



Praktisk Info i ÖHK familjen

Resor:

Vid bortamatch som är längre än fem mil enkel resa så kan tränarna kvittera ut milersättning för sitt eget körande (max 2 bilar). Övriga bilar som behövs samordnas av föräldrarna och är upp till varje lag att organisera och bekosta. Vid matcher inom Göteborg så rekommenderar föreningen att man så tidigt som möjligt börjar med samling i den hall man skall spela. Det finns så många hjälpmedel numer att det inte skall vara några problem att hitta. Tänk bara på att det blir rättvist så att inte samma föräldrar alltid kör och att vissa spelare alltid bara åker med. Generellt anses att transporten i samband med resor i Önnareds regi är föräldrarnas ansvar. Vi förutsätter att chauffören är utvilad och i form oavsett ålder och körkortslängd. Samling sker i god tid för att inte behöva stressa i trafiken

Vid långa resor gäller följande prioritering: tåg, buss, privata bilar, minibussar, men minibussar rekommenderas inte. Om föräldrar anser att fel transportsätt sker vid något tillfälle ska detta sägas till ansvarig ledare före resan.

Cuper:

I ÖHK har vi vårt "Cuphjul" se specifikt bilaga "**Önnareds HK Cuphjul**". I Cuphjulet finns det beskrivet vilka cuper som är obligatoriska och vilka som är rekommenderade att deltaga på. Syftet med cuphjulet är att ge alla våra ungdomar en likartad upplevelse kring cuper oavsett vilket lag/åldersklass man tillhör. Vidare att det skall vara ett underlag för planering för lagen, då man i god tid kan planera för cuperna. Skulle det vara så att ett lags ledargrupp ej kan bemanna en cup är det ledarna i detta lags skyldighet att informera (UA) i god tid, så att planering kan vidtagas för att andra ledare kan bemanna laget vid en sådan situation. Detta är förhoppningsvis ingen situation som skall vara vanligt förekommande, inte minst pga. att Cuphjulet informerar lång tid i förväg om vilka cuper som kommer framöver för lagen. Vidare finns det ett syfte att fördela ut cuperna så att det någorlunda blir ekonomiskt jämnt fördelat.

ÖHK:s kansli hjälper till att anmäla lag till ungdomscuper om så önskas. ÖHK ser då till att avgiften blir inbetald i tid, i annat fall ansvarat laget själv för anmälan och betalning (rekommenderas). Klubben står inte för varken anmälningsavgifter, ledar- eller transportkostnader till några ungdomscuper. Avgiften får slås ut på de deltagande spelarna. Kostnaden belastar respektive lag egna lagkonto i föreningen och lagets ekonomiansvarig är den som ansvarar för detta konto.

Vår egen cup Göteborg Cup, är givetvis helt gratis att delta i.

Vid utdragning av lag ur cuper där vi inte får tillbaka startavgift får laget själva stå för startavgiften för det utdragna laget.

USM (SHF:s officiella tävlingar)



Alla officiella tävlingar anmäls av UA och när det gäller B-ungdom ett samråd mellan ungdomskommitté och respektive lags ansvarige ledare. För A- och Juniorverksamheten bestäms detta av vår Elitansvarige.

USM för B-ungdom, se även specifikt bilaga, Policy USM för B-ungdom.

Regler vid SHF:s officiella tävlingar. (Uppdaterad 2019-06-01)

ÖHK betalar startavgiften, resekostnadsutjämning till SHF samt domarkostnader.

Övriga kostnader såsom för resor, boende, mat mm betalas av deltagande spelare själva. Även ledarnas kostnader betalas av deltagande spelare.

Vid deltagande i USM´s finalsteg får lagen ytterligare en subvention, när det blir aktuellt kan UA upplysa om vad den är för närvarande.

Vid hemmaarrangemang står laget för arrangemanget.

Anmälan till seriespel:

Lagen anmäler antal lag i seriespel inför varje säsong till UA, dialogen om antal lag osv sker mellan lagen och UA.

Regler vid flytt av HFV Seriematcher :

Varje lag står själva för sina flyttavgifter när det gäller seriematcher. HFV:s regler säger att matchflytt är kostnadsfritt 21 dagar från matchstart senare än så är kostnaden 300kr (U10-11)/600kr (U12-19),. Flyttar man en match utan att meddelat HFV så är kostnaden 1500 kronor. Vid flytt för USM så tar HFV inte ut någon kostnad, och då belastas inte heller lagen med någon kostnad. Lämnar man wo så kommer alla avgifter som det innebär att dras från lagkontot. Vid specialfall så kan föreningen betala avgiften om man kommit överens om detta med UA eller att något extra har inträffat.

Laget som vill flytta matchen ansvarar för att göra matchflytten enligt följande:

- 1. Kontakta motståndarlaget och komma överens om en ny matchtid.
- 2. När lagen har kommit överens om en ny matchtid kontaktar laget som vill flytta matchen sitt kansli med följande info: matchnummer, vilka lag som möts, ordinarie matchtid och ny matchtid.
- 3. Kansliet ansöker om matchflytten till förbundet och återkopplar till laget när matchflytten är bekräftad.



Provträningar/Övergångar

Vi rekryterar inte aktivt från andra föreningar upp till B-ungdom.

När vi får förfrågningar från handbollsspelare som redan spelar (eller spelat nyligen) i andra föreningar, agera enligt följande:

Var tydlig med att vi följer förbundets direktiv om att spelare skall stanna kvar i sin förening så länge som möjligt med sina kompisar. Vi vill inte urvattna andra föreningar till plantskolor. Vi vill ha andra föreningar att möta.

Försök ta reda på varför spelaren vill byta. Vi välkomnar då försiktigt med fokus på individens välmående.

Om provträning blir aktuellt:

Ingen provträning görs utan att föreningens spelare kommer från är informerad samt Önnareds UA* godkänt träningen. Anledningen är att vi är en juste förening som värnar om våra relationer samt andra föreningars varande.

1-3 provträningar kan vara lämpligt.

Beslut om önskan av övergång (oavsett ja eller nej) måste meddelas vår UA.

Övergång:

Spelaruppgifter + kontaktuppgifter + anledning skickas in till UA. UA hanterar övergången.

Övergångar för A-ungdom och äldre hanteras av ÖHKs Elitansvaige

LOK-stöd:

Viktigt att närvaroregistrera sig för att klubben skall få LOK-stöd (bidrag)

De bidrag vi som klubb erhåller från kommun och stat varje år är viktiga för vår verksamhet. Dessa baseras på antal aktiviteter och antal deltagare 7-25 år + personer med funktionshinder alla åldrar.

Den som för närvaro måste finnas registrerad i systemet med fullständigt personnummer. En aktivitet måste vara minst 60 minuter, vara ledd av unik ledare och ha minst 3 unika deltagare per dag.

Redovisning LOK-stöd

Samtliga aktiviteter skall redovisas i Svenska lag, dvs måste närvaroföras utöver att kallelse skickats ut. Viktigt att vi använder Svenska Lag-appen för detta.

Föreningen får bidrag för högst 40 deltagare per sammankomst och man får bidrag för en aktivitet per dag. Detta hindrar inte att man är fler än 40 eller registrerar flera aktiviteter per dag. Har man ett stort antal deltagare där man delar på deltagare/ledare kan man göra flera grupper när man rapporterar närvaro.

För att underlätta bidragsansökan för cuper eller andra flerdagsaktiviteter som till exempel träningsläger är det önskvärt att man lägger in en aktivitet per cupdag där samtliga deltagare finns med. Varje cupmatch kan självklart också läggas in för att



få matchstatistik men dessa matcher kommer inte att ligga till grund för LOK-stöd.

RF-SISU

RF-SISU är en otroligt viktig del i vårt arbete för vidareutbildning av spelare och ledare. För att kunna uppfylla våra mål och förhoppningar om att t.ex. kunna skicka våra ledare på tränarutbildningar, så krävs det att alla lagen bidrar med SISU-timmar.

De timmar man lägger ner på SISU (teori) går tillbaka till lagen i form av utbildningspengar och material. Ju fler timmar varje lag redovisar desto mer utbildningspengar till lagen och föreningen. Alla lag ska i sin års planering planera sina SISU-tillfällen och redovisa till Ungdomskommittén. På vår hemsida finns tydliga dokument och tips på hur man använder sig av SISU och även en mall för vad som passar i vilken ålder. Där finns även redovisningsblanketter och instruktioner om hur dessa ska fyllas i på ett korrekt sätt.

Väldigt viktigt att tänka på är att LOK-stöd och SISU inte får redovisas under samma klockslag för en och samma grupp. Med en positiv inställning blir SISU både roligt och intressant för såväl spelare och ledare.

Konflikter:

Trots alla fantastiska spelare, ledare och föräldrar uppstår det ibland konflikter. Fundera gärna på; Vems är problemet? Är det barnets eller föräldrarnas? Försök att lösa problemet i tidigt skede innan det växer sig för stort! Vilka konsekvenser får konflikten för klubben, spelaren, er ledare och föräldrarna? Långa konflikter kan få stora konsekvenser för både laget och ledarna

En förälder/ledare/spelare som vid upprepade tillfällen visar prov på dåligt uppträdande, dålig attityd och inte följer föreningens policy kommer att kontaktas av Ungdomskommittén.

Beroende på incidentens omfattning och vad som hänt kommer föreningen därefter ta ett beslut om åtgärd. I värsta fall kan detta innebära att personen i fråga får lämna föreningen. Uppstår konflikter som ni inte klarar av att lösa inom laget är ni alltid välkomna att kontakta Ungdomskommittén.

Drog-Alkohol Policy:

I Önnereds HK följer vi riksidrottsförbundets drog-alkoholpolicy. Se PDF nedan för mer info.

[ANDT-policy_2014.pdf](#)



Utdrag ur belastningsregister:

För att vara ledare i Önnereds HK krävs ett utdrag ur Polisens "Belastningsregister", personer som tidigare inte varit ledare i Önnereds HK behöver lämna in ett öppnat kuvert från belastningsregistret till UA i Önnered innan "hen" kan starta som ledare. Vidare sker löpande att befintliga ledare skall skicka in utdrag för att kvarstå som ledare, UA i klubben ansvarar för detta.

Roller/administration i ett lag

Det krävs en hel del administration för att driva ett ungdomslag – utöver att planera träningarna. Det är viktigt att ett lag, så tidigt som möjligt, hittar hjälp/resurser hos föräldrar för att hjälpa till med de bitar tränarna inte hinner/vill ta. Ingen kan göra allt, men alla kan göra något – och det är dessutom mycket roligare när man är fler som gör det tillsammans! Ett ungdomslag i Önnereds HK behöver täcka upp för samtliga nedan områden. Självklart kan samma person vara ansvarig för flera områden, huvudsaken är att det finns ett namn för varje "position" så att inget faller mellan stolarna.

Försök sätta dessa roller så tidigt som möjligt i lagen (8-9 års åldern rekommenderas), exempelvis vid ett föräldramötet tidigt på säsongen. Vidare är det viktigt att de personer (oftast föräldrar) som tar sig an dessa roller har en nära dialog med ledarna i laget, gäller främst cup- och ekonomiansvarig.

Ett annat bra tips är att fråga andra lag hur de gjort med vissa frågor när det kommer till nedan roller.

Huvudansvarig tränare

Varje lag skall ha en huvudansvarig ledare. Även om det är flera tränare i ett lag, behöver en vara den som är ytterst ansvarig för helheten. Ansvarar att säsongsplanering, både för laget och individuellt för spelarna. Det är även viktigt vid kommunikation mellan klubb, lag, spelare och föräldrar att det finns 1st ledare som ytterst ansvarig för laget. Det behöver dock inte vara så att den huvudansvarige ledaren är det samma som den som är sportsligt ansvarig för coaching, träning osv.

Lagledare:

Lagledaren är "spindeln i nätet" för all administration och har nära samarbete med både tränarstab och övriga roller. (Bör vara någon i tränarstaben)

Medlemsregister

Alla medlemmar i laget ska registreras, och underhållas, på lagets sida på Svenskalag.se. Ledare, spelare – samt målsmän till spelare under 18 år. Medlemsregistret ligger till bas för både kommunikation, medlemsavgifter samt närvarorapportering.



Cupansvarig

Cupansvarig håller reda på anmälnings- och betalningsdatum för cuperna laget ska spela. Tänk på att en cup ofta blir fullbokad innan sista anmälningsdatum – så ta in anmälningar från spelarna, och anmäl er, i god tid! Kallelser kan med fördel skickas ut via Svenskalag.se.

Ekonomiansvarig

Varje lag har ett lagkonto hos föreningen, där bl.a. lagets överskott vid försäljning av ex. Idrottsrabatten sätts in och som används som "sluss" i de fall kansliet hjälper till med cupanmälan/betalning. Varje lag behöver ha ett eget (privat) konto utanför klubben där ekonomiansvarige kan ta in betalningar för cuper, försäljning etc. för att få en bättre/snabbare överblick på om någon betalning saknas. Vill man, så kan man sedan, med dessa medel, betala cupen direkt – eller föra över dem till lagkontot i föreningen och be kansliet betala cupen.

Försäljning

Alla ungdomslag säljer den sk Idrottsrabatten 2ggr /år. All övrig försäljning är frivillig, men rekommenderas som alternativ någon gång/år för att finansiera cuper och träningsläger som ofta kan bli ganska dyrt.

Ett nära samarbete med cupansvarig och försäljning är att föredra. Även om det medför en del "extra pill", rekommenderas att varje spelare får sin egen 'pott' tilldelad när det kommer till förtjänst av försäljning, som kan användas till den egna spelarens cup-utgifter eller aktiviteter. Dessa försäljningsintjänade medel bör inte betalas ut utan tillfaller lagkassan om spelaren ev slutar.

Hemsida:

Alla ungdomslag har en egen hemsida på Svenskalag.se. Den fungerar utmärkt som kommunikationskanal och underlättar administrativt då så gott som allt laget behöver går att hitta på ett och samma ställe. Minimikrav gällande hemsidan är: uppdaterat medlemsregister med namn, adress, (personnummer på spelarna och ledarna), mailadresser och telefonnummer (på målsmän för spelare under 18 år), samt kontinuerligt uppdaterad kalender med träningar, matcher och övrig viktig information. Seriespelet kan importeras in i den egna kalendern inför varje säsongstart. Sidan skall vara uppdaterad med nyheter och bilder så att den är lagets och föreningens skyltfönster.

Caféansvarig:

Laget tilldelas cafétider ca 3 gånger/år och tiderna skickas ut från kansliet/föreningen. Caféansvarig fördelar tiderna rättvist mellan föräldrarna samt informerar om cafépoolen. Här är det ett bra tips att se på dokument som andra lag har använt sig av tidigare år. Tränare som spenderar mkt tid med laget brukar generellt slippa cafétider.



Göteborg Cup:

Varje år i september anordnar Önnareds HK vår klubbens egen cup, Göteborg Cup. Varje lag ansvarar för driften i en spelhall - sekretariat, café, ev grill, städ m.m. och behöver därmed en samordnare som ansvarar för att föräldrar i laget tillsätts till angivna arbetspass.