet (enbart den som spelar i föreningen).
- Försäkring genom Folksam: [www.folksam.se/forsakringar/idrottsforsakring/fotboll](http://www.folksam.se/forsakringar/idrottsforsakring/fotboll) (enbart den som spelar i föreningen).
- Rabatt med 20% på valfritt årskort från ordinarie prislista på Nordic Wellness.

Åldersindelningen nedan för träningsavgiften baseras på den ålder personen fyller under året.

**Ex:** Fyller barnet 10 år i september månad betalas träningsavgiften för 10-14 år på 400 kr plus medlemskap på 250 kr, totalt 650 kr.

**Betalas inte medlems och träningsavgift innan sista betalningsdag får ni ej delta i träning och match för Mullsjö IF.**

### När ska avgiften vara betald?

Sista datum för inbetalning är **31/3** för spelare och ledare i seniorlagen.

Sista datum för inbetalning är **30/4** för spelare och ledare i ungdomslagen.

### För dig som inte spelar fotboll i Mullsjö IF:

Medlemsavgift per person 250 kr

Medlemsavgift för familj (barn tom 19 år) 600 kr

### För dig som spelar fotboll i Mullsjö IF:

Medlemsavgift per person 250 kr

Medlemsavgift för familj (barn tom 19 år) 600 kr

Träningsavgift 7 – 9 år 200 kr

Träningsavgift 10 – 14 år 400 kr

Träningsavgift 15 – 19 år 600 kr

Träningsavgift 20 år och äldre 1 000 kr

**Ex:** Familj med 3 aktiva barn 9, 13 och 15 år betalar totalt 1800 kr.

Ungdomar 20 år och äldre betalar egen avgift även om de är skrivna hos föräldrarna.

### Hur betalar jag?

Samtliga spelare, ledare och familjer med familjemedlemskap får en faktura med medlemskapet och träningsavgifterna skickad på mejlen.

## 3. Mullsjö IF:s Ledarpolicy

---

Nedan står föreningens policy, ledstjärnor och riktlinjer för hur en ungdomsledare i Mullsjö IF ska verka och vara i samband med träningar och matcher. Du som ledare har ett stort ansvar i vår förening att leda barnen och ungdomarna på ett så bra sätt som möjligt. Det är viktigt att spelarna lär sig att ta ansvar både för sin egen insats och för att hjälpa och stödja sina lagkamrater. Att få vara och delta i en grupp eller ett lag är en väldigt bra social utbildning för framtiden.

### En ledare i Mullsjö IF ska:

- Vara bra förebilder för alla barn, ungdomar och vuxna i föreningen både på och utanför planen.
- Vara en bra representant för MIF genom att skapa bra relationer med motståndare, domare, publik och verka för Rent Spel och Fair Play.
- Vara lojal och följa de riktlinjer och regler som är uppsatta av föreningen, Smålands FF och verkar alltid för det som är bäst för föreningen.
- Betala medlemsavgift alt familjemedlemskap till föreningen.

### Detta erbjuder Mullsjö IF dig för att du bidrar med ditt engagemang som ledare:

- Fritt inträde till representationslagens hemmamatcher herr/dam 1 000 kr/år
- Utbildningar inom Svenska Fotbollförbundets tränarutbildning 21 000 kr
- Ledaroverall alt. annat i klädesväg för Mullsjö IF:s räkning 500 kr/år
- Avslutningsmiddag för säsongen 200 kr/år
- Inbjudan till ledarträffar samt internutbildningar
- Utbildningar via SISU Idrottsutbildarna

Som ledare får du be om en rekvisition hos Jan Strömberg, du får då åka upp till Intersport på A6 i Jönköping och prova ut en klubboverall. Kontaktuppgifter till honom finns på ledarsidan på hemsidan. Föreningen bistår med ett bidrag på 500 kr/år för inköp av overall eller annat i klädesväg för MIF:s räkning. Du som fick din overall tidigare säsonger kan komplettera den om så behövs.

### Följande förväntar vi oss utav dig i rollen som ledare i Mullsjö IF:

- Behandla alla lika samt med omtanke och respekt:
  - Det är inte tillåtet att använda svordomar, rasistiska tillmälen eller andra verbala förolämpningar.
  - Motarbeta all form av mobbning, sexuella trakasserier, diskriminering eller på annat sätt kränkande behandling.
  - Reflektera över hur andra kan uppfatta beteenden, uttryck, kroppsspråk och dylikt och försöka agera därefter.

- Säga ifrån när andra inte agerar utifrån förhållningsreglerna och lyfta fram goda exempel när andra ledare och spelare lever efter dem.
- Närvara och delta aktivt på de ledarträffar och internutbildningar föreningen anordnar i egen regi samt enkäter av olika slag som ombeds av föreningen.
- Närvara vid träningar och matcher samt andra aktiviteter som laget genomför. Ledarna är ansvariga för spelarna i samband med träning och match.
- Var ett stöd för barnen i med- och motgång genom ramar och kramar. Se och hör alla och upptäck signaler i tid.
- Närvarorapportera träningar, matcher och andra aktiviteter på hemsidan [www.mullsjoif.se](http://www.mullsjoif.se).
- Använda hemsidan laget.se för information gällande träningar, matcher, tider mm så denna information kan tas del av andra ledare och föräldrar på ett enkelt sätt.
- Ha en dialog med ungdomsansvariga i styrelsen om något inte fungerar som det ska.
- Skapa en bra föräldrakontakt och informera föräldragruppen om lagets ansvar vid föreningsaktiviteter samt försäljningsuppdrag till exempel kiosk och lotter.
- Att du fullföljer ditt uppdrag som ledare hela säsongen, om inget oförutsett inträffar.
- Lämna ett utdrag ur belastningsregistret till ungdomsansvariga i styrelsen.
- MIF-kläder ska i största möjligaste mån bäras i samband med träning, match och andra aktiviteter.
  - Fotbollsskor eller ändamålsenliga idrottsskor ska bäras i största möjliga mån.
  - Inga solglasögon. Detta för att spelarna ska kunna ha ögonkontakt med dig som ledare och du ögonkontakt med spelarna.
- Ledaren ska om möjligt vara först på plats och framförallt sist att lämna Gruveredsvallen i sitt lag.
- Ingen användning av tobak, alkohol, droger och dylikt är tillåtet i samband med MIF-aktiviteter eller i MIF-klädsel. Se föreningens alkohol- och drogpolicy.

## 4. Mullsjö IF:s Barn & Ungdomspolicy

---

Gäller från 2019-03-09 Reviderad 2021-04-04

**Föreningens övergripande målsättning är att så många barn och ungdomar som möjligt vill idrotta och spela fotboll så länge som möjligt för ett livslångt idrottande, därför är en sund och trygg idrottsmiljö av yttersta vikt för att ge barnen och ungdomarna dessa förutsättningar där alla ledare och föräldrar är lika viktiga för att uppnå målen.**

På vår hemsida [www.mullsjoif.se](http://www.mullsjoif.se) finns det klickbara länkar till Riksidrottsförbundets sidor för en trygg och säker idrottsmiljö, dessa ställer sig föreningen bakom och informerar om till alla ledare och föräldrar i vår verksamhet:

- Idrottsombudsmannen
- Visselblåstjänst
- Barnens spelregler
- Barnkonventionen

I vår fotbollsverksamhet är match och spelform viktiga delar av spelarutbildningen i barn- och ungdomsfotbollen för att bidra till det livslånga idrottandet. Om barnen får möjlighet att röra bollen ofta och ta många beslut har det en positiv påverkan på deras utveckling av fotbollens färdigheter och deras selförståelse men också glädjen till fotbollen. Den kombinationen skapar bästa möjliga förutsättningar för passion för fotboll och ett livslångt idrottsintresse.

### **Barn behöver spela lika mycket och turas om att spela från start**

Det viktigaste målet när vi spelar match eller tränar är spelarnas och ledarnas uppträdande mot varandra, motståndare, domare och publik. Vi ska alltid föregå med gott exempel och spela en juste fotboll. För att alla barn och ungdomar ska må bra och få en positiv erfarenhet från fotbollen, men också för att undvika toppning i unga år vilket aldrig får ske i vår förening, behöver barnen spela lika mycket och turas om att spela från start. Likaså ska barnen och ungdomarna spela på olika positioner och turas om att vara lagkapten. Resultatet ska inte vara i fokus, det blir viktigt senare när de spelar i seniorlagen, vi fokuserar istället på prestationen, göra vårt bästa hela tiden och att ha roligt tillsammans.

Vi vill att matcherna i första hand ska vara ett utbildningstillfälle för spelarna. Därför vill vi inte att du som ledare eller förälder ”styr” spelarna för mycket från sidan under match utan att spelarna liksom på träningarna får träna på att uppfatta, värdera, besluta och agera utifrån vad som sker på planen. Däremot är det viktigt att du som tränare återkopplar till träningarna och det ni tränat med under veckan som varit för att skapa en bra lärandemiljö.

Det är viktigt att vara försiktig med antalet matcher i unga år. Tidigt utvecklade spelare är främst i riskzonen om de får spela i flera lag utan rätt återhämtning. Varje spelare ska träna minst dubbelt så mycket som han eller hon spelar match. Samtidigt är det viktigt att det blir



tillräckligt många matcher per år. Rekommendationen är 1-1,5 match i veckan under seriesäsong från 10 år och uppåt.

### **Laguttagningar**

Laguttagningarna grundar sig på deltagande i träningarna. Spelare som tränar mer kan få spela i större omfattning i serien, vid deltagande i cuper gäller lika speltid oavsett tidigare träningsbakgrund. Spelare som tränar lika mycket får spela lika mycket i seriespel och cuper oavsett nuvarande färdighets- och utvecklingsnivå. Alla spelare som finns med vid matchtillfället ska spela minst halva matchen. Startar spelaren inte matchen startar spelaren istället nästa match.

### **Antalet uttagna spelare till match, inklusive avbytare:**

3 mot 3 = max 6 spelare

5 mot 5 = 8–9 spelare

7 mot 7 = 9–10 spelare

9 mot 9 = 12–13 spelare

11 mot 11 = 14–15 spelare

# 5. Mullsjö IF:s Alkohol- och Drogpolicy

---

Gäller från 2018-04-01 Reviderad 2021-04-04

**Mullsjö IF ställer sig bakom samhällets och idrottsrörelsens mål att minska alkoholkonsumtionen och drogmisshandlingen, framförallt senarelägga ungdomars alkoholdebut.**

Som en av Smålands fotbollsföreningar har vi ett medansvar när det gäller idrottsungdomars alkoholvanor och utsatthet för droger. Genom idrottens ordinarie verksamhet lär sig barn och ungdomar att värna om sin kropp. I föreningen blir de också delaktiga i en positiv gemenskap, som i sig fungerar förebyggande. Kontakten med positiva förebilder i form av ledare, och äldre aktiva utgör ytterligare en positiv faktor. Det är i denna vardagsverksamhet idrottsrörelsen ger sitt viktigaste bidrag till kampen mot alkoholens och drogernas skadeverkningar. Utgångspunkten måste vara att idrotten ska utgöra en trygg miljö också ur alkohol – och drogsynpunkt.

Mullsjö IF:s alkoholpolicy innebär bl. a att inga alkoholdrycker ska förekomma i MIF-klädsel bland varken ledare eller aktiva i samband med idrottsverksamhet eller andra aktiviteter i Mullsjö IF:s räkning för barn och ungdomar. Till exempel under träningsläger, tävlingar, matcher eller resor till och från dessa. Detta innebär också att i samband med idrottsevenemang, sponsorträffar och representation avstå från alkohol och andra droger.

## **Alkohol- och drogpolicy när det gäller barn och ungdomar**

Alkohol och droger ska inte förekomma då spelare och ledare representerar föreningen. Det är av största vikt att barn och ungdomar som tillhör Mullsjö IF aktivt tar avstånd mot förekomsten av alkohol och droger under verksamheten. Alla spelare från sju års ålder och spelarens vårdnadshavare ska vara informerade, förstått och accepterat Mullsjö IF:s policy.

## **Alkohol och drogpolicy för ledare**

I samband med aktiviteter inom Mullsjö IF när ledare har ansvar för barn och ungdomar råder nolltolerans när det gäller alkohol och droger. Ledare har ansvar och ska föregå med gott exempel och alltid framstå som ett föredöme för barn och ungdomar både vid och utanför fotbollsplanen. Ledare ska aldrig prata positivt om alkohol och droger inför spelare. I samband med träning, matcher, läger, turneringar och andra aktiviteter i MIF-klädsel gäller nolltolerans för bruk av alkohol/droger. Ledare som är berusad/påverkad av alkohol och har alkohol i kroppen får under inga omständigheter finnas med som ledare vid MIF-aktivitet. Ledare ska inte exponera rökning/snus framför spelarna.

## 6. Mullsjö IF:s Trafikpolicy

---

*Gäller från 2018-04-01*

**Mullsjö IF har i linje med Riksidrottsförbundets direktiv antagit en trafikpolicy. Trafikpolicyn finns även att läsa på vår hemsida [www.mullsjoif.se](http://www.mullsjoif.se) och i vår klubbstuga.**

**För mig som är spelare i Mullsjö IF innebär detta att:**

- Jag har hjälm på mig när jag cyklar eller kör moped till och från träning och match.
- Jag kör inte moped till eller ifrån träning eller match förrän jag har rätt ålder inne, rätt förarbevis och har rätt försäkring.
- Jag gör mitt bästa för att välja den mest trafiksäkra vägen till och från träning och match.
- Min cykel/moped är i trafiksäkert skick och rätt utrustad.
- Om det är möjligt har jag på mig reflexväst i skymning och mörker.
- Jag följer trafikregler och gällande lagar.

**För mig som förälder eller vårdnadshavare till barn/ungdom som är medlem i Mullsjö IF innebär detta att:**

- Jag har tagit del av och har förstått trafikpolicyn.
- Jag kommer att följa trafikpolicyn.
- Jag gör mitt bästa för att påverka barnen/ungdomarna att följa trafikpolicyn.

**För Mullsjö IF innebär detta att:**

- Vi ska hålla medlemmar, aktiva och föräldrar/vårdnadshavare informerade om vår trafikpolicy.
- Vi ska hålla trafikpolicyn tillgänglig för alla i föreningen.
- Vi följer trafikpolicyn i alla delar.
- Vi verkar för en nollvision i vår förening.

# 7. Att tänka på i din tränarroll

---

## CHECKLISTA FÖR DITT LEDARSKAP

- **Har jag sett alla idag?**  
Om inte, hur kan jag göra det till nästa gång?
- **Har alla varit delaktiga?**  
Om inte, hur kan jag göra alla delaktiga till nästa gång?
- **Känns gruppen trygg?**  
Om inte, hur kan jag göra för att få gruppen tryggare?
- **Har mitt beröm varit ärligt och äkta?**  
Om inte, hur kan jag ge beröm till nästa gång?
- **Har jag varit en bra förebild?**  
Om inte, vad kan jag göra för att vara en bra förebild i framtiden?
- **Har övningarna varit på rätt nivå och fungerat för alla?**  
Om inte, vad kan jag förändra i upplägg eller indelning av grupper?

## FÖRE TRÄNING

1. **Planera träningen i förväg**, fundera över syfte och mål med träningen och hur du skapar stor aktivitet bland spelarna med många bollkontakter, beslutsfattande och mycket spel.
2. **Variera träningsupplägg** och innehåll för att bredda mångfalden av rörelsemönster.
3. Skapa ett träningsupplägg som **inbjuder till olika nivåer av utmaningar**, som varje individ själv får välja.

## UNDER TRÄNING

4. **Var i tid** för att möta och välkomna spelarna när de kommer till träningen.
5. **Försök att tilltala spelarna med deras namn**. Det visar att du uppmärksammat var och en under träningen.
6. Försök att ta dig tid att **byta några ord med varje spelare**. Var nyfiken, ställ frågor och ge återkoppling, visa att du har sett varje individ.
7. **Låt spelarna vara delaktiga** på träningen kring allt från målformuleringar, sätta spelregler för gruppen samt bidra med idéer till träningsupplägg och den egna utvecklingen.
8. **Uppmuntra spelarna till att utöva fler idrotter**, vilket skapar förutsättningar för ett bredare rörelsemönster.
9. **Våga vara innovativ** tillsammans med dina spelare, testa nya idéer, övningar och utmana genom att genomföra träningen på olika underlag eller i olika miljöer.

## EFTER TRÄNING

10. **Följ upp och utvärdera träningen** och dess upplägg tillsammans med spelarna och dina tränarkollegor. Utveckla utifrån de lärdomar som du gör. Vad var bra under dagen träning? Vad kunde varit bättre på dagens träning? Hur ska vi göra nästa gång?

## 8. Lagorganisation

---

För att alla våra lag i föreningen ska fungera på ett bra sätt behövs det en fungerande ledarorganisation som föräldragruppen skapar tillsammans med stöttning från föreningen. Är det flera föräldrar som engagerar sig kring ett lag delas uppgifter upp på flera personer. Detta så en person inte behöver göra allt, då är även laget mindre känsligt för att läggas ner om en ledare slutar om det finns flera ledare kring ett lag.

Föreningens ambition är att minst två ledare per träningsgrupp ska gå Svenska Fotbollsförbundets Tränarutbildning C. Runt varje träning/match ska det finnas en ledare per ca 6 barn för att kunna nå våra uppsatta verksamhetsmål.

**Nedan följer en mall att sikta på för antal personer och ansvarsfördelning per lag:**

1. Minst en ansvarig ledare per träningsgrupp som gått Tränarutbildning C.
2. Hjälpledare, så det kan vara ca en vuxen per 6-10 barn beroende på barnens ålder på träning och match. Minst en hjälpledare ska gå Tränarutbildning C. Totalt två ledare inklusive huvudtränaren/tränarna ska ha genomfört Tränarutbildning C.
3. Minst en lagledare per träningsgrupp som tar ansvar för material för träning/match och administrativa delar som ex. FOGIS och bjuda in domare till matchen.
4. Minst två lagföräldrar som tar hand om lagkassan i varje träningsgrupp och som anordnar inkomstbringande aktiviteter till lagkassan. Vid frågor som berör lagkassan, ta kontakt med föreningens kassör. Lagkassorna i respektive lag ligger under föreningens kontroll och får inte finnas på en privatpersons konto.
5. Minst en lagförälder som ansvarar för tvättschema, körschema, kioskschema osv.
6. Minst en webbansvarig som ansvarar för lagets hemsida på laget.se.

Punkt 3-6 kan genomföras av en och samma person men utgångspunkten är att dela upp dessa delar på fler än en person.

Detta är ett minimum av engagerade vuxna runt en träningsgrupp. Principen är att jobba efter många som gör lite istället för få som gör allt. En förälder behöver inte vara fotbollsexpert för att kunna hjälpa till runt sina barns fritidsintresse i en ideell förening.

## 9. Hemsidan Laget.se

---

Mullsjö IF har en egen hemsida genom Laget.se, [www.mullsjoif.se](http://www.mullsjoif.se)

På hemsidan finns varje lag i föreningen representerat. Som ledare ska du ta kontakt med webbansvariga Emil Fritzell ([emilfritzell@hotmail.com](mailto:emilfritzell@hotmail.com) alt. 076-711 40 85) för att få en egen inloggning som administratör för ditt lag.

Gå in på Mullsjö IF:s hemsida och klicka på ert lag under menyn *Våra lag*. Därefter loggar du in uppe till höger. En ny sida kommer upp, medlemsvy. Vill du nu göra ett inlägg på lagsidan får du klicka på *Admin* uppe till vänster. Under information finns det flikar som du kan redigera.

Laget.se finns även som app till de flesta smartphones. Den fungerar lika smidigt som hemsidan och på liknande sätt, appen heter *laget.se*.









**Ledare** – I menyn där du väljer lag längst upp finns en sida för alla ledare i föreningen kallad *Ledare*. På denna sida under fliken *Dokument* finns det bra hjälp och tips med alltifrån övningar och hela träningspass både för utespelare och målvakter till knäkontroll, kost och samarbetsövningar av olika slag. Detta för att underlätta för dig som ledare att hitta nya övningar till dina träningar och annan information att använda sig av med ert lag. I menyn finns det också information om tränarutbildning och en länk till anmälan, dessutom många andra mycket bra och lämpliga länkar och övrig information om tex. spelformerna som är viktigt för dig som ledare att veta om beroende på lagets ålder du tränar. Det är via ledarsidan som vi sköter föreningens interna kommunikation till ledarna och våra lag.

**Nyheter** – Här kan du skriva information till spelare och föräldrar, matchreferat, allt som rör det lag du är ledare för. Det som skrivs här kan också övriga lag i föreningen läsa. För att lägga in en nyhet, tryck lägg till nyhet, skriv en rubrik om vad nyheten handlar om och sedan texten. Du kan även lägga till bilder och skapa länkar i nyheten om du skulle vilja och sedan publicera.

**Medlemsstatus** – Under ”Medlemsstatus” (via dator) och ”Medlemsavgifter” (laget.se-appen) ser du betalstatus för dem i ert lag. Grönt= betalt, Blå= fortfarande tid på sig att betala, Röd= förfallen faktura.

**Utskick** – Här kan du göra sms eller mailutskick till dina spelare eller till föräldrarna. Kontaktuppgifter till spelare och föräldrar ska finnas när de skrivit in sig på hemsidan för första gången. För de äldre lagens spelare är denna tråd väldigt bra att använda för att få reda

på om någon inte kommer på träning eller dylikt. Föräldrarna kan använda den om de behöver byta i körschemat eller något sådant.

Namn	Roll	Grupp	Personnummer	E-post	Mobil	Admin
Anna Nilsson	Spelare		20050217-1234	-	-	-
L Ulrika Nilsson	Förälder		-			-
L Pär Nilsson	Förälder		-			-
Beata Olofsson	Spelare		20050914-1234	-	-	-
L Malin Olofsson	Förälder		-			-
L Joakim Olofsson	Förälder		-			-

Se här hur en korrekt medlemslista ser ut. Spelare som egen medlem och föräldrar som egna medlemmar. Observera att fält för mobil och e-post på spelaren lämnas tomt om spelaren saknar detta. Fyll aldrig på med förälderns uppgifter på spelarens användarkonto.

**Medlemmar** – Alla nya medlemmar till laget ska skriva in sig på hemsidan genom att klicka på fliken *Bli medlem* på föreningens förstasida och fylla i sina uppgifter. På fliken medlemmar kan du se alla som är medlemmar på lagets sida samt kontaktuppgifter till spelarna och deras föräldrar. Om du trycker på en spelare eller förälder kan du redigera kontakt, där kan du lägga till dennes mobilnummer om det saknas för att kunna göra gratis sms utskick till spelarna eller föräldrarna i laget. Föräldrarna får alltid ett mejl när det är en ny nyhet som läggs upp på er lagsida om de har en e-postadress. Under *Grupper* kan du skapa interna grupper i laget. Allt från uppdelning av lag i laget eller exempelvis en föräldragrupp. Dessa kan ni sedan skicka ut information till direkt riktat mot den gruppen eller skicka en kallelse till spelarna.

**Aktiviteter** – Här ska du lägga in lagets olika aktiviteter, så som träning, teori eller andra lagaktiviteter m.m. Tryck på *Ny aktivitet*, välj aktivitetstyp och fyll i lagets uppgifter. Allt som läggs in här syns i huvudkalendern på hemsidan. **Alla ska uppdatera sina aktiviteter så fort det blir ändringar**, för då ser övriga lag det på huvudsidans kalender och planer blir inte dubbelbokade o.s.v. Inläggning av seriematcher sköter Jan Strömberg på FOGIS. Därefter måste varje lag lägga in samtliga matcher på laget.se på hemsidan, läs mer om detta under nästa rubrik nedanför *Serie/cup*. Flyttar ni någon hemmamatch tar ni kontakt med Jan om detta. När du skrivit in alla aktiviteter och matcher sköter du närvarorapporteringen här ifrån hemsidan eller via appen, då kan du sköta närvarorapporteringen direkt i samband med träningen ifrån din telefon, genom enkla tryck på din smartphone.

**Serie/cup** – Alla lag som spelar seriespel från 10 år måste importera sin serie i kalendern. Detta gör du genom att klicka på *Serie/cup* till vänster i menyn och sedan på *Lägg till serie/cup*. Därefter klickar du på *Importera serie* och väljer sedan den serien eller cupen som ert lag ska vara med i under säsongen i Smålands Fotbollförbunds regi. Klicka på *Importera*.

Sedan klickar du på *Ny serie/cup* bredvid importera serie och sedan skriver du in namnet på serien/cupen och väljer Mullsjö IF som ert lag. När du har valt lag kommer era matcher att synas i kalendern nästkommande dag då systemet uppdateras efter midnatt. Klicka på spara.

**Dokument** – Här kan du lägga in dokument som körschema, tvättlista, anteckningar från möten eller annat som berör ert lag. Tryck *Ladda upp dokument* och hämta filen du ska spara ner på sidan. Spara. Du kan även skapa olika mappar och på så sätt sortera de dokument du lägger upp på lagsidan om det blir väldigt många olika dokument.

**Supporten laget.se** – Om du skulle behöva hjälp av något slag med hemsidan kan du alltid kontakta supporten på laget.se, de är behjälpliga med de frågor du har att komma med.

Supporten är tillgänglig Må, 10.00-16.00, Tis-Fre, 09.00-16.00. Lunchstängt mellan 12.00-13.00. Telefonnummer är: 019-15 44 00. Du kan även mejla supporten på support@laget.se.

Håll dig regelbundet uppdaterad på hemsidan och framförallt på sidan *Ledare* för information.

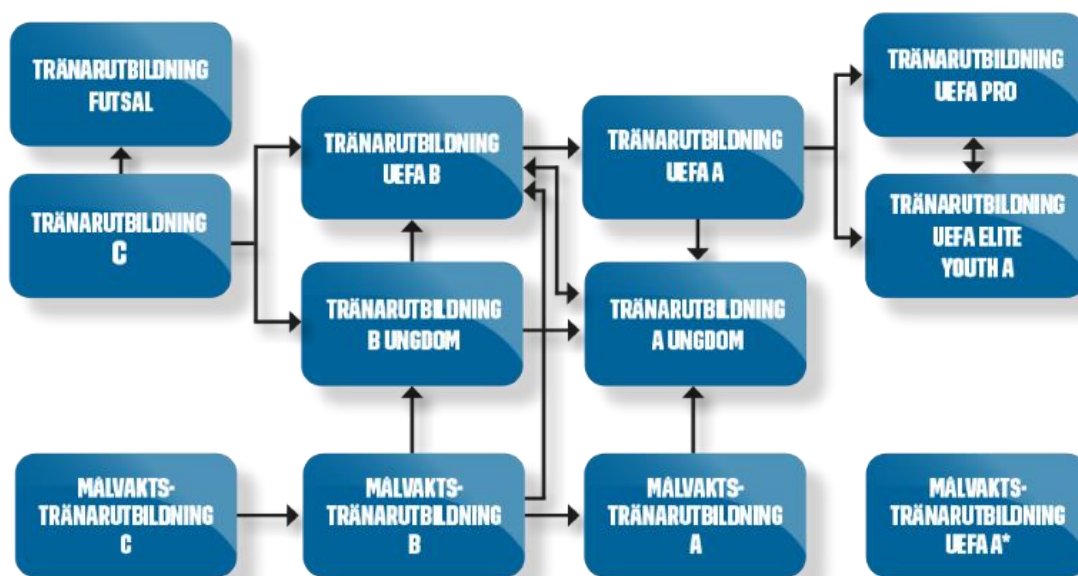


# 10. Ledarutbildningsplan

Varje barn och ungdom är värda att ledas av utbildade ledare. Mullsjö IF erbjuder ledare och tränare i föreningen att gå utbildningar via Smålands FF helt kostnadsfritt, detta för att utbildade ledare är en förutsättning för att ge alla barn, ungdomar och vuxna en så bra verksamhet som möjligt. I Mullsjö IF vill vi att så många som möjligt ska spela fotboll så länge som möjligt, och med din hjälp så bra som möjligt.

Mullsjö IF tillämpar Svenska Fotbollförbundets tränarutbildning, utbildningarna hålls via Smålands FF. Utöver fotbollskurserna får du som ledare gå utbildningar via RF-SISU Småland där utbudet av olika ämnesområden är mycket stort.

## Svenska fotbollförbundets tränarutbildning



### Utbildningarna som är kostnadsfria för dig som tränare är:

- Spelformsutbildningar
- Fotbollens spela, lek och lär
- Tränarutbildning C
- Tränarutbildning B Ungdom
- Tränarutbildning A Ungdom
- Målvaktstränarutbildning C
- Målvaktstränarutbildning B
- Tränarutbildning Futsal

Totalvärdet för dessa utbildningar är över 21 000 kr.

Beroende på vilket lag och vilken ålder du är tränare för finns det utbildningar som är anpassade efter alla erfarenheter och spelformer. Utbildningarna nedan är vad en ledare och tränare i Mullsjö IF ska genomföra i respektive spelform för att ge spelarna i laget en så bra träning och fotbollsverksamhet som möjligt, Detta för att skapa en bra, trygg och välmående idrottsmiljö för alla som är verksamma i föreningen.

### **Ny som ledare i föreningen utan tidigare fotbollserfarenhet**

- Fotbollens spela, lek och lär
- Spelformsutbildning för aktuell spelform
- Introduktionsutbildning för tränare
- Tränarutbildning C

### **Tränare 3 mot 3 och 5 mot 5**

- Spelformsutbildning för 3v3 och 5v5
- Tränarutbildning C - Ordinarie pris ca 2 200 kr

### **Tränare 7 mot 7 och 9 mot 9**

- Spelformsutbildning för 7v7 och 9v9
- Tränarutbildning B Ungdom - Ordinarie pris ca 5 000 kr

### **Tränare för 11 mot 11**

- Spelformsutbildning för 11v11
- Tränarutbildning B Ungdom - Ordinarie pris ca 5 000 kr
- Tränarutbildning A Ungdom - Ordinarie pris ca 7 000 kr

### **Tränare för Seniorer**

- Tränarutbildning A Ungdom alt. UEFA-B eller högre utbildning än så.

### **Futsalutbildning**

- Tränarutbildning Futsal - Ordinarie pris ca 3 500 kr

### **Utbildning för föräldragruppen i laget**

- Fotbollens spela, lek och lär
- Information om Mullsjö IF:s föräldrapolicy

Ta kontakt med Emil Fritzell om du är intresserad av att gå någon utbildning via Smålands FF eller RF-SISU.

Emil Fritzell  
[emilfritzell@hotmail.com](mailto:emilfritzell@hotmail.com)  
076-711 40 85

# 11. Material och omklädningsrum

---

## Materialförråd

- Som ledare har du ansvar för det material som ditt lag har tagit ut till träningen eller matchen.
- Allt material som är inköpt till föreningen ska förvaras i det gemensamma materialförrådet i källaren, inte hemma hos ledarna. Det finns inget som är vårt/ert, utan vi delar på allt material som finns i materialförrådet. Om vi behöver nytt material så kontakta Emil Fritzell.
- I materialförrådet finns det material som är till för alla lag; bollar, västar, konor, häckar, småmål, teknikstegar, pinnkonor, fotbollssarg och slalompinnar. För att alla ska kunna använda dessa saker ska de alltid lämnas tillbaka till sin respektive plats, så att nästa lag bara kan gå ner och hämta det de vill använda utan att leta.
- Pumpning av bollar är varje ledares ansvar, spelare ska inte pumpa bollar. Var försiktig med nippeln till pumpen så den inte böjs och går sönder.
- Efter träningen samlar ni in allt ni använde på träningen, bollar, konor m.m. och lägger tillbaka det i materialförrådet. Hade ni 15 bollar med er ut ska 15 bollar med in igen.
- I början av säsongen gör vi en inventering av vad som finns i förrådet och skriver upp på en lapp vad som finns, bollar, konor och västar mm.
- Varje lag har var sitt matchställ där det även ligger målvaktshandskar i de yngre lagens matchställ.
- När säsongen är slut ska allt material och alla matchställ läggas tillbaka i klubbstugan. Det kommer då att inventeras och kollas över. Vi skriver på ett papper vad vi fortfarande kan använda och vad som saknas eller behöver kompletteras. Insamlingen gör så att föreningen i god tid kan titta över nästa säsongens behov i materialväg.

## Omklädningsrum

Ledare och tränare ansvarar för att:

- Omklädningsrummet och duschen är riktigt städad efter varje träning och match du har med ert lag.
- Lampor är släckta och att klubbstugan är låst, om du är sist därifrån på kvällen. Vissa rum i klubbstugan på övervåningen har automatisk belysning som släcks av sig själv efter ett tag.

## 12. Användning av fotbollsplanerna

---

Punkterna nedan gäller både vid träningar och vid matcher på samtliga föreningens fotbollsplaner på Gruveredsvallen. Berätta även för spelarna vad som gäller med planerna, ju fler som tar hand om planerna desto bättre kommer de att vara och de håller sig i bra skick under hela säsongen.

- Samtliga mål uppe vid klubbstugan är och ska vara fastlåsta när det inte är träning. Nycklar till målen finns i materialförrådet och i nyckelskåpet på kontoret.
- Följ alltid träningsschemat som sätts upp i materialförrådet och som finns på ledarsidan. På schemat står det när och var ni tränar med ert lag.
- Använd friska och bra ytor på planerna, gärna mellan planerna för övningar som går att förlägga där.
- Undvik övningar eller spel mot en plan där match pågår så vi slipper få in bollar på planen under pågående match.
- Har ni en övning med mål inblandat ska målen flyttas till andra ytor på planen så vi inte sliter i onödan på straffområdena, eftersom dom områdena oftast slits hårdast kan dom då få en chans och återhämta sig.
- Inga träningar på A-planen, endast våra representationslag får träna där om inte styrelsen meddelar något annat.
- Spela aldrig på en vattendränkt plan.
- Hjälp till att hålla planen i bra skick genom att lägga tillbaka uppsparkade torvor, gröna sidan upp självklart.
- Det är förbjudet att beträda fotbollsplanen vid frost eller när en förbudsskylt sitter uppe vid planen.
- Efter träning och match ska målen ställas upp på hjulen, låsas fast på samma plats där ni tog dem ifrån och nycklarna lämnas tillbaka i klubbstugan. Ett tips är att be spelarna hjälpas åt att göra detta direkt när ni slutar så sparar ni som ledare själva tid. Detta gäller samtliga mål ni använt under träningen.

Kan vi följa dessa riktlinjer kommer planerna bli finare under hela säsongen och inga bollar kommer flyga in under match, det blir roligare och trevligare för alla. Om du har frågor kring planerna, klippning, kritning mm, kontakta vaktmästaren/planansvarige. Kontaktuppgifter till denne finns på sidan *Ledare* på [www.mullsjof.se](http://www.mullsjof.se).

# 13. Policy för lån av spelare

---

*Gäller från 2021-05-01*

Jämställdhet och inkludering är oerhört viktigt. Alla ska få vara med. Utifrån detta är det självklart för Mullsjö IF att spelare vid behov får hoppa in i ett annat lag för att träna och spela match.

Under säsongen kan det uppstå behov av att låna in spelare från andra lag i föreningen, då gäller nedanstående regler:

- Föreningens policy är att spelare i ungdomslagen generellt spelar med den åldersgrupp och kön spelaren tillhör.
- Syftet med att låna spelare mellan lag får aldrig vara att "toppa laget".
- Då frågan ställs till annat lag om lån av spelare till matcher ska ledare i första hand ställa frågan till lag i den yngre åldersgruppen, i andra hand till lag i den äldre åldersgruppen alt. till motsvarande ålder i flick/pojklaget.
- Om lag behöver använda sig av spelare från en annan årskull ska alltid ledarna i berört lag tillfrågas och ledarna kommer överens om vilken/vilka spelare som ska lånas innan kontakt tas med spelaren och dess föräldrar.

## **Att förhålla sig till som ledare vid lån av spelare:**

- Ledare ska försöka variera valet av olika spelare om laget behöver låna spelare från andra lag flera gånger under säsongen.
- Spelaren som tillfrågas ska ha hög närvaro vid sitt egna lags träningar och matcher.
- Spelare får ej lånas in på bekostnad av att någon i det egna laget får stå över eller få mindre speltid.
- En spelare ska i första hand alltid närvara vid det egna lagets träningar och matcher för att få delta i ett annat lags träningar och matcher.
- Ledare i det utlånande laget har ansvar för sina spelare och känner spelarna bäst, därför ligger avgörandet hos dessa ledare vem som ska lånas ut utifrån kriterierna ovan.

# 14. Genomförande av poolspel 6–9 år

---

När barnen är mellan 6–9 år spelar de poolspel som är en form av sammankomst under en dag för de yngsta barnen från flera olika föreningar. Börja med att läsa igenom de riktlinjer som finns för spelformerna 3 mot 3 samt 5 mot 5, dessa finns under dokument på ledarsidan på hemsidan, *SvFF:s spelformer*. Nedan är det beskrivet vad du som ledare ska tänka på vid ett genomförande av ett poolspel på Gruveredsvallen.

## Planer

- Kontrollera att planer finns lediga. För poolspel används 5 mot 5 planerna på B-plan.
- Boka planerna genom att titta i kalendern på hemsidan om det finns en ledig tid den planerade dagen för poolspelet. Sedan skriver du in i lagets kalender att ni har poolspel den dagen, därefter syns det för alla lagen på huvudsidans kalender på hemsidan.

## Omklädning

- När poolspel anordnas behöver ni ta hänsyn till lag som ev. spelar seriematcher på Gruvered samma dag, de har förtur till omklädningsrummen. Lagen som spelar poolspel kan byta om i omklädningsrummen men behöver samla ihop och ta ut sina saker ut därifrån när de är klara så fler kan använda omklädningsrummen.

## Spelschema

- Gör ett spelschema så att lagen får 3–4 matcher beroende på hur många lag som deltar. Ett tips! Låt inte lag från samma förening mötas om lagen har flera lag med.
- Kalla lagen vid olika färger istället för 1 och 2. Ex Mullsjö Gul eller Mullsjö Svart.

## Domare

- Lista på utbildade ungdomsdomare finns i klubbstugan och på ledarsidan på hemsidan.
- Använd de yngsta domarna så de får träning i att döma matcher.

## Övrigt

- Kioskens öppettider ansvarar laget för som anordnar poolspelet.
- Bjud in deltagande lag i god tid.
- Var på plats i god tid matchdagen. Förbered med bollar och ha ev. västar till hands om lag har samma tröjfärg.
- Använd bollstorlek 3.
- Läs igenom vad som gäller för spelformen 3 mot 3 och 5 mot 5 under dokument på ledarsidan på hemsidan, *SvFF:s spelformer*.
- Boka matchdräkter genom styrelsens ungdomsledarrepresentanter.
- Prata gärna med laget som är 1–2 år äldre än eran åldersgrupp då de har erfarenhet av att genomföra poolspel.

## **Följande punkter är tips från ledare som tidigare genomfört poolspel på Gruvered.**

- Var ute i god tid med saker.
- Skicka ut inbjudan till de andra föreningarna runt en månad innan poolspelet ska äga rum och ge dem ungefär en vecka på sig att anmäla hur många lag de kommer med. Om det blir fler lag än ni tänkt tar poolspelet längre tid och man behöver boka Gruvered längre samt fler föräldrar till kiosk och liknande.
- Gör klart vilka föräldrar som ska stå i kiosken så tidigt som möjligt (kanske till och med innan säsongen). Två personer i kiosken i entimmas-skift funkar bra som exempel. Om några som ska stå i kiosken skulle få förhinder så gör klart för dem att de själva får fixa ersättare först och främst.
- Skicka ut spelschemat till de andra föreningarna så fort ni har det klart.
- Om matcherna är 2x15 eller 3x10 så se till att ha 40 minuter mellan match-starterna.
- Gör klart med domarna i god tid innan poolspelet ska äga rum så det inte är några oklarheter där.
- Skriv ut lappar med lagens namn att sätta på dörrar till omklädningsrum. Skriv även ut lappar med antingen nummer (1 och 2) eller med A och B att sätta på målen för att visa tydligt vilken plan som är vilken.
- Skriv ut spelschemat och sätt upp vid kiosken, vid entrén och kanske någonstans vid planerna.
- Försök att ha någon tränare (eller utsedd förälder) som möter upp lagen som anländer och välkomna dem och berätta var de ska gå och vart saker och ting finns.
- Se till att ha bra pumpade bollar. Fyra bollar per plan så lagen har två bollar var att värma upp med innan matcherna.
- Domarna är unga och kan vara ganska nervösa. Ta emot dem väl när de kommer och se till att de bara behöver fokusera på matcherna de ska döma och inte behöver leta efter kläder osv. Fråga dem gärna under poolspelets gång om hur det går.

# 15. Vid hemmamatch i seriespelet

---

För lagledare och tränare är punkterna nedan hjälpmedel för att genomföra en hemmamatch för barn 10 år och äldre när de spelar seriespel. Seriespel utan tabeller börjar vid 10 års ålder.

## **Innan match**

- Ring och välkomna motståndarlaget senast fyra dagar innan match.
- Stäm av tiden. (Kontaktuppgifter finns på FOGIS, klicka på er serie samt motståndarlag).
- Kolla av så att ni inte har likadana dräkter.
- Ring och välkomna den uppsatta domaren till matchen. Vilken domare som ska döma er match ser ni på anslagstavlan inne i klubbhuset på Gruvered och på domarschemat på ledarsidan på hemsidan.
- Fyll i ert lag på FOGIS spelare och ledare, skriv ut tre kopior och ta med till match. Inloggning får ni från ansvarig person i styrelsen, ta kontakt med dem så hjälper de er.

## **Vid match**

- Se till att vara på plats senast en timme innan matchstart både spelare och ledare.
- Hälsa motståndarlaget välkommen!
- Lås upp omklädningsrum.
- Om domaren **inte** dyker upp, ring domaren. Telefonnummer hittar du på ledarsidan på hemsidan och på anslagstavlan på i klubbstugan. Får ni inte tag på den som är uppsatt att döma er match så får ni ringa till någon annan.
- Pumpa fem bollar till vardera lag att värma upp med. Använd tre av dem till matchen.

## **Under match**

- 5 minuter innan matchstart tar matchvärd Heja fotboll.
- Ställ upp och hälsa på motståndarlaget
- Följ våra riktlinjer för ungdomsmatch vilket finns beskrivet under delen barn och ungdomspolicyn i ledarmappen.
- Följ våra riktlinjer för Heja fotboll via Smålands FF.

## **Efter match**

- Skriv under tre kopior av motståndarens matchrapport och tre kopior av egen matchrapport. Behåll en av varje och sätt in i pärm för matchrapport på kontoret. Lämna två kopior var till domare och motståndare.
- Skriv under domarrapporten som du får av domaren (finns på kontoret).
- Om domaren inte har domarkvitto, så finns det extra i pärmen som heter ”ungdomsdomarkvittenser” på kontoret i klubbstugan.
- Rapportera resultatet på FOGIS senast 1 timme efter match. Antingen så loggar du in i FOGIS och gör det där eller så sms:ar du sedan in resultatet till FOGIS. Numret är **0730-126 126**. Skriv matchnumret, mellanslag, antal hemmamål, mellanslag, antal bortamål, ex. 141202088 3 2. Efter ca 30 minuter ska resultatet synas på Smålands fotbollsförbunds olika tabeller.
- Se till att både hemmalagets och bortalagets omklädningsrum är städade. Om det är sista matchen för dagen måste du se till att klubbstugan är låst och lampor släckta.



# 16. Domare

---

Föreningen har en egen lista över ungdomar som har gått domarutbildning och vi upprättar ett domarschema under säsongen vilka domare som dömer vilken match. Alla ungdomar som vill döma fotbollsmatcher ska få möjlighet att göra det.

De yngsta lagen ska helst ha yngsta domarna så att de äldre lagen som spelar 9 mot 9 och 11 mot 11 får de äldre föreningsdomarna. Finns det ingen föreningsdomare som kan döma er hemmamatch får vi som ledare ta kontakt med Smålands domarförbund.

## **Arvoden för föreningsdomare under säsong är:**

### **3 mot 3 och 5 mot 5**

Varje domare får 350 kr var för att döma under ett poolspel och att domaren då ska döma 4-5 matcher. Är det många matcher får i så fall fler domare tillsättas till poolspelet.

### **7 mot 7**

En domare 200kr/match, är det två domare så är det 150kr/match och person.

### **9 mot 9 och 11 mot 11**

En domare 350kr/match, är det två domare så är det 220kr/match och person.

- Domarpengar kan ledare kvittera ut från föreningens kassör Jan-Olof Larsson. Du får ta kontakt med honom på nummer 070-341 23 24 eller via mejl [baremosse@telia.com](mailto:baremosse@telia.com) Om ledare skickar sitt banknummer kan Jan-Olof sätta in domarpengar på ert konto. Gör då ett utslag på vad ni tror ni kommer göra åt fram till sommaren.
- Dagen innan match ringer du och välkomnar domaren som är uppsatt att döma er match. Ring och välkomna samtidigt in motståndarna några dagar innan till matchen.
- När domarna kommer till Gruvered på matchdagen hälsar vi dem välkomna och visar dem garderoben med deras domarkläder, flaggor, visselpipor och tidtagarur. Denna garderob finns i omklädningsrum 4. Se till att domarna hänger upp kläderna i garderoben igen efter dömd match samt lägger tillbaka resterande material som de lånat.
- På kontoret finns det en pärm som är märkt "Ungdoms Domarkvittenser" samt det årtal som gäller för den aktuella säsongen. Där fyller varje ledare i ett papper per domare och låter dem skriva under med namn och personnummer. Vi sätter sedan dessa papper sist i samma pärm och ger domarna sina arvoden. Detta kan göras både innan och efter match, beror på när det passar er bäst.

- Efter matchen ska domarna skriva in resultat, målgörare (beror på vilket lag de dömt) samt skriva under med namnteckning på domarrapporten. Originalen sätts in längst bak i pärmen "Domarrapport" som står på kontoret. En kopia ger vi till bortalaget och den andra kopian behåller vi ledare.
- Kom ihåg att tacka våra föreningsdomare för att de ställt upp och dömt er match.
- Har vi bokat en förbundsdomare kommer de med en blankett. Den ska vi skriva under, kopiera/fota av och sedan maila till Jan-Olof Larsson samma dag eller skicka som sms till 070-341 23 24.
- Som ledare rapporterar ni in resultatet på FOGIS senast 1 timme efter match. Antingen så loggar du in i FOGIS och gör det där eller så sms:ar du sedan in resultatet till FOGIS. Numret är **0730-126 126**. Skriv matchnumret, mellanslag, antal hemmamål, mellanslag, antal bortamål, ex. 141202088 3 2. Efter ca 30 minuter ska resultatet synas på Smålands fotbollsförbunds olika tabeller.

# 17. Kiosk

---

- Under egna hemmamatcher ansvarar laget själva för att kiosken är öppen. Det är bra att göra ett kioskschema när hemmamatcherna är inbokade för säsongen och dela ut till föräldrarna. Föräldrarna kan sedan byta med varandra om de inte kan det datum de har tilldelats.
- Utöver lagets egna hemmamatcher ska alla ungdomslagen ha hand om kiosken på seniorlagets hemmamatcher. Det blir 1-2 matcher per lag under säsongen för varje ungdomslag. Seniorlagen står också i kiosken på herr respektive dammatcherna.
- 50 % av vinsten i kiosken efter säsongen delas lika på alla ungdomslagen som tack för att lagen haft hand om kiosken vid 1-2 seniormatcher var plus sina egna hemmamatcher. Ett styrelsebeslut om detta togs i april 2019, ev. nystartade ungdomslag under säsongen är undantagna.
- Föreningen tar enbart emot swishbetalning i kiosken i samband med ungdomsmatcher. Numret är **123 319 93 79**. Be kunden skriva "Kiosk" under meddelande och att de visar er telefonen när betalningen har gått igenom för att få det bekräftat. Prislista för vad som ska säljas finns inne i kiosken.
- Vid poolspel får lagen sälja korv. Vid seriematcher för ungdomslagen får lagen inte sälja någon korv, detta säljs enbart på seniormatcherna och vid poolspelen.
- På väggen ovanför korvkokaren finns det en bruksanvisning på hur den fungerar. Strömbrytare finns på väggen till höger om bruksanvisningen. Efter matchen ska innebaljan i korvkokaren sköljas ur och diskas.
- Innan det är dags att stänga kiosken ska ni plocka in sakerna i skåpen, städa efter er samt släcka alla lampor så det ser rent och snyggt ut när ni lämnar klubbstugan.
- Swishnummer till kiosken på Gruvered: **123 319 93 79**
- Meddelande till kiosken vid köp: **Kiosk**
- Behöver något köpas in till kiosken kontaktar ni kioskansvarig, kontaktuppgifter finns på hemsidan.

# 18. Mall för föräldramöte i Mullsjö IF

---

Föräldramöten är ett bra sätt att kommunicera med övriga föräldrar i laget och kunna sprida ut ett lags arbetsuppgifter på flera personer än enbart tränaren. Det bästa är om tränaren enbart kan fokusera på det som berör fotbollsverksamheten. I samband med de första träningsveckorna på både våren och hösten ska ett föräldramöte hållas. Tränarna i laget har ansvar för att planera och genomföra föräldramöten med det egna laget.

Följande punkter ska vara del av mötet:

1. Presentation av tränare, hjälptränare och lagledare.
2. Vad den aktive ska ha för utrustning; bra skor, benskydd, kläder efter väder och vattenflaska.
3. Mullsjö IF:s organisation, hur föreningen fungerar och är uppbyggd på ideellt engagemang och ledarskap. Vilka som ingår i styrelsen, ungdomsrepresentanter, medlemskap, träningsavgifter etc.
4. Aktivitetsplan och årsplanering (träningar, läger, serier och cuper, sociala aktiviteter m.m.).
5. Informera om årets funktionärsuppdrag vid matcher, föreningsstädning och försäljning av bingolotter på hösten. Föräldraengagemanget är helt avgörande för föreningen ska kunna hålla så låga träningsavgifter som vi gör. Minst två föräldrar måste delta per tillfälle vid uppdrag anordnade av föreningen.
6. Information om att föreningens styrdokument ligger på hemsidan [www.mullsjoif.se](http://www.mullsjoif.se).
7. Informera om föreningens föräldrapolicy.
8. Informera om trafikpolicyn (om föräldrar kör spelare till matcher i föreningens regi).
9. Informera om föreningens Alkohol- och Drogpolicy.
10. Ekonomi, avgifter, lagförsäljning, lagkassa mm. Lagkassan får inte finnas hos en förälder utan måste vara under föreningens kontroll. 50% av föreningens förtjänst av varje såld bingolott tilldelas lagets lagkassa.
11. Vid skada – ring idrottens försäkringsbolag Folksam – Råd och vår för idrottsskador.
12. Uppdatera lagets adress och telefonlista.
13. Ledarnas egna punkter och övrigt att diskutera.

## 19. Folksam - Råd och vård för idrottsskador

---

Råd och Vård för idrottsskador är en kostnadsfri rådgivningstjänst och ingår i medlemsförsäkringen för idrottande fotbollsspelare i Mullsjö IF. Sprid gärna denna informationen till föräldrarna i laget.

Dit kan du som är idrottare, ledare och förälder ringa och få råd om hur du förebygger skador och besvär som kan uppstå i samband med idrottsaktiviteter.

När du ringer **Råd och vård på 020-44 11 11** får du prata med en legitimerad fysioterapeut / sjukgymnast som är specialist på idrottsskador. Skulle den som idrottar bedömas behöva mer än rådgivning ingår upp till två besök hos sjukgymnast och ett läkarbesök hos vårdgivare specialiserade på idrottsskador.

Om du eller någon av dina spelare har råkat ut för ett olycksfall hjälper sjukgymnasten er att dokumentera och anmäla skadan direkt till Folksam. Har du frågor om försäkring eller ersättning ska du kontakta **Folksam på 0771-950 950**.

*Vem kan använda Råd och Vård för idrottsskador?*

Råd och Vård för idrottsskador är en medlemsförmån för dig i föreningar inom Svenska Fotbollförbundet, ex. Mullsjö IF.

Råd och vård för idrottsskador har telefonnummer: **020-44 11 11**

Öppet vardagar mellan 08.00-17.00

## 20. BRIS - Stödlinje för dig som idrottsledare

---

Som en del i idrottsrörelsens arbete för en bättre och tryggare idrott för barn och unga har BRIS öppnat en telefonlinje som riktar sig till ledare och tränare inom idrottsrörelsen. Till stödlinjen, som är en del av BRIS och Riksidrottsförbundets samarbete, kan ideellt engagerade såväl som anställda inom idrotten ringa för att prata om oro kring ett barn.

**Stödlinjen har nummer 077-44 000 42**

**Öppen vardagar kl 9-12**

Redan idag får BRIS vuxentelefontal från idrottsledare. Med en särskild stödlinje, som är en del av BRIS och Riksidrottsförbundets samarbete, kommer det bli tydligare att det finns stöd att få för frågor som rör barns trygghet i idrottsrörelsen.

Stödlinjen har nummer 077-44 000 42 och är öppen vardagar kl 9-12 och det är BRIS kuratorer som svarar.

Till stödlinjen kan idrottsledare, tränare, ungdomsledare och andra som är engagerade inom idrotten ringa för att prata om oro kring ett barn. Syftet är att den som ringer ska få stöd, vägledning och information om hur denne kan bidra till att förändra barnets situation till det bättre.

**För mer information, kontakta:**

**Anna Setzman**

Pressansvarig Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna

[anna.setzman@rf.se](mailto:anna.setzman@rf.se)

070-564 52 16

**Anna Holmqvist**

BRIS pressekreterare

[anna.holmqvist@bris.se](mailto:anna.holmqvist@bris.se)

070-779 95 06