Version 1
Oktober 2026

Mål och riktlinjer

Regionförbund ishockey Norr
Boden Hockey

REGION NORR
ISHOCKEYFÖRBUND

swehockey.se

Innehållsförteckning

Mål och riktlinjer 1

Innehållsförteckning 2

En grund från Ishockeyförbundet 3

Regler och bestämmelser 5

Föreningen Boden Hockey 6

Säsongen 26/27 8

Jämställdhet 16

Ekonomi och arbetsinsatser 17

Arbetsinsatser och försäljning i förening 20

Sponsring och intäkter 22

Spelarutveckling och träning och match 23

Sportsliga riktlinjer barn och ungdom 24

Seniorförberedande verksamhet 28

Riktlinjer för schemaläggning av ispass 32

Övergångar av spelare 33

Alkohol, narkotika, doping, tobak, spel samt psykisk hälsa 34

Riktlinje vid meningsskiljaktigheter 37

En grund från Ishockeyförbundet

Regionförbundet Ishockey Norr har tagit fram Mål och riktlinjer, en guide till föreningarna för hur ishockeyverksamheten ska bedrivas så att vi får så många spelare som möjligt, så länge som möjligt i så bra verksamhet som möjligt. Allt för ökat intresse i en föreningsishockey av högsta kvalité.

För att vi ska nå dessa mål så ska vi jobba med nedanstående principer.
klicka på respektive princip för att lära mer:









Mål och Riktlinjer utgår från Svensk Ishockey och dess forskning som råder just nu.
Vår önskan är att föreningarna i Region Norr bedriver verksamheten i enlighet med detta.

Vision, Verksamhetsidé, Kärnvärden

Svensk ishockey och Region Norr står på en fast grund när det gäller vart vi vill liksom vad vi står för, men också vilka vi är. Svensk Ishockey som har föreningsidrotten som grund innefattar den ishockeysverksamhet i Sverige som aktivt ställer upp på och verkar för att nå Svensk Ishockeys gemensamma vision samt ställer upp på, lever och verkar efter Svensk Ishockeys gemensamma kärnvärden och verksamhetsidé.
Det är Svenska ishockeyförbundets medlemmar – den demokratiska strukturen – som utarbetar och beslutar om vision, verksamhetsidé och gemensamma kärnvärden för Svensk Ishockey. Beslut som fattas på Svenska ishockeyförbundets förbundsmöte. Medlemskap i Svenska ishockeyförbundet kan enbart beviljas till föreningar som lever upp till de kriterier för medlemskap som läggs fast i Svenska ishockeyförbundets stadgar och som därigenom ligger i linje med Riksidrottsförbundets medlemskap.

Svensk Ishockeys vision är att vara Sveriges mest engagerande idrott

Vi ska vara bäst i världen i ishockey på alla nivåer och vara den idrott som engagerar mest och flest. Svensk Ishockey ska också vara en samlande kraft och bidra till en föreningsishockey av högsta kvalitet och att bygga vårt framtida samhälle.

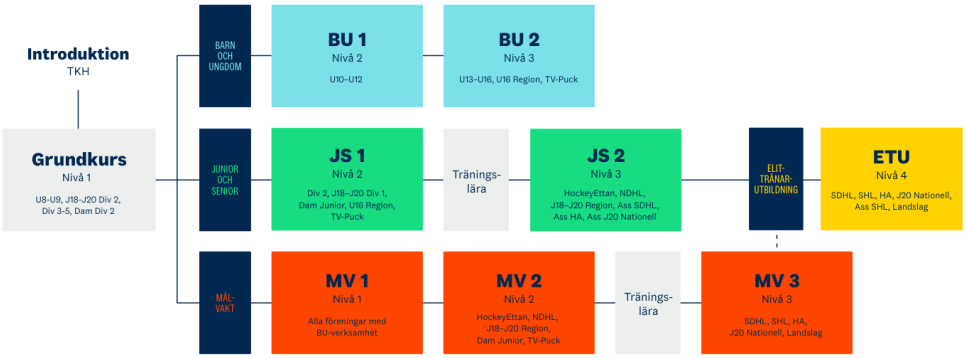
Vi ska genom vår verksamhet säkerställa att våra föreningar, spelare, tränare och domare på alla nivåer ges möjligheten att nå sin fulla potential. Vi ska på alla nivåer i vår organisation driva utveckling av ishockeyn i Region Norr. Regionerna har ett särskilt fokus på **Föreningsishockey av högsta kvalitet**.

Svensk Ishockeys verksamhetsidé

Svensk Ishockey - tillsammans tar vi ansvar och skapar passion, framgång och glädje i vardagen.
Vi är en av de mest framgångsrika idrotterna i Sverige och en av de mest framgångsrika inom vår idrott i världen. Det ska vi fortsätta vara. Vi ger människor glädje och gemenskap, upplevelser och stolthet.



Mål och Riktlinjer	
Valberedning som arbetar aktivt	Arbeta aktivt för att få in rätt person på rätt plats,
Uppdaterade stadgar	Ses över varje år, uppdateras vid årsmötet
Verksamhetsidé Vision Värdegrund	Ändamål med föreningen – varför finns vi till? Vart vill vi? Vårt önskade tillstånd Vad står vi för? Vårt förhållningssätt och beteende
Verksamhetsplan - Årshjul	Beslutas på årsmötet – ett årshjul med en handlingsplan, vem gör vad, när och budget
Tydlig organisation - föreningen	Vilka roller bör finnas i föreningen? Verksamhetsplan för året
Tydlig organisation - Lag	Vilka roller bör finnas i ett lag, utbildning
Riktlinjer spelare	Matcher, Antal sammandrag, Övrigt, Aktiviteter, Fokusområden, Cuper, Sommaraktiviteter
Ekonomi i balans	Följa idrottens kontoplan - Tydlighet, vilka avgifter och arbetspass som gäller
Kommunikation	Strategi i föreningen - Vad, Vart, Hur, Vem och När?



Regler och bestämmelser

Inom Svensk Ishockey och Region Norr finns följande bestämmelser att förhålla sig till, klicka på respektive, för att läsa mer:

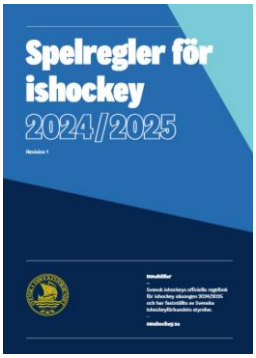












Föreningen Boden Hockey

Föreningens styrande dokument är dess Stadgar (Senast reviderad 2025), Mål och riktlinjer samt Strategisk 3-5 årsplan med tillhörande verksamhetsmål. För ytterligare stöd i arbetet finns Rutiner för Boden Hockey och verksamhetens årshjul.

Föreningens verksamhetsidé, vision, kärnvärden & mål	
Verksamhetsidé	***GÖR DIN RESA MED BODEN HOCKEY*** *Historiskt har Norrbotten fostrat stora hockeytalanger. Här är isen nära, från uterinkar till frusna sjöar och det arvet lever vidare. I Boden tar vi nästa steg och bygger en förening där nästa generation kan stanna i regionen, växa och sikta högt*
Mål	***TA ÄNNU ETT STEG I UTVECKLINGEN MOT ALLSVENSKAN***
Vision	***"FÖR NÄSTA GENERATION, NORRBOTTEN & FRAMTIDENS HOCKEYSVERIGE"***
Värdegrund	***AGERA***

AGERA	
Samtliga inom Boden Hockey bär ett ansvar för att föreningen bedrivs i enlighet med värdegrunden. All verksamhet, från kansliets korridorer till ishallens hjärta, ska genomsyras av AGERA. Detta ställer krav på att du som medarbetare, ledare, engagerad och förälder är väl införstådd i samtliga av föreningens dokument. Aktiva förväntas ta ett allt större ansvar med ålder och mognad.	
Ansvar	Vi stöttar och ställer upp för varandra oavsett vem vi är och vilken roll vi har i föreningen. Vi ansvarar för varandra både på och utanför isen vilket innebär ett ansvar för sitt eget agerande och samtidigt en skyldighet att agera om något eller någon inte upplevs i enlighet med Boden Hockeys värdegrund.
Gemenskap/ glädje	All verksamhet inom Boden Hockey ska präglas av gemenskap och glädje. Gemenskap skapar vi tillsammans genom engagemang, öppenhet och dialog. Vi ses och bygger relationer där de mjuka värdena är centrala. Naturligtvis ska vi fira framgång tillsammans!
Engagerade	Tillsammans förvaltar och utvecklar vi Boden Hockey. Vi behöver tillsammans hitta lösningar och ibland kompromissa. Det är viktigt att vi står enade tillsammans och verkar i samma anda. Vi hjälps åt och stöder den ideella grundtanken.
Respekt	I Boden Hockey respekterar vi varandra oavsett kön, funktionsnedsättning, ålder, etnisk tillhörighet, könsidentitet el könsuttryck, religion eller annan trosuppfattning och sexuell läggning. Upplever du kränkningar el diskriminering ska du AGERA och du bär ett självklart ansvar att vår miljö präglas av respekt. En respekt som gäller ledarteam och spelare som även sträcker sig till dig som funktionär, domare och förälder. Både i vår egen miljö och andras. Du förväntas representera Boden Hockey i enlighet med vår värdegrund. I vår verksamhet pratar vi direkt till den det berör, ödmjukt och inlyssnande.
Attityd	Attityden är din inställning, sättet du tänker och agerar på. Hur du utrycker dig språkligt, i skrift och tal. Kom ihåg att ditt kroppsspråk tydligt visar din inställning. I Boden Hockey hälsar vi på varandra, dels i hallen dels när vi ses i andra sammanhang. Du hälsar alltid på besökare och vägleder dem rätt i vår verksamhet.

Säsongen 26/27

Mål Boden Hockey
• Ta steget upp i allsvenskan • Utveckla flickors möjlighet att spela ishockey • Öka antalet ishockeyspelare i våra ungdomslag med start i TKH • Öka antalet funktionärer och medlemmar i föreningen • Bygga en stabil organisation med tydliga roller i föreningen i förhållande medarbetare, styrelse, tränare och ledare samt funktionärer. • En ökad omsättning med ekonomi i balans

Boden Hockey arbetar för
• att förbättra flickors möjlighet att spela ishockey • att ha ett lag i samtliga barn- och ungdomsserier, U9-U16 • att skapa lokalt spelarunderlag för bra resultat i U18 och U20 • att utbilda lokala spelare så pass kvalitativt att de kan ta steget in i vårt representationslag

Fakta om föreningen	
Boden Hockey bildades	2005
Antal medlemmar	600 medlemmar varav ca 400 spelare
Lag i Boden Hockey	TKH, U9-U16, U18, U19D, U20 och representationslaget.

Fakta om föreningen

Föreningens styrelse

Föreningens styrelse utses på årsmötet av föreningens medlemmar. Vid årsmötet den 4 juni 2026 valdes följande styrelseledamöter, vilka säsongen 26/27 har följande roller och ansvar:

Ordförande	**Markus Sammeli** Leder styrelsens arbete varvid det är viktigt att ordförande har stort engagemang och tid för föreningsarbete. Brukligt är att ordförande är föreningens representant i olika frågor och sammankallande för möten. Ordförande bör vara väl insatt i vilka krav som ställs på föreningen från andra organisationer och intressenter.
Vice ordf & säkerhetsansvarig	**Mattias Öhrvall** Har en god dialog med ordförande kring styrelsens arbete samt avlastar ordförande kring att representera föreningen i olika sammanhang.
Sekreterare	**Jonathan Andersson** Protokollför styrelsemötena samt arkiverar protokoll och dokumentation kopplat mot styrelsearbetet.
Kassör	**Anders Björnström** Förvaltar föreningens ekonomiska tillgångar vilket innebär ett övergripande ansvar för budget, bokföring och bokslut. Klubbchef ansvarar för att den ekonomiska budgeten efterlevs av organisationen. Kassör bör ha engagemang i föreningen och kunskap om förhållandet mellan ekonomi och verksamhet. Bevakar lagar och regler för ekonomisk rapportering för föreningen. Ovan kräver inloggning till föreningens affärssystem för att t ex se fakturor.
Ungdomsansvarig	**Peter Wester tillsammans med Linda Lundborg** Tillsammans med ledarna ansvariga för spelarnas utveckling, både vad avser ishockeyspelare, aktiva i Boden Hockey och medmänniskor.
Ledamöter	**Ronnie Arespång, Bengt Lindbäck & Petter Nilsson**

Viktiga punkter att ha med vid varje styrelsemöte
• Ungdomsverksamheten TKH – U15 • Äldre ungdomslag och seniorverksamhet U16-A-lag • Rekrytering och behålla perspektiv • Ekonomi/marknad • Anläggning • Övrigt

Ansvarsområden i Boden Hockey

Klubbchef	Petra Åkerblom
Sportchef	Jens Hellgren
Materialansvarig	Jim Vennberg (Föreningsansvar)
Ungdomsansvarig	Linda Lundborg & Peter Wester
Junioransvarig	Staffan Eklund & Ulf Taavola
Tre Kronor Hockeyskola TKH-ansvarig	Olle Nilsson
Domaransvarig	Mats Rönnbäck & Mattias Sundelin
Målvaktsansvariga	U18 & U20: Mikael Huhta (Mentorskap U16) Representationslaget: Markus Ottosson (Mentorskap föreningens målvaktsverkstad)
Tränare U16	Huvudtränare: Jens Persson. Ass tränare: Tobias Westlin Målvaktstränare: Niclas Nyman
Tränare U18	Huvudtränare: Ville Riekola. Ass tränare: Jens Printz
Tränare U20	Huvudtränare: Mats Samuelsson. Ass tränare: Oskar Lindström
Tränare U19D	Tränare: Vakant Målvaktstränare: Elliott Bjärenfall
Representationslaget	Huvudtränare: Robert Bergdahl. Ass tränare: Robert Dahlroth
Fystränare U18-A-lag	Robin Askebrand
Hockeygymnasiet	Robert Bergdahl
Kansliet	Petra Åkerblom (Klubbchef) Jens Hellgren (Sportchef) Alexander Englén (Marknadsansvarig) Elena Tuunanen (Privatmarknad) Lennart Erkki (Kansli)

Roller i Boden Hockey

Kansli - Administrativa/utbildningsuppgifter

Sociala media, system och digitala kanaler	• Hemsida • Sociala medier • SportAdmin (Föreningssystem) • TSM/OVR Support
Informationslänk och kommunikationskanal inom och utom föreningen	• Länk mellan lag och kansli • Länk mellan kansli och externa aktörer • Länk mellan funktionärer och kansli • Länk mellan styrelse och förening • Svara i telefonen och på mail i förhållande till öppetider • Kontakt mellan Region Norr och föreningen • Kontakt mellan RF-SISU och föreningen • Kontakt med HockeyEttan och föreningen
Matcher samt sammandrag	• Arrangemang och sändning till HockeyEttan. • Behjälpliga inför sammandrag och matcher • Skapa samt underhålla dokumentbank för att underlätta arrangemang • Inköp till PUB-verksamhet
Marknad och Ekonomi	• Intäkter till föreningen • Anordna olika företags- och föreningsevenemang
Vägledning för ledare	• Belastningsregister • Utbildning inom föreningen samt informera om Region Norrs utbildningar • Bollplank vid sportsliga- samt värdegrundsfrågor • Sammankalla till lagledar- samt ledarträffar
Säsongsförberedelser	• Ansöka om förbehåll till Svenska Ishockeyförbundet för cuper samt andra stora evenemang i Boden • Anmäla till serier • Anmäla till DM • Säsongsregistrera spelare före 1 oktober • Söka och rapportera stöd i Idrottsarenan (RF-SISU)

Olika roller i föreningen

Ungdomsansvariga	• Sportslig vägledning för ledarteam • Vägledning kopplat mot frågor som rör värdegrund • Kalla till lagledarmöten • Säkerställa att föreningen behåller spelare
Junioransvariga U16-U20 samt U19D	• Sportslig vägledning för ledarteam • Vägledning kopplat mot frågor som rör värdegrund • Spelarrekrytering till U18, U20 samt U19D • Kalla till lagledarmöten • Säkerställa att föreningen behåller spelare
Sportgrupp	• Spelarrekrytering tillsammans med Sportchef • Stötta junioransvariga i sportsliga frågor
Sportgrupp – Ungdom	• Vara budbärare av hur föreningen önskar arbeta sportsligt ”röda tråden”
Marknadsgrupp	• Behjälpliga att säkerställa intäkter till föreningen tillsammans med marknadschef och privatmarknad
Kioskansvarig	• Sköter inköp till kiosk, A-Lag samt kansli • Bemanning kiosk/pub • Information till lagens kioskansvariga
Pubansvarig	• Sköter inköp till Pub
Säkerhetsansvarig	• Ansöker om tillstånd från myndigheter • Säkerställa att matcher genomförs i enlighet med myndigheters och HockeyEttans direktiv
Sändningsansvarig	• Drift vid matcher • Underhåll av utrustning • Bemanning vid matcher
Sekretariatsansvarig	• Drift vid matcher • Underhåll av utrustning • Bemanning vid matcher
Domaransvariga	• Ska fungera som ett stöd åt föreningsdomarna • Tillsättning av domare till matcher • Utbilda domare
TKH ansvarig	• Tillsammans med administratör på kansliet ansvara för det administrativa arbetet kopplat till TKH. Kansliet ansvarar för att söka och återrapportera projektstöd med grund i TKH-ansvariges underlag • Tillsammans med marknad och ungdomsansvarig aktivt arbeta för rekrytering av spelare och ledare • Säkerställa att föreningens ledare inom TKH genomför regionens fysiska TKH-utbildning • Tillsammans med kansliet säkerställa föräldrainformation och skapa möjligheter till dialog med föräldrar i TKH • Ge stöd till blivande U9 föräldrar att bilda lag. Arbetet med lagbygget ska starta senast vid jul den sista säsongen som TKH-spelare

Lagorganisation

Förväntningar på dig som ledare…
• Följer Svensk Ishockeys och Boden Hockeys Mål och Riktlinjer samt rutiner för Boden Hockey. • Att du företräder Boden Hockey som en god ambassadör med ett positivt förhållningssätt. Du förväntas vara kommunikativ gentemot spelare, föräldrar, ledare och medarbetare i Boden Hockey samt externa parter såsom domare och andra föreningar. • Årligen lämna utdrag ur belastningsregistret. Ska uppvisas vid säsongsstart. • Teamet ansvarar för en god utvecklingsmiljö under träning, vid match och andra aktiviteter. • Delta vid föreningens ledarträffar. • Ska max vara 3-4 personer från ledarteamet per lag vid sammandrag och matcher.

Som ledare i föreningen får du…
• Föreningen bekostar tränarutbildning för upp till två tränare/år/lag. • Ledarstaben tilldelas totalt 3000 kr/lag till profilkläder till ledare förutsatt att genomförda utbildningar enligt förbundets utbildningstrappa är genomförda. • Ledarna tilldelas ledarkort för inträde till matcher i grundserien. • Möjlighet att påverka lagets och föreningens utveckling vid ledarträffar.

Lagets olika roller…
• ***Ledarteam*** – **Tränare (2st)** – Huvudtränare (1st) Assisterande tränare (1st) – **Fystränare (1st)** – **Målvaktsledare (1st)** – **Lagledare (2st)** – **Materialare (2st)** – **Istidsansvarig (1st)** Någon av ovanstående roller kan bära ansvar för istider alternativt någon annan person. Detta avgör varje enskilt lag. • ***Övriga engagemang*** – **Kiosk- och sekansvarig (2st)** - är roller som finns i lagen och anses vara föräldraengagemang.

Att vara ledare är ett ömsesidigt förtroendeuppdrag.

Arbetsuppgifter för respektive roll inom ett lag

I detta avsnitt går vi in mer i detalj vad varje roll inom ett lag innebär. Utan att samtliga roller är tillsatta kommer föreningen inte att anmäla ett lag till en serie. Noterbart är att det krävs 11 personer för att få organisationen att fungera på ett hållbart sätt. Flera lag har även fler personer utöver dessa roller som är involverade kopplat mot olika försäljningar för att bygga upp en ekonomi på sitt lagkonto. Därför inleds detta avsnitt med rollen som är utöver dessa 10 personer men 11 stycken roller.

Föräldrar

Du som förälder betyder väldigt mycket för föreningen och ditt barns idrottande. Som förälder i Boden Hockey bör du vara insatt i vad som gäller i föreningen och vilka åtaganden du har för att stötta föreningen och alla spelare, inte bara ditt eget barn.

Att tänka på:

- Stötta ALLA spelare
- Vägled ditt barn konstruktivt
- Ge beröm till alla och framför allt på vad spelarna gör, inte resultatet av vad vi gör
- Ha en tillåtande attityd, “pusha” inte för din egen skull.
- Barn idrottar på sina egna villkor
- Ta reda på vad barnet vill/känner – ha en dialog
- Ha ett positivt kroppsspråk och tonläge
- Heja lagom mycket
- Undvik att lägga dig i träning och match, låt ledarna vara ledare
- Kritisera inte spelare/domare, tänk om det var ditt barn någon pratade om
- Låt spelarna utvecklas i sin takt och låt oss prova så många sporter vi vill.
- De är barnen som idrottar, inte du
- Det är en ideell verksamhet, du ska engagera dig i föreningen utan arvode. Som förälder ska du genomföra förenings- och laguppdrag. T ex försäljningar för föreningen och lag, eventarbete, kiosk- och sekretariatbemanning samt A-lagskiosk.
- Vara en bra förebild

Materialare

- Materialledare är ansvarig inför föreningens materialansvarig och deltar vid föreningens materialträffar.
- Materialare ansvarar för lagets fysiska arbetsmiljö i omklädningsrum och vid matcher. Ovan innebär att hen säkrar kvaliteten men samtliga roller i laget bidrar till t ex städ.
- Materialare säkerställer att utrustning medtas till matcher och aktiviteter. En ytterst ansvarig materialare/lag ska finnas ska fungera som kontakt framförallt inför/efter säsong samt i e v materialarfrågor.
- Finns med i båset vid matcher (max 2 st materialare).

Tränare

- Planera och leda träningar samt utvärdera, såväl is- som fysträning
- Coacha matcher (max 2 tränare i båset)
- Planera och leda aktiviteter utanför isen, teambildning
- Viktigt att minst en tränare, innehar rätt utbildning enligt SIF:s utbildningsstege. Tränare ansvarar själv för att säkerställa detta.
- Ledarteamet har en kontinuerlig dialog med ungdomsansvariga samt deltar på de möten föreningen kallar till.
- Planera och säkra tillsammans med lagledare att laget genomför de evenemang laget med dess föräldrar är ålagda.
- Ansvara för att en dialog sker med spelare kopplat mot spelarutveckling likaväl som övriga sociala frågor.
- Gå Svenska ishockeyförbundets rekommenderade utbildning för att bedriva verksamhet inom given ålder. Mer information finns under avsnittet *Sportsliga riktlinjer* längre ner i dokumentet.

Lagledare

- Lagledare ansvarar ytterst för kallelser i för föreningen avsedda forum, bokningar inför aktiviteter, att laget genomför de aktiviteter laget är ålagda från föreningen, delta vid lagledarmöten, administrativt arbete i samförstånd med kansliet och lagets ekonomi.
- Lagledare får i samförstånd med kansliet fakturera föreningen. Förskott kan ges efter dialog med kansliet vid tillfälliga reseutgifter. Respektive lagledare är skyldig att löpande rapportera sina lagkostnader (intäkter och utgifter) under säsongen.
- Lagledare ansvarar för att laget rapporterar in spelare inför matcher i enlighet med bestämmelser och att OVR samt TSM rapportering fungerar vid matcher. Säkerställer att deltagande i cuper endast sker vid sådana som är sanktionerade av förbundet. Lagledare säkerställer att laget deltar i DM och en serie.

Målvaktsledare
Enligt SIF tävlingsbestämmelser. • Målvaktsledare är ansvarig inför föreningens målvaktsansvarige och ska delta vid målvaktsträffar. • Person i ledarteamet som ansvar för målvakternas utveckling. • Rätt utbildning enligt SIF:s utbildningsstege. Målvaktsledare ansvarar själv för detta,

Kiosk- och sekansvarig
Med stigande ålder för laget ökar arbetet och det är viktigt att föräldragruppen bidrar relativt likvärdigt. För att lagledare ska orka sitt uppdrag krävs stöd från kiosk- och sekansvarig som i samförstånd med lagledare fördelar arbetsuppgifter och kommunicerar info kring dessa. Kiosk- och sekansvariga är viktiga resurser vid planering av cuper samt kommunikation och organisation att vara andra lag i föreningen behjälpliga vid cuper. Sek-ansvarig säkerställer att seket genomgått avsedda utbildningar och att matcher genomförs i enlighet med bestämmelser. Seket bär ansvar för att matcher rapporteras i enlighet med bestämmelse. Kiosk- och sekansvariga är inte att betrakta som ledare i laget.

<u>24 – timmars regel:</u>
Om problem uppstår, tänk – 24 timmars regeln, vilket innebär att vi sover på saken och tar upp händelsen med berörda 24 timmar efter aktuell händelse.

Jämställdhet

I Boden Hockey har vi grundtanken att kvinnor och män ska ha lika möjligheter, rättigheter och skyldigheter att utvecklas inom föreningen. Det kan dock finnas skillnader men föreningen eftersträvar att arbeta medvetet kring detta. Att ha lika förutsättningar kan därför te sig olika vid en första anblick. Vi tror precis som Riksidrottsförbundet att en jämställd idrott är en förutsättning för framgångsrik ishockeyutveckling i Region Norr.

Ekonomi och arbetsinsatser

Checklista inför säsong

- Föreningen har betalt anmälningsavgifterna samt övriga förfallna avgifter till Regionförbundet innan seriespelet påbörjas,
- Föreningen har inkommit med senaste årsredovisning och verksamhetsberättelse för det senast avslutade räkenskapsåret innan seriespelet påbörjas (avslutas räkenskapsåret senare än den 30 juni är föregående års handlingar tillräckligt). Föreningens verksamhetsår och räkenskapsår omfattar tiden 1 maj till 30 april.
- Årsmöte ska hållas före utgången av junimånad och en vecka före årsmötet ska verksamhetsberättelse, årsredovisning/bokslut, revisorernas berättelser, verksamhetsplan och ekonomisk plan finnas tillgängliga. Om det här finns i stadgarna behöver det inte stå här
- Föreningen har betalt lag eller spelarförsäkring via Gensidige.
- Medlems- och deltagaravgift är betald enligt sista betalningsdag.

Medlems- & deltagaravgift säsongen 2026/2027

Som medlem har du rösträtt vid föreningens årsmöte om du under mötesåret fyller lägst 15 år, ditt medlemsskap har beviljats minst två månader före årsmötet och att förfallna medlemsavgifter har betalts senast två månader före årsmötet. Medlem som inte har rösträtt har yttrande- och förslagsrätt på mötet.

Spelare betalar medlemsavgiften betalas i samband med deltagaravgiften.

Medlemsavgift

Medlemsavgift	286kr
Medlem för familj boende i samma hushåll	400kr
Livstidsmedlemmar*	1500kr

*Inför årsmötet 2027 kommer det att läggas fram ett förslag att ta bort möjligheten att teckna livstidsmedlemsskapet.

Deltagaravgift

TKH	0kr *OBS medlemsavgift*
U9	1 500kr
U10	1 700kr
U11	2 700kr

U12	3 000kr
U13	4 000kr
U14	4 500kr
U15	6 000kr
U16	8 000kr
U18	17 000kr *25 000 kr från internationell förening + IIHF transfer*
U20	17 000kr *25 000 kr från internationell förening + IIHF transfer*
U19D	7 000kr
Senior	1 500kr

Betalning

- Deltagaravgiften för U16-U20 samt U19D faktureras under sommaren.
- Ungdomslag faktureras under hösten.
- Om deltagaravgiften ej är betald på sista betalningsdagen enligt faktura får spelare inte träna el stå på is.
- Avgiften kan delas upp på 6 månader via quickly.

Vid flytt av spelare permanent under säsongen mellan olika grupper gäller:

- Före årsskifte - uppräkning av avgift till aktuell nivå
- Efter årsskifte - ingen avgiftsförändring

Spelare som tillkommer under säsong:

- Före årsskifte - hel deltagaravgift debiteras
- Efter årsskifte - halv deltagaravgift debiteras

I deltagaravgiften ingår följande

- Boden Hockey bekostar deltagande i en serie/lag. För lag som deltar i fler än en serie/lag kommer en extra avgift att tas ut (seriekostnader + resor). Viktigt varje lag för en dialog med kansliet.
- Försäkring, spelarkort samt DAIF för U9-U16.
- Licensavgift lag och registreringsavgift spel
- Hallhyra träning/match
- Domaravgift vid seriematcher
- Fri entré till Boden Hockeys tränings- och seriematcher
- Matchställ (tröja och damasker)
- Träningströja för is
- Tillgång till slipmaskin för slipning av skridskor.
- I mesta möjliga mån materialrum för utrustning alt eget omklädningsrum för större delen av säsongen
- Tillgång till Boden Hockeys gym (U9-U15 under ledares ansvar)
- Kansliadministration
- Lån av målvaktsutrustning upp till U12
- Puckar till träning och match
- U15-U16 domarutbildning för att kunna bli föreningsdomare. Utbildningen är kostnadsfri.

- Förmånliga priser på gymmet Nordic Wellness
- För U18, U19D och U20 ingår kostnader för logi och frukost vid bortamatcher i grundserien. Inga bokningar får ske utan dialog med kansliet. Laget förväntas välja ett billigt alternativ, önskas bättre standard faller mellanskillnaden på laget.
- Målvakterna får ett bidrag på 4000 kr som utbetalas deras första år i U18 samt U19D verksamheten efter uppvisande av kvitto till kansliet.

Resor till och från matcher säsongen 26/27

Alla lag ska nyttja BHF:s avtal med Bergdahls busstrafik. Bussresor bokas via mailadressen: info@bergdahlsbuss.se av någon i ledarteamet.

Billigaste resmöjlighet ska sökas och tåg är ett bra alternativ som ska väljas om möjligt. Gällande resor till Kiruna och Gällivare ska laget eftersträva att åka tåg. Bokning ska ske via Axess resebyrå. Vid anmälan till fler än en serie bekostas resa endast för en serie.

Telefonnumret till Malin Wikman som sköter föreningens bokningar på Axess: 079 585 95 64.

Bussresor som ingår för lagen

- **U9-U10** är berättigad en valfri bussresa per säsong, exkl busschaufförskostnad som laget bekostar själva. För medföljande föräldrar utgår en kostnad om 150 kr/medföljande. Familj 250 kr. Swishas till föreningen.
- **U11-U16** Busskostnader exkl busschaufför ingår i samband med seriematcher bortsett från Sunderbyn, Luleå, Kalix, Älvsbyn och Piteå. Ovan förutsätter rimlighet, ett lag med få individer kan inte förutsätta att en stor buss är självskrivet. Om buss används och föräldrar medföljer erläggs en kostnad av 150 kr per person och 250 kr för en familj. Swishas till föreningen.
- **U18, U19D samt U20** Busskostnader exkl busschaufför ingår i samband med seriematcher bortsett från Sunderbyn, Luleå, Älvsbyn. Gällande gemensam resa till seriematcher i Kalix och Piteå ska lagledare kontakta kansliet i god tid före bokning för dialog om kostnaden ska tillfalla laget eller föreningen. Föräldrar är inte medföljande.

Vid resor till sammandrag/cuper och träningsmatcher utanför serier bekostar laget själva resan.

Bokning av boende

När föreningen står för boende under grundseriespel så ska man boka via Axess resebyrå. Laget förväntas välja det billigaste alternativet, önskas bättre standard faller mellanskillnaden på laget. Inga bokningar får ske utan dialog med kansliet.

Telefonnumret till Malin Wikman som sköter föreningens bokningar på Axess: 079 585 95 64.

Profilkläder

- Spelare från TKH till U20 köper själva sina profilkläder via Team Sportia i Boden.
- Respektive lag kan sälja en reklamplats på vänster arm (strl 8x20cm) på värmejacka och träningsjacka, se lagsponsring.
- Laget kontaktar alltid kansliet före kontakt med TeamSportia.

Arbetsinsatser och försäljning i förening

Detta avsnitt gäller målsman eller förtroendeperson till spelare inom Boden Hockey samt spelare om denne är myndig eller i arbetsför ålder.

Kiosk och pub

- Vid **egna** matcher/cuper/sammandrag ansvarar laget för att ordinarie kiosk är öppen och bemannad. Vid cuper/sammandrag ska även lättare matförsäljning finnas såsom korv, varm smörgås och hamburgare.
- Vid **representationslagets** samtliga matcher ansvarar alla lag för att bemanna kiosken samt bidra med två flaskplockare till pub. Ersättning betalas inte ut till respektive lag utan går till föreningsgemensamma utgifter. Undantaget är U9-U11 som endast genomför spelformen sammandrag med förhållandevis låga kostnader och således får 1000 kr per kioskuppdrag till sitt lagkonto.
- Samtliga lag ska **bidra med bakning** till föreningens kioskverksamhet.

Föreningsförsäljningar

I Boden Hockey får maximalt två föreningsförsäljningar ske per säsong. För familjer med mer än ett barn i Boden Hockeys ungdomsverksamhet maximeras antalet försäljningstillfällen till två för de äldsta barnet och ett försäljningstillfälle för det yngsta.

Inför säsongen 26/27 är föreningsförsäljningar:

1) **Skoterlotter (10st/spelare)**
   Varje förälder ansvarar att hämta sitt häfte på kansliet efter att lagledaren informerat att de ska göra detta. Det totala försäljningsbeloppet regleras genom faktura via SportAdmin för skoterlotterna.
2) **Kroppsvårdsprodukter i 3-pack (Lotion, duschgel samt deo) samt 4-pack deo.**
   Varje lagledare ansvarar för att fördela ut dessa produkter inom laget för försäljning.

Föreningen erbjuder lagen även försäljningssamarbeten till sina lagkassor (Bingolotto, Bambusa sockar samt Tvättex). Vid intresse ta kontakt med kansliet via kansli-mailen.

Föreningsuppdrag

Varje lag har olika föreningsuppdrag där det framgår i listan nedan vilket som tillfaller vem.

TKH	• Föräldrar kan behöva vara behjälpliga på is
U9	• Powerbreak vid A-lagets matcher. U9 cup, sponsor • Genomför minst 2 sammandrag/säsong
U10	• Powerbreak vid A-lagets matcher. U10 cup, sponsor • Genomför minst 2 sammandrag/säsong
U11	• Powerbreak vid A-lagets matcher. U11 cup, sponsor • Genomför minst 2 sammandrag/säsong
U12	• Powerbreak vid A-lagets matcher. BEAB cup, sammandrag

	• Genomför minst 2 sammandrag/säsong
U13	• Powerbreak vid A-lagets matcher. Inleder powerbreak för säsongen. • Niklas Wallincup som arrangeras under höstlovet
U14	• Hivecup arrangeras i slutet av säsongen, sportlovet/efter sportlovet. • Julmarknad/Skyltsöndag. Bemannas av U14 samt U19D tillsammans med kanslipersonal. Handlar om att promota eventuell föreningsförsäljning samt hamburgeförsäljning.
U15	• Armécupen som arrangeras helgen efter nyårsafton/trettondagshelgen. • Bemanning skördemarknad tillsammans med U16 samt kanslipersonal. • Försäljning av skoterlotter samt hamburgare.
U16	• Höstcup sista helgen i sept. • Bemanning som parkeringsvakt där intäkten går till lagkassa • Bemanning skördemarknad tillsammans med U15 samt kanslipersonal. Försäljning av skoterlotter samt hamburgare.
U18	• Load Up North vartannat år. • Vara behjälpliga vid föreningens egna cuper.
U20	• Load Up North vartannat år. • Vara behjälpliga vid föreningens egna cuper.
U19D	• KidzDay Bodentravet i juli. Fokus: skottramp för barn. Behov: 2-4 spelare kl 10-14 (pågående lunchtrav). • Skyltsöndag. Bemannas av U14 samt U19D tillsammans med kanslipersonal. Handlar om att promota eventuell föreningsförsäljning samt hamburgarförsäljning. • Bemanning som parkeringsvakt där intäkten går till lagkassa
A-LAG	• Assistera övriga lag vid Load Up North, Skördemarknad och Skyltsöndag.

Information gällande anordnande av egen cup/sammandrag

- Namnen på cuper för U9-U11 går att sälja till en sponsor. Alla kostnader som kan härledas till cup betalas av arrangerande lag. Vid cuper läggs lagsponsringen som intäkt till cupen.
- Optimalt antal deltagande lag är 10 st. Max antal lag = 12 st p g a tillgång till omklädningsrum.
- Ersättning vid cup och sammandrag är 30% av den totala vinsten som tillfaller arrangerande lag. Vinst är skillnaden mellan inköp/kostnader och inkomster.
- Vid anordnande av cup stödjs genomförandet av närmast lag under/över. All dokumentation sparas i avsedd mapp för att finnas tillhanda för kommande lag.
- Lagen uppmanas att skapa lotterier för att bygga lagkassa, 100% till laget

Information gällande deltagande vid cup/sammandrag

- Deltagande i cuper som arrangeras av andra föreningar får endast ske vid cuper som är sanktionerade av förbundet. Laget finansierar cupdeltagandet själva.
- Vid deltagande i Lilla DM och Lilla VM står resp lag själva för deltagaravgiften.

Lagkonto

- Varje lag har ett eget bankkonto under Boden Hockey. En lagledare från laget har tillgång till kontots saldo. Anmäl vem detta ska vara till kansliet.

Sponsring och intäkter

Boden Hockey har fyra typer av sponsring.

1. Föreningssponsring

- Sköts huvudsakligen av Marknadsgruppen tillsammans med marknadschefen där 100% av intäkterna tillfaller föreningen.

2. Lagsponsring

1. Alla barn- och ungdomslag får möjlighet att själva ordna lagsponsorer om de vill, med följande riktlinjer:
    a. Innan ett lag kontaktar ett företag om sponsring ska företagsnamn och kontaktperson mejlas till marknad för godkännande. Detta för att undvika att samma företag kontaktas av flera personer inom föreningen, samt säkerställa att företaget inte redan är i dialog med föreningen kring ett eventuellt sponsorsamarbete.
    b. Sponsorer får exponeras med klistermärken på spelarnas hjälmar (fram, bak eller sidor), eftersom hjälmarna ägs privat.
    c. Lagen får även söka sponsring för specifika saker, t.ex. värmedressar, joggingställ, vattenflaskor, cuper eller bussresor. Exponeringen får dock endast ske på hjälmar eller på det som sponsringen avser, t.ex. kläder eller vattenflaskor, förutsatt att hela laget har samma.
    d. Lagsponsorer skulle även kunna få sin logotyp på sponsrade lagets sida på hemsidan.
    e. Administrativ avgift till föreningen följer en *fast summa* beroende på vilket belopp som sponsringen handlar om. Skulle ta bort de lägre summorna på de lägre beloppen. Struntsummor som bara retar upp och lägga högre summor på de högre beloppen

    Under 5000kr innebär att allt går till laget maximalt 3gånger/säsong därefter 1000kr till föreningen.
    5000 till 10 000kr innebär 1000kr till föreningen.
    10 000 till 20 000kr innebär 1500kr till föreningen.
    20 000 till 70 000kr innebär 2000kr till föreningen.
    70 000 till 100 000 innebär 3000kr till föreningen.
    100000kr eller mer 5000kr till föreningen.

3. Sponsring vid cuper
• Vid cuper ska sponsring användas till att arrangera cupen, oavsett typ. Ska redovisas som en intäkt till cupen.

4. Lagarbeten
• Alla lag har möjlighet att själva ta på sig arbeten som städjobb och försäljningar etc. Föreningen fakturerar och bokför det som intäkter på lagets föreningskonto kallad lagkonto.

Kansliet ska eftersträva att dokumentera vilka sponsorer som finns, oavsett typ av sponsring, på hemsidan för att underlätta för varje lag när de ska leta sponsring.

Spelarutveckling och träning och match

Träning

Lärande måste få ta tid och lärprocessen ser olika ut för individer. Ha inte för bråttom med att gå in och korrigera och instruera kring det spelaren gör på träning.

- Uppmuntra och förstärk ansträngningen, inte endast resultatet.
- Ge positiv förstärkning på önskvärda beteenden. Då kommer barnen att vilja göra mer av det samtidigt som de får en ökad känsla av kompetens och därmed bättre motivation.
- Balansen mellan antalet träningar och matcher ska vara sådan att antalet matcher per spelare inte går ut över spelarens möjlighet till träning och utveckling. Samtidigt får inte antalet organiserade träningar vara så många att det går ut över individens möjligheter till vila och återhämtning eller till deltagande i andra idrotter.

Deltagande i privata aktörers verksamhet får inte gå ut över deltagande i seriespel eller cuper/sammandrag. Spelare som vill delta i andra (icke SIF-anslutna) aktörers selekterande match- & turneringsverksamhet kan göra det genom att söka och beviljas tillstånd för deltagande i enlighet med kap.2 §5 i SIF's stadgar.

Svensk ishockey har enats om en gemensam utvecklingsmodell där vi är överens om att vi inte selekterar barn utifrån de för tillfället bästa, eller de som i framtiden bedöms bli de bästa, till matcher eller turneringsspel. I den mån föräldrar väljer att anmäla sitt barn till match- eller turneringsspel i eller

utanför Sveriges gränser där hen representerar en aktör som inte är medlem i SIF skall tillstånd sökas hos SIF som gör en bedömning om detta skall godkännas eller ej.

Sportsliga riktlinjer barn och ungdom

TKH till U12 samt F10 och F12

Spelas på anpassade ytor och med ett anpassat ramverk. Med spel på mindre ytor och med ett anpassat ramverk utbildar vi problemlösande och tekniskt skickliga ishockeyspelare på ett bättre sätt. Spelformerna gör också att vi bättre optimerar utvecklingen och utbildningen av unga spelare. Dessutom knyter alla områden i spelet an till spelförståelse och även utvecklar speluppfattning.

- Börja gärna med att ge enklare individuell feedback till varje spelare.
- Skapa en struktur hur ni ser alla spelare.
- Skapa en trygg ishockeymiljö genom att ha teambildningsaktiviteter utanför planen, minst en gång per år i dessa åldrar. Tag gärna hjälp av föräldragruppen.

Tre Kronors Hockeyskola (TKH)

Tre Kronors Hockeyskola välkomnar ALLA barn 5–8 år. Strävan är att få fler killar och tjejer att spela ishockey. Att under lekfulla former få fram känslan för spelet, glädjen, leken och spontaniteten så att så många som möjligt, så länge som möjligt, i en så bra verksamhet som möjligt fortsätter att spela ishockey.

Matcher:	Spelas på 1/6 plan (15x20 meter) Inga matcher spelas mot andra lag.
Ledarutbildning:	Fysisk TKH-utbildning
Aktiviteter:	2 gånger/vecka. En gemensam pojk- och flicktid. Förläggs vardag samt helg. Försök prioritera stående träningstider. Eftersträva bokning av både utom- samt inomhusis för att skapa möjligheten att dela upp TKH-gruppen som ofta har högt antal utövare.

U9 P/F

Matcher:	Enligt SIF:s ramverk för anpassade spelformer.
Antal sammandrag:	Enligt ramverk, spelas på 1/6 plan (15x20 meter)
Ledarutbildning:	Grundkurs, nivå 1.
Aktiviteter:	1-2 gånger/vecka
Övrigt:	Träning prioriteras före match. Inga resultat eller individuell statistik får föras. Matchtid minst 15 minuter, 60 sekunders spelarbyte. Blå puck ska användas.
Fokusområde:	Träna omväxlande ishockeyns fem tekniska grunder. Prioriteraskridskoteknik. Påbörja närkampsspel (skydda puck, blad mot puck mm). Spelets fyra roller – uppmärksamma alla roller
Fysisk aktivitet:	Före eller efter ispraktik – motoriska övningar – t.ex. balans och frekvens. Fokus på inlärning av rörelsemönster. Aktiviteterna baseras på lek och glädje.
Dispenser:	Inga dispenser krävs.

	Stort ledaransvar, anmäl i rätt ålderskategori. För flicklag kan rätt ålder behöva frångås för att möjliggöra deltagande i sammandrag Prioritera annan sommaridrott tills den är avslutad sommaridrott.
Fokusområde utanför is:	Att vara en bra kompis

U10 P/F

Matcher:	Enligt SIF:s ramverk för anpassade spelformer.
Antal sammandrag:	Enligt ramverk, spelas på 1/4 plan (15x30 meter)
Ledarutbildning:	BU1, nivå 2.
Aktiviteter:	2–3 gånger/vecka
Cuper:	2st/säsong
Övrigt:	Träning prioriteras före match. Inga resultat eller individuell statistik får föras. Matchtid Minst 15 minuter, 60 sekunders spelarbyte med ljudsignal och pausas. Blå puck ska användas.
Fokusområde:	Träna omväxlande ishockeyns fem tekniska grunder. Prioritera skridskoteknik Närkampsspel (skydda puck, blad mot puck mm). samt passning- och mottagningsteknik Spelets fyra roller – uppmärksamma alla roller
Fysisk aktivitet:	Före eller efter ispraktik – motoriska övningar – t.ex. balans och frekvens. Fokus på inlärning av rörelsemönster. Aktiviteterna baseras på lek och glädje.
Dispenser:	Inga dispenser krävs. Stort ledaransvar, anmäl i rätt ålderskategori, undantag flickhockey i avseende att kunna delta i sammandrag som lag.
Fokusområde utanför is:	Att vara en bra lagkompis

U 11 P/F

Matcher	Enligt SIF:s ramverk för anpassade spelformer.
Antal sammandrag:	Enligt ramverk, spelas på 1/4 plan (15x30 meter)
Ledarutbildning:	BU1, nivå 2.
Aktiviteter:	2–3 ggr/ vecka 1 allsidig fysträning i samband med träning eller match
Cuper:	2st/säsong
Övrigt:	Träning prioriteras före match. Inga resultat eller individuell statistik får föras. Matchtid minst 15 minuter med fria byten.
Fokusområde:	Träna omväxlande ishockeyns fem tekniska grunder. Prioritera skridskoteknik Passning- och mottagningsteknik samt skotteknik Spelets fyra roller – uppmärksamma alla roller
Fysisk aktivitet:	Före eller efter ispraktik – motoriska övningar – t.ex. balans och frekvens. Fokus på inlärning av rörelsemönster. Aktiviteterna baseras på lek och glädje.
Dispenser:	Inga dispenser krävs.

	Stort ledaransvar, anmäl i rätt ålderskategori, se samma som ovan avseende flickhockey.
Fokusområde utanför is:	Att vara en bra kompis på och utanför isen

U 12 P/F

Matcher:	Enligt SIF:s ramverk för anpassade spelformer.
Antal sammandrag:	Enligt ramverk, spelas på 1/3 plan (20x30 meter)
Ledarutbildning:	BU1, nivå 2.
Aktiviteter:	3–4 gånger/vecka 1st allsidig fysträning i samband med isträningen
Cuper:	2st/säsong
Övrigt:	Träning prioriteras före match. Inga resultat eller individuell statistik får föras. Matchtid 2x8 minuter, fria spelarbyte.
Fokusområde:	Träna omväxlande ishockeyns fem tekniska grunder. Prioritera skridskoteknik Skotteknik samt klubbteknik Prioritera: Spelets fyra roller – uppmärksamma alla roller.
Fysisk aktivitet:	Före eller efter ispraktik – motoriska övningar – t.ex. balans och frekvens. Fokus på inlärning av rörelsemönster. Aktiviteterna baseras på lek och glädje.
Dispenser:	Inga dispenser krävs. Stort ledaransvar, anmäl i rätt ålderskategori, se ovan avseende flickhockey.
Fokusområde utanför is:	Kost och sömn

U13 P/F

Matcher:	Enligt Region norrs tävlingsbestämmelser.
Ledarutbildning:	BU2, nivå 3.
Aktiviteter (riktlinjer):	3–4 gånger/vecka 1st allsidig fysträning i samband med isträningen
Spelarutbildning:	Obligatorisk domarutbildning, teori
Cuper:	Max 2st/säsong
Övrigt:	Träning prioriteras före match.
Dispenser:	3 utbildningsplatser för spelare från U12.
Fokusområde:	Varierande träning av ishockeyns tekniska grunder. Rekommendation stationsträning. Rekommendation växla spelarpositioner – MV, back, FW. Spel och träning på mindre ytor – hög träningsintensitet, utveckla speluppfattning och främja snabbt beslutsfattande. Prioritera Spelets fyra roller.
Fokusområde utanför is:	Äta, sova, träna och skola

U14 P/F

Matcher:	Enligt Region norrs tävlingsbestämmelser.
Ledarutbildning:	BU2, nivå 3.
Aktiviteter:	3-4 gånger/vecka 1 allsidig fysisk aktivitet i samband med isträningen 1st teori i samband med isträning
Cuper:	2st/säsong

Spelarutbildning:	Obligatorisk domarutbildning, teori
Övrigt:	Träning prioriteras före match.
Dispenser:	TK jobbar på nytt förslag
Fokusområde:	Varierande träning av ishockeyns tekniska grunder. Rekommendation stationsträning. Rekommendation växla spelarpositioner – MV, back, FW. Spel och träning på mindre ytor – hög träningsintensitet, utveckla speluppfattning och främja snabbt beslutsfattande. Prioritera Spelets fyra roller.
Fokusområde utanför is	Att göra varandra bättre

U15 P/F

Matcher:	Enligt Region norrs tävlingsbestämmelser.
Ledarutbildning:	BU2, nivå 3.
Aktiviteter (riktlinjer):	4–5 gånger/vecka 2 st allsidig fysisk aktivitet i samband med isträningen 1st teori i samband med isträning 2–4 sommaraktivitet bör erbjudas
Cuper:	2 st/säsong
Spelarutbildning:	Obligatorisk uppdatering regelverket
Övrigt:	Träning prioriteras före match.
Dispenser:	TK jobbar på nytt förslag
Fokusområde:	Varierande träning av ishockeyns tekniska grunder. Spel och träning på mindre ytor – hög träningsintensitet, utveckla speluppfattning och främja snabbt beslutsfattande. Spelövningar helplansspel för att utveckla spelförståelse kopplat till taktik och spelidéer. Prioritera Spelets fyra roller
Fokusområde utanför is:	ANTD

Sportslig kompass Boden Hockey

Toppning ska inte förekomma på U13-U15-nivå.

Tränare ska inte ska manipulera matchutgång genom att toppa laget för att göra kortsiktiga resultatmässiga framgångar. Som tränare ska du ha spelarnas långsiktiga utveckling för ögonen och skapa ett klimat i gruppen där alla spelare gör allt de kan för att tävla och vinna varje enskild kamp och match.

Individanpassning

Träning anpassad till var och en utifrån färdighets-, kunskaps- och mognadsnivå samt biologisk mognad. Kan genomföras oavsett hur träningsgruppen eller laget är sammansatt men ska inte förekomma varje träning med samma individer. Viktigt att med ökad ålder på ett positivt men ändå vägledande förhållningssätt coacha barnen i ishockeyns grunder, dels som lag dels individuellt. Spelarna ska vägledas i det sociala samspelet i laget samt hur de agerar vid deltagande i matcher och sammandrag/cuper.

I U15 ökar många gånger spelares egen förväntan på individuella resultat samt även lagets utveckling och resultat där samtliga, oavsett inställning till ishockeyn, är ömsesidigt beroende av varandra. Det ökade fokuset följer med ålder och mognad men naturligtvis även den förväntan och de drömmar som TV-pucken medför. För ledare i vår förening kan det vara en utmaning att kombinera allas olika drömmar, mål och förväntningar varvid en ökad dialog ska finnas med ungdomsansvarig för att säkerställa att föreningen

kombinerar allas möjlighet till deltagande med individers möjligheter att börja utvecklas mot en mer satsande ishockey.

Selektering och toppning

Selektering och toppning innebär att välja ut de för tillfället bästa, eller de som i framtiden bedöms bli de bästa, till matcher, läger, lag eller träningsgrupper. Följande fördelar i matchsammanhang är en form av selektering och toppning: en alltid given plats i laget, mer speltid, spel i kritiska lägen eller mer speltid i en attraktivare position i laget. Detta ska inte förekomma i Boden Hockey i åldrarna U9- U15.

Nivågruppering

Då lag eller träningsgrupper delas med anledning av att förbättra individuella spelares förutsättningar utifrån färdighets- och kunskapsnivå och permanentas över en längre tid. Nivågruppering ska inte förekomma i Boden Hockey. Däremot kan lag som har få antal spelare behöva delas med anledning av svårigheter att skapa bra tränings- och matchmöjligheter.

Rotation mellan åldrar

Spelare tillhör sin åldersgrupp (d.v.s. det år spelaren är född e v undantag flicklag el lag med få spelare). Spelare kan träna extra med äldre och yngre. Spelare kan vid behov med anledning av fåtal spelare lånas mellan lag till matcher. Ingen spelare ska lånas så att ordinarie lags spelare får planerat mindre speltid. Båda scenarion ovan sker i samråd mellan spelaren och ledarna. Se seriebestämmelser vad som gäller för antalet. Viktigt är att åldersmässigt närliggande lag har en god kommunikation och är villiga att hjälpa varandra i spelarnumerär så att seriematcher kan genomföras.

Sker ovan ska det fördelas jämnt mellan de spelare som bedöms kunna delta i en annan åldersgrupp i förhållande till säkerhet, mognad och kunskap. De som för tillfället kommit längre i sin ishockeyutveckling kan delta med det äldre laget och de som bedöms vara i behov av träning/match med det yngre laget deltar med dem. Möjligheterna ska fördelas på ett likvärdigt sätt mellan aktuella spelare. Vem som är aktuell avgörs av tränare från samtliga inblandade lag i samråd med ungdomsansvarig. En öppen kommunikation till föräldragruppen är en förutsättning för att ovan ska få ske. Viktigt är att ungdomsansvarig är informerad om vilka spelare som deltar utanför sitt lag varvid information ska lämnas från lagledare till kansliet.

Seniorförberedande verksamhet

En bra bedriven barn- och ungdomsverksamhet från TKH – U15 är i sig förberedande för en framtida karriär inom ishockeyn. I Boden Hockey värnar vi om alla våra spelare och verkar för att alla som vill fortsätta spela ishockey ska kunna göra det så länge som möjligt. Samtidigt som ovan förhållning utgör grunden i vår verksamhet måste vi ta hänsyn till den ökade betydelsen som resultatet innebär.

Sportsliga riktlinjer U16

I U16 ska ungdomar fortsatt kunna delta både på träning och match. En grund för ledarteamet ska vara att behålla så många så länge som möjligt. Eftersom det sportsliga blir alltmer framträdande är spelarna i en ålder där det kan förekomma skillnader i matchtid och individuella anpassningar. Anpassningarna kan avse dels de ungdomar som kommit längst i sin hockeyutveckling men även de ungdomar som behöver ytterligare tid för att nå längre.

Gällande matchtid ska alltid utgångspunkt vara relativt lika möjligheter till speltid. Däremot kan tränarna matcha laget vid mer avgörande matchsituationer såsom t ex box- och powerplay samt avgörande slutminutrar. Viktigt är att det alltid finns en öppenhet och ett samtalsklimat där ungdomarna upplever att de kan lyfta frågor gällande exempelvis individuell utveckling med tränarna utan att dialogen ska innebära en risk för speltid.
Det är upp till laget/lagens tränare/ledare att se SAMTLIGA spelare i laget och matcha spelare klokt för att främja utveckling och behålla spelare i truppen. Men det är viktigt att betona att Boden Hockey selekterar inte spelare utan vårdar spelartruppen likvärdigt oavsett nivå. Målet är att erbjuda en hockeyutbildning till alla i enlighet med föreningens röda tråd.

I U16 ska ledare genomföra minst ett individuellt samtal med spelarna, se Region Norrs hemsida *"Viktigt att se och prata med spelarna varje träning och match"* samt genomföra 1-2 teambuilding aktiviteter per säsong.

Sportsliga riktlinjer U18-U20 samt U19D

För spelare i U18, U20 samt U19D ska Boden Hockey erbjuda kvalitativ hockeyutbildning i enlighet med föreningens röda tråd. Boden Hockey avser skapa möjligheter för ungdomar att fortsätta med ishockey upp mot seniornivå och grunden ska fortsatt vara så många så länge som möjligt, behålla spelare.
Boden Hockey ska alltid sträva efter att ha den mest utvecklande och inspirerande hockeyutbildningen med målsättningen att fostra bra människor och goda ambassadörer för Boden Hockey.

Trots en förhöjd ambitionsnivå i U18 ska ungdomar och unga vuxna fortsatt kunna delta i ishockey både på träning samt vid match. Det kan förekomma skillnader i matchtid och individuella anpassningar på U18-nivå. De individuella anpassningarna kan precis som på U16-nivå dels avse de spelare som kommit långt i sin sportsliga utveckling, dels de spelare som fortsatt behöver stöd i förhållande till de ökade kraven på prestation. Det är upp till laget/lagens tränare/ledare att möta de olika behoven i spelartruppen och se SAMTLIGA spelare i laget. En grund för ledare och tränare ska vara att matcha spelare klokt för att behålla spelare i truppen. Det vill säga att vi selekterar inte spelare utan vi vårdar gruppen likvärdigt oavsett nivå, viktigt är också att ta vara på individuell utveckling. I U18 ska ledare genomföra minst ett individuellt samtal med spelarna, se Region Norrs hemsida
"Viktigt att se och prata med spelarna varje träning och match" samt genomföra 1-2 teambuilding aktiviteter per säsong.

I U20 ökar kraven ytterligare på prestation och tävling och som spelare i U20 måste du vara beredd på skillnader i matchtid. Förväntan på ledarteamet är hög att lyckas kombinera lagets sportsliga prestation med individers lust att spela ishockey. När skillnaden ökar i speltid är det viktigt att ledarna omhändertar spelarnas mående och motivation. Vägledande samtal som motiverar till fortsatt individuell utveckling ska genomföras. Boden Hockeys ambitionsnivå är fortsatt att behålla spelare och omhänderta så många så länge som möjligt. När differenserna i speltid ökar är den individuella återkopplingen till spelare med mindre speltid väldigt viktig. Samtalen ska vara respektfulla och utvecklande samt genomföras med ett gott bemötande. Alla spelare ska känna att de kan samtala med tränare om vad som förväntas av dem och fortsatt ha en god relation och lika möjlighet.

Möjligheter att stanna kvar i föreningen efter avslut som spelare ska alltid främjas, exempelvis som tränare, domare eller funktionär.

Spelarmaterial

Föreningen arbetar utifrån det aktiva spelarmaterial som finns att tillgå i respektive lag. Målet är att alltid spela på så hög nivå som möjligt utifrån den kompetens och hockeynivå som spelarunderlaget besitter.

Spelare som väljer att lämna Boden för att spela på en högre nivå i sin hockeykarriär, är i sig ett kvitto på att vi i föreningen gör rätt saker och har lyckats i vår ambition att fostra bra hockeyspelare. Boden Hockeys äldre ungdomsverksamhet (U18 och U20) ska i grund och botten bygga på lokala produkter.

Rekrytering

Rekrytering till de äldre ungdomslagen sker av U18-U20 ansvarig i föreningen tillsammans med sportrådet, ungdomsansvarig och ordförande. Den sportsliga prestationen är viktig vid rekrytering av elever till hockeygymnasiet, tillika till U18 och U20 lagen i föreningen.

Extern rekrytering av spets och bredd till ett lag är eventuella behov vilket kan skilja från år till år. Beslut avseende sådan rekrytering tas i samråd med föreningens sportsliga ansvariga.

En utländsk spelare kan rekryteras i förhållande till numerär - behov av spelare om underlaget är för tunt för att fylla en trupp. Vid rekrytering av en utländsk spelare ska det i huvudsak vara en spelare som tar plats i en första och/eller andra uppställning.

Spelare ska prioriteras i följande ordning:

1. Lokala spelare
2. Regionala spelare
3. Nationella spelare
4. Internationella spelare

Spelarutvärdering

Styrelsen ska hållas informerad årligen, inför kommande säsong om aktuellt läge av junioransvariga, senast 15 februari. Vidare så behöver deltagaravgifter, ideellt arbete och behovet av laguppdrag revideras årligen med bakgrund i rådande spelarunderlag. Ansvaret för ovan beslut äger styrelsen med underlag från kanslipersonal och junioransvariga.

Upp och nedflyttning mellan lag U16-U20

Tränare för respektive lag ansvarar och hanterar den dagliga verksamheten. I samråd med de aktuella tränarna, ungdomsansvarig, junioransvariga och vårdnadshavare görs en bedömning om en bestående flytt mellan föreningens äldre ungdomslag. Information och dialog ska ske med föreningens ungdomsansvarige, ordförande och klubbchef. Nämnda roller i föreningen ska få nödvändig information om upp och nedflyttning av spelare men bär ej ansvar för genomförandet. Om det uppstår en total meningsskiljaktighet mellan tränarna i lagen, så fattar ungdomsansvarig, junioransvarig, ordförande och klubbchef det slutliga beslutet.

Kriterier för flytt av spelare mellan lag:

- Rådande eller uppkommen brist på spelare för aktuellt lag
- Sportsliga grunder (mognad, utvecklingsmöjligheter, nivå)
- Uppmuntran för bra prestation, hårt arbete och engagemang. En bra kamrat och i övrigt en bra och förebild i det egna laget och föreningen. (Inte socialflytt i den mån att spelare ej är sportsligt förberedd för uppgiften.)
- Bästa utvecklingsmöjlighet för individen.

Att uppmärksamma: är spelaren mogen för uppgiften? Spelaren ska på ett ödmjukt sätt kunna hantera flytten gentemot det lag denne lämnar. I detta ligger ett viktigt ansvar hos ledare att utbilda och vägleda spelare samt skapa förståelse hos dem för hur ett annat beteende kan inverka negativt på en eventuell fortsatt eller varaktig flytt.

Antal anmälda lag för seriespel

Antalet spelare med Bodens hockeyförening som moderförening skall vara avgörande för antalet U16, U18 och U20 lag som anmäls inför säsongens seriespel. Antal spelare räknas i respektive lag som åldersmässigt kommer upp underifrån, i första hand från U16 som är närmaste lag underifrån. Att alltid kunna spela i den högsta möjliga serien är en självklar ambition och vision för föreningen varje år.

Boden Hockeys målsättning är följande seriespel

A-lag	Spel i HockeyEttan Norra
U20	Spel i U20 Region, kvalserie till U20 Nationell. Fokus läggs på spelarutveckling.
U18	Spel i U18 Div 1 Norra, kval till U18 Region forts. Fokus läggs på spelarutveckling.

Vid eventuellt spel i U18 kvalserie till regionserie samt kval till U20 Nationell kan extra deltagaravgift komma att tas ut. Alternativt ska intäkter skapas genom genomförande av föreningsuppdrag av kvalande lag.

Tränare/Ledare

Tränare/ ledare, skall genomgå nödvändig och av föreningen hänvisad utbildning för gällande lag. En individuell utbildningsplan upprättas för varje U16-U20 tränare i föreningen. Utbildning anordnas av Svenska ishockeyförbundet och föreningen står för utbildningskostnaden. U18-U20 ansvarig ansvarar för rekrytering och utbildning av tränare U16-U20. Rekrytering av tränare ska ske i dialog med sportråd, ordförande samt ungdomsansvarig. Klubbchef informeras om besluten.

Tränare och ledare arbetar med lagen utifrån och i enlighet med föreningens filosofi. Utbildningsmaterial, träningsbank, och riktlinjer för stegring och utveckling förmedlas och följs upp av U18-U20 ansvarig i föreningen.

Tränarnas kompetens, ambition och förmåga att utveckla verksamheten kommer alltid att vara centrala i föreningens ambitioner. Klubbchef tillsammans med U18-U20 ansvarig samt ungdomsansvarig för föreningens verksamhet informerar samtliga tränare om vad som gäller vid träning samt matchning av lagen i seriespel och turneringar under säsong.

U16 P/F

Matcher:	Enligt Region norrs tävlingsbestämmelser.
Ledarutbildning:	BU2, nivå 3.
Aktiviteter (riktlinjer):	5–6 gånger/vecka 2st allsidig fysisk aktivitet i samband med isträningen 1st teori i samband med isträning 2–4 sommaraktiviteter
Cuper:	2st/säsong
Spelarutbildning:	Obligatorisk uppdatering regelverket
Övrigt:	Träning prioriteras före match.
Fokusområde:	Varierande träning av ishockeyns tekniska grunder. Spel och träning på mindre ytor – hög träningsintensitet, utveckla spel<u>uppfattning</u> och främja snabbt beslutsfattande. Spelövningar helplansspel för att utveckla spelf<u>örståelse</u> kopplat till taktik och spelidéer. <u>Prioritera Spelets fyra roller</u>
Dispenser:	SB

Sommaraktivitet:	Erbjuda 2–4 gånger/vecka allsidig fysisk sommaraktivitet.
Fokusområde utanför is	Att fortsätta spela ishockey

U19D

Aktiviteter:	Eftersträvar att uppmuntra till fysisk aktivitet upp emot 6 gånger per vecka.
Ispass:	3-4 pass/v inräknad match och övrig träning. Isfördelning beror på om föreningen har en eller två isytor att nyttja så viss variation över året kan förekomma.
Samträning:	Utifrån sportslig kompetens ska spelare inom U19D erbjudas möjligheten att samträna med sportsligt lämpade lag i föreningen. Detta sker genom dialog med tränare inom varje lag där ungdomsansvariga samt junioransvariga stötar vid behov.
Sommarträning:	Startar under maj månad. Spelare som avser att spela U18, U19D och U20 ska sommarträna för att vara aktuell för spel.

U18 samt U20

Aktiviteter:	Eftersträvar att uppmuntra till fysisk aktivitet upp emot 6 gånger per vecka.
Ispass:	4-6 pass/v inräknad match och övrig träning. Föreningen eftersträvar att erbjuda U18 och U20 totalt 10-11 ispass per vecka men där viss variation beroende på antalet isytor att nyttja kan förekomma. Detta för att säkerställa att alla lag ska få något ispass under veckor med hög beläggning av matcher under perioden med en is.
Sommarträning:	Startar under maj månad. Spelare som avser att spela U18, U19D och U20 ska sommarträna för att vara aktuell för spel.

Riktlinjer för schemaläggning av ispass

Säsongsinledning

- Isträning startar tidigast vecka 33 för juniorverksamhet och äldre ungdom med undantag för oförutsedda händelser. Starten beror på väder samt vaktmästarnas arbetspremisser. Övriga åldrar erbjuds deltagande i summercamp vid denna period på året.
- Yngre ungdom (TKH-U11) startar vecka 38 med undantag för oförutsedda händelser. Detta utifrån riktlinjerna från RF-SISU kring samsyn.
- Seriespel har varierande start från vecka 38 beroende på när förbundet fastställer spelscheman för respektive lag.

Bokningsförfarande

- Varje lag har en istidsansvarig som deltar vid föreningens istidsmöten vecka 32, vecka 38 samt vecka 3. Där istidsansvariga får periodens isschemaskelett skickad till sig ca en vecka innan mötet sker. Se i dokumentet rutiner för Boden Hockey för mer information.

Match

- Match prioriteras utifrån Bodens Kommuns prioritetsordningar och istidsöverenskommelse. För att ta del av dessa i sin helhet är ni välkommen att kontakta medborgarservice vid kommunen.
- Innan grundserierna påbörjas får varje lag genomföra två träningsmatcher på hemmaplan. Detta för att säkerställa så att alla lagen kan få träningsmöjligheter.

Träning

Träningar förläggs utifrån Bodens Kommuns prioritetsordningar. Där nedan är Boden Hockeys interna prioritetsordning kopplat mot bokningen.

- TKH ska prioriteras först i vår verksamhet.
- TKH ska erbjudas kontinuitet i tid.
- Juniorverksamheten ska eftersträvas att få 10-11st träningstider per vecka.
- För en del lag kan träningar komma att erbjudas i Älvsbyn beroende på samträning.

Övergångar av spelare

Överenskommelse

Gällande överenskommelse och arbetsordning mellan föreningar i Regionförbund Ishockey norr gällande övergångar för spelare U9 –U15 flickor och pojkar.

Vi tillsammans måste värna om varje spelare vi har för att behålla lag högt upp i åldrarna. Syftet med detta dokument är att göra en gemensam överenskommelse mellan föreningarna för bästa möjliga klimat våra distrikt där föreningarna i Region Norr ska följa nedanstående.

Spelare på U9-U15 nivå och under ska inte aktivt värvas av annan förening

Spelare i en årskull och inom ett SDF är en del av samma ekosystem och börjar en enskild förening eller enskild ledare agera genom att aktivt värva sätts detta system i gungning. och vi riskerar att tappa många spelare. Samtliga föreningar bör fokusera på att utveckla sin spelarutbildning i hemmamiljö så att spelare och föräldrar kan känna sig lugna.

Föreningar ska aktivt sträva efter att utvecklas så att spelare vill, kan och får stanna kvar i sin nuvarande förening och hemmamiljö

Om en förening över tid ska kunna utveckla sin verksamhet för en riktigt bra utvecklingsmiljö så behöver de behålla sina spelare och inte bli av med ett antal inför varje säsong. Ur ett individperspektiv vet vi dessutom att den sociala dimensionen, att känna tillhörighet i ett lag, spelar i viktig roll för individens trivsel och motivation som i sin tur påverkar viljan att fortsätta spela då får vi över tid får fler föreningar som kan erbjuda en högkvalitativ utvecklingsmiljö.

Vid övergång ska såväl mottagande som lämnande förening vara överens om övergången

Vi bör dock vara medvetna om att det ibland finns omständigheter som gör att en övergång är det bästa för den enskilda spelaren. Det kan handla om att familjen flyttat eller att spelaren av andra skäl inte bör

vara kvar i sin förening. Det är då av största vikt att båda parter här värnar det enskilda barnets bästa och jobbar för att i samförstånd underlätta att individ det berör ges möjligheten att få fortsätta spela ishockey.

Arbetsordning

Dialog mellan föreningarna är centralt och inga övergångar får ske utan **personlig** kontakt mellan de två föreningarna.

Spelare, föräldrar/vårdnadshavare ska inte kontaktas av ledare i andra föreningar
Det samma gäller spelare, föräldrar/vårdnadshavare ska inte ta kontakt med en ny förening dialog ska alltid göras i föreningen och föreningarna mellan först.

Övergångar ska i största möjliga mån göras mellan säsongerna

Viktigt att mottagande förening inte lovar något i dialog med spelare och föräldrar, såsom speltid och bättre miljö. Därför föreslås det att samtliga inblandade parter träffas fysiskt eller digitalt för en god övergång och samarbete.

Boden Hockey ska ansvara för att denna överenskommelse tillkännages och levandehålls för ledare, tränare, föräldrar och spelare i samtliga föreningens lag samt ska verka för lagens efterlevnad av densamma.

Alkohol, narkotika, doping, tobak, spel samt psykisk hälsa

Föreningen har en gemensam ståndpunkt mot alkohol, narkotika, doping, tobak och spel (missbruk och matchfixning) i linje med Riksidrottsförbundets rekommendation.

Mål

Vi inom Boden Hockey tar gemensamt ställning mot alkohol, narkotika, doping, tobak och spel. Genom att alla våra medlemmar, oavsett vilken del av förening de engagerar sig i, möts av samma budskap för tillsammans kan vi:

- Bidra till att minska risken för att ungdomar och vuxna råkar ut för skador och problem relaterade till alkohol, narkotika, doping, tobak och spel.
- Stärka våra medlemmar att göra hälsosamma val och undvika alkohol, narkotika, doping, tobak och spel.
- Bidra till att öka kunskapen om de negativa effekter av alkohol, narkotika, doping, tobak och spel på såväl idrott som samhälle.

Övergripanderiktlinjer

- Vi strävar efter att inte prata positivt om alkohol, narkotika, doping, tobak och spel i samband med föreningens verksamhet.
- Våra ledare, tränare och förtroendevalda är i sitt förhållningssätt till ANDTS ett föredöme för barn och ungdomar.
- Vi följer de regler och lagar som finns i svensk lagstiftning gällande alkohol, narkotika, doping, tobak och spel.

Alkohol

- Vi dricker inte alkohol när vi bär föreningens kläder/utrustning.
- Vi dricker inte alkohol i föreningen då minderåriga är med.
- Vi erbjuder alltid alkoholfria alternativ på våra fester.
- Våra idrottsutövare undviker alkohol dagen före och under tävling, träning, träningsläger eller match.
- Våra ledare och tränare dricker inte alkohol i samband med träningsläger, tävlingar, matcher eller annan verksamhet där man ansvarar för föreningarnas barn och ungdomar.
- Vi undviker alkoholförsäljning vid våra allmänna arrangemang när det är en vanlig arbetsdag dagen efter.
- Vi är restriktiva vid val av sponsorer som kan uppmuntra, eller på annat sätt leda, till ökad alkoholkonsumtion.
- Vi har nolltolerans mot alkoholkonsumtion i samband med skjutsning till matcher, träningar och tävlingar. Tänk på att det du druckit kvällen innan kan påverka din körförmåga

Narkotika och Doping

Narkotika- och dopingklassade substanser får aldrig förekomma på något sätt i vår verksamhet utan läkarintyg. Om man har fått preparat utskrivna av läkare som innehåller narkotika eller dopingklassade substanser söks dispens om nödvändigt. Idrottsutövare, tränare och ledare ska hålla sig informerade om vilka regler som gäller för doping. Våra idrottsutövare, ledare och tränare följer Riksidrottsförbundets avrådan från bruk av kosttillskott, annat än på rent medicinska grunder. Vår förening har Vaccinerat klubben mot Doping. Information om Vaccinera klubben finns i längre ned i den här policyn under Handlings- och åtgärdsplan.

Tobak

Vi uppmuntrar våra medlemmar att värna om nikotinfria miljöer och en kultur utan tobak. Våra myndiga ledare, tränare och idrottsutövare strävar efter att avstå från tobak under träning, tävling eller match. Våra omyndiga idrottsutövare, tränare och ledare använder inte tobak under träning, tävling eller match.

Åtgärdsplan

Om ANDTS-policyn inte följs inom vår förening ska vi:

- Prata med berörd person.
- Meddela ansvarig person i föreningen om händelsen.
- Vår ansvarig erbjuder hjälp och stöttning utifrån föreningens egen handlingsplan.
- Om någon av våra minderåriga medlemmar använder alkohol, narkotika, doping, tobak eller misstänker spelmissbruk och matchfixing, kontaktar vi vårdnadshavare.
- Vid upptäckt av doping eller narkotikaanvändning kontaktar vi polis efter insamlande av fakta.

Psykisk hälsa

Risken för psykisk ohälsa är som störst för idrottare som är på toppen av sin tränings- och tävlingsnivå på grund av de krav som ställs på individen. Både från omgivning och från individens

egen kravställning. Psykisk ohälsa påverkas även av mer av miljöer med maskulin norm och om en spelare inte får den stöttning den behöver kan det komma att påverka både prestation och mående. Uppmuntran och andra positiva attityder kan underlätta och minska stigmat kring att söka hjälp.

Vart kan man vända sig vid psykisk ohälsa inom en idrottsförening?

Inom idrotten är det viktigt att komma ihåg att psykisk hälsa är lika viktig som den fysiska hälsan. Om du som aktiv, ledare, anställd, förälder eller ideell funktionär upplever psykisk ohälsa finns det flera vägar att få stöd och hjälp.

Akut hjälp Om någon mår mycket dåligt, har självmordstankar eller riskerar att skada sig själv eller någon annan ska man omedelbart kontakta 112 eller uppsöka närmaste akutmottagning.

Vård och professionellt stöd

- Kontakta din hälsocentral/vårdcentral för rådgivning, bedömning och eventuell vidare behandling.
- Unga personer kan vända sig till Ungdomsmottagningen eller Barn- och ungdomspsykiatrin (BUP).
- Vuxna kan få stöd genom primärvården eller specialistpsykiatrin vid behov.

Stöd inom idrotten

- Prata med en ledare, tränare, lagledare eller annan vuxen person du har förtroende för.
- Föreningens styrelse eller klubbledning kan hjälpa till att lotsa vidare till rätt stödinsatser.
- Många specialidrottsförbund och RF-SISU-distrikt erbjuder utbildning och stöd kring psykisk hälsa inom idrotten.

Stödlinjer

- Mind Självmordslinjen: Telefon 90 101, chatt och mejl för den som behöver någon att prata med.
- BRIS (för barn och ungdomar): Telefon 116 111.
- Jourhavande Medmänniska och andra stödorganisationer erbjuder samtalsstöd för den som behöver någon att prata med.

Boden Hockeys syn på psykisk hälsa

Boden Hockey vill vara en trygg och inkluderande miljö där alla känner sig sedda och välkomna. Ingen ska behöva bära sina utmaningar ensam. Om du eller någon i din närhet upplever psykisk ohälsa uppmuntrar vi dig att söka stöd i ett tidigt skede och ta kontakt med någon du känner förtroende för. Att be om hjälp är ett tecken på styrka, inte svaghet.

Vad säger Riksidrottsförbundet?

Vi vill inom idrottsrörelsen bedriva vår idrott så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt. Inom idrotten lär vi oss också hur kroppen fungerar och tar ställning mot sådant som är skadligt och nedbrytande, till exempel användandet av droger.

Att agera och våga fråga är två viktiga saker när någon i din närhet mår dåligt.

Riktlinje vid meningsskiljaktigheter

Föreningens ställningstagande

Vid meningsskiljaktigheter där en konflikt landar i ord mot ord kommer föreningen ta ett beslut utifrån att ombesörja eventuella otryggheter.

Hanteringen vid konflikter ska ske utifrån föreningens *konsekvenstrappa* samt *klagomålsrutin* se nedan.

Konsekvenstrappa

Åtgärder och konsekvenser steg för steg för olika roller vid övrigt se krisplan.

Ledare



Spelare



Föräldrar



Klagomålsrutin

Klagomålsrutin
• **I första hand** Vänder du dig till lagets lagledare • **I andra hand** Kontaktar du ungdoms- eller junioransvariga • **I tredje hand** kontaktar ungdoms- eller junioransvariga klubbchef alternativt sportchef