



KLUBBHÅNDBOK

Ridabu IL

Klubbnavn:	Ridabu Idrettslag
Stiftet:	15.05.1965
Postadresse:	Ryllikveien 2, 2322 RIDABU
E-postadresse:	leder@ridabufotball.no / drift@ridabufotball.no
Internettadresse:	www.ridabufotball.no
Organisasjonsnummer:	875 661 582
Bankforbindelse:	Sparebank1 Innlandet
Bankkonto:	1800.60.43840
Medlem av:	Norges Idrettsforbund og Olympiske og Paralympiske komite
Tilknyttet:	Norges Fotballforbund og Indre Østland Fotballkrets

Innledning:

Denne klubbhåndboken for Ridabu IL har til hensikt å svare på de viktigste spørsmålene om klubben og gjøre det enkelt å finne ut hva som gjelder internt i klubben. Klubbhåndboken skal sikre kontinuitet i det som bestemmes og gjøres.

Klubbhåndboken er laget av styret etter innspill fra et utvalg trenere, lagledere, utøvere, foreldre og andre frivillige i klubben. Den er ment som et arbeidsverktøy for alle medlemmer, utøver, foreldre, styret, komiteer, utvalg, ansatte, trenere, dommere og andre i Ridabu IL.

Klubbhåndboken skal benyttes til å forstå og kommunisere hva som er viktig i vår klubb, hvem vier og hvilke målgrupper vi er til for. Den skal brukes som et oppslagsverk og alt som står her er godkjent av klubbens styre. Eventuelle revisjoner og endringer finnes i revisjonslisten og endringsloggen på neste side. Klubbhåndboken skal revideres årlig av klubbens styre, og Styreleder skal påse at dette gjøres i forkant av hvert årsmøte.

Revisionsliste

[illegible]

Endringslogg

[illegible]

Innhold

Ridabu IL – klubbens historie	5
1. Klubbens visjon og mål.....	6
2. Klubbens verdigrunnlag	6
3. Klubbens lover	6
4. Klubbens målgrupper	7
5. Klubbens organisering.....	7
Årsmøte	7
Klubbens organisasjonskart med rollebeskrivelser	7
Fotballstyrets sammensetning og oppgaver	7
Beskrivelse av øvrige roller og funksjoner	8
6. Lagets organisering	8
Trener	8
Lagleder.....	8
Sosialkomite.....	9
7. Klubbdrift og rutiner	9
Politiattest.....	9
Kontingenter, avgifter og medlemskap	10
Medlemskontingent.....	10
Treningsavgift.....	10
Forsikring	10
Arbeidsgiveransvar ved ansatte i klubben.....	10
Gjennomføring av klubbens hjemmekamper	11
Bruk av klubbhus og anlegg	11
Materiell og utstyr	13
8. Økonomi – plan for økonomistyring.....	13
9. Informasjon og kommunikasjon.....	13
10. Rekrutteringsplan	14
11. Utdanning/Kompetanseheving	14
Styret og ledere.....	14
Trenerutdanning	14
12. Årshjul.....	15
13. Trygge rammer	15
Eat Move Sleep	16
Seksuelle overgrep og trakassering	16

Doping	16
Alkohol.....	17
Trafikksikkerhet	17
Kampfiksing og spillavhengighet.....	17
Mobbing og rasisme	18
Skader og forsikring	18

Ridabu IL – klubbens historie

Ridabu IL ble stiftet i 1965 etter sammenslåing mellom Åker Idrettslag og Hjellum Idrettslag. Sammenslåingen kom som en konsekvens av to mindre klubber i to veldig nære lokalsamfunn, som på grunn av boligbygging og «bilisme» kom enda tettere sammen.

I tidligere år har klubben hatt både håndballag og turn, i tillegg til fotball. Ridabu IL spiller sine hjemmekamper på Black River Park, en arena med et unikt navn i norsk sammenheng. Navnet har sin opprinnelse fra Svartelva som renner forbi banen.

Da sammenslåingen mellom Åker og Hjellum var et faktum, ble det brukt to baner. Åker ble brukt som treningsarena, mens kampene ble spilt på Hjellumbana. Hjellumbanen er opphavet til dagens Black River Park.

Black River Park har per 2023 en 11'er naturgressbane, en 11'er kunstgressbane, og en fotballhall, som sikrer aktivitet året rundt. Kunstgressbanen ble åpnet 20.08.2008 klokken 20:08, mens 2322-hallen ble offisielt åpnet 23.04.2022, i forbindelse med klubbens årlige turnering for klubbens barn og unge, «Tottecup».

Ridabu IL er en breddeklubb for barn og unge i lokalmiljøene rundt Ridabu. Klubbens driftes på ren frivillighet og er sterkt opptatt av inkludering. I Ridabu blir man aldri for dårlig.

Av nyere historie har klubben vunnet ulike mindre turneringer på ungdomsnivå både for gutter og jenter, mens på seniornivå er det i 2024 seniorlag for både herrer og kvinner. Herrene spiller i 4.divisjon etter opprykk i 2023, og kronet sesongen med klubbens tredje kretsmeisterskap, det første i 1984 (7.divisjon), etterfulgt av 2011 og 2023 (begge 5.divisjon). På damesiden blir det første sesongen med damelag siden 2022, hvor laget består av en gjeng som de fire siste sesongene har spilt under samarbeid med Furnes Fotball.

1. Klubbens visjon og mål

Norges Fotballforbund har som visjon å gi «fotballglede, muligheter og utfordringer for alle!», og i Ridabu IL ønsker vi å oppnå dette ved å gi trygghet, likeverd og respekt til alle.

«Flest mulig – Lengst mulig – Best mulig» er NFFs visjon for barne- og ungdomsfotballen, og det er dette Ridabu IL hver dag streber etter å oppnå. Vår visjon er at man skal kunne spille fotball i vår blå. Fine drakt helt uavhengig av ambisjoner og ferdighetsnivå.

«Man kan aldri bli for dårlig for Ridabu IL, men man kan bli for god»

Som breddeklubb i utkanten av Hamar ønsker vi å beholde barn og unge i fotballen ved å tilby sosiale tilhørighet i eget lag, samtidig som det skal være mulig å bli god. Gjennom sportslig plan ønsker klubben å oppnå aktivitet som bygger på våre kjerneverdier, og dermed legge grunnlaget for et varig engasjement innen sporten. Samtidig ønsker vi at våre spillere tar ansvar for seg selv og andre både i og utenfor fotballmiljøet gjennom å skape gode holdninger og verdier blant spillerne. Til slutt ønsker Ridabu IL som klubb å legge til rette for god, sportslig utvikling av enkeltspillere og dermed danne grunnlag for rekruttering til våre seniorlag i fremtiden, og potensielt skape rekruttering av spillere til større klubber i fremtiden.

For å gjennomføre klubbens plan og ønsker skal det legges vekt på klubbens verdier og alle medlemmer skal føle seg sett og hørt både i trening og kamp. Det skal alltid være åpenhet mellom spillere, trenere, foreldre og klubb, og ingen sak er for liten til å prate om.

2. Klubbens verdigrunnlag

Ridabu IL styres etter tre kjerneverdier:

- **Trygghet** – Alle våre spillere, trenere, lagledere og alle andre frivillige i klubben skal oppleve mestring, samhold og utvikling, og for å oppleve dette må en ha trygghet
- **Likeverd** – I Ridabu IL skal vi satse på mangfold, og med det prinsipp om at fotball er for alle
- **Respekt** – Vi skal vise god lagånd, Fair Play og behandle de involverte partene i fotballen med verdighet og aktelse

3. Klubbens lover

Ridabu IL følger Norges Idrettsforbunds krav om egen lov basert på lovnormen for idrettslag. Klubbens lov er vedtatt på årsmøte og ligger som et eget dokument på klubbens hjemmesider.

Link: www.ridabufotball.no/klubbhandbok

4. Klubbens målgrupper

Ridabu IL er en breddeklubb med fokus på barne- og ungdomsfotballen. Klubben ønsker derimot at barn og unge skal ha noen å se opp til egen klubb, og skal derfor legge til rette for seniorlag både på herre- og damesiden. Klubbens målgrupper er derfor:

- Barn 6-12 år
- Ungdom 13-19 år
- Voksne

Mer om klubbens målgrupper ligger i klubbens Sportsplan.

Link: www.ridabufotball.no/sportsplan

5. Klubbens organisering

Årsmøte

Årsmøte er klubbens høyeste myndighet og avholdes hvert år i februar eller mars måned.

Innkalling til årsmøte annonseres på klubbens hjemmesider, www.ridabufotball.no.

Årsmøtet legger grunnlaget for styrets arbeid. Alle som ønsker å være med på å bestemme hva klubben skal gjøre, og hvordan klubben skal driver, bes delta på årsmøtet. Alle medlemmer i klubben har stemmerett på årsmøtet.

Informasjon om dato, tid og sted for årsmøtet sendes ut minimum tre uker før årsmøtet finner sted. Agenda for årsmøtet sendes ut i forkant av årsmøtet. I etterkant av årsmøtet vil protokollen offentliggjøres på klubbens hjemmesider.

Klubbens organisasjonskart med rollebeskrivelser

Klubbens organisasjonskart med rollebeskrivelser ligger som eget dokument på klubbens hjemmesider.

Link: www.ridabufotball.no/klubbhandbok

Fotballstyrets sammensetning og oppgaver

Styrets viktigste funksjon er å legge til rette for best mulige rammer rundt aktiviteten på alle nivåer. Styret i Ridabu IL er satt sammen av styreleder, nestleder, minimum to styremedlemmer og to varamedlemmer. Klubben vil forsøke så langt det lar seg gjøre å holde en kjønnsmessig, lik fordeling av vervene.

Styret er et team, og man må forsøke å trekke det beste ut av hver enkelt i et teamarbeid. Dette betinger at styret går til en ny arbeidsperiode med åpenhet om sterke og mindre sterke sider, slik at oppgavene kan fordeles på en optimal måte. Styrets medlemmer er avhengig av en gjennomgående god kommunikasjon for å i best grad kunne legge til rette for gode rammer rundt aktiviteten for klubbens medlemmer.

Styrets viktigste oppgaver er å

- Lede klubbens mål- og strategiarbeid og foreta en kontinuerlig strategisk oppfølging av rammene
- Ha økonomisk kontroll og lede driften
- Sørge for riktig organisering og styresammensetning – og effektive undervalg

- Følge idrettens lover og representere klubben utad
- Legge til rette for å rekruttere flest mulig, beholde dem lengst mulig, og utvikle dem til å bli best mulig

Beskrivelse av øvrige roller og funksjoner

Øvrige roller og funksjoner er beskrevet i eget dokument med rollebeskrivelser.

Link: www.ridabufotball.no/klubbhandbok

6. Lagets organisering

Ethvert lag har behov for flere støttefunksjoner i tillegg til det sportslige. Ansvars- og rollebeskrivelser for den enkelte rolle er beskrevet nøye i eget dokument med rollebeskrivelser. Det vil være en fordel å være flere personer i enkelte roller for å kunne fordele oppgavene på flere, og dermed få bedre tid til å se hver enkelt utøver. I Ridabu IL er det opp til hvert enkelt lag å fordele frivillige personer (foreldre/foresatte) til de ulike rollene, men klubben anbefaler følgende roller som et minimum.

Trener

Treneren har ansvaret for det sportslige tilbudet til laget og er ansvarlig for flere oppgaver gjennom en sesong, blant annet

- Treningsopplegg
- Planlegging og gjennomføring av treninger i henhold til Sportslig plan
- Laguttak
- Kampløp
- Spillersamtaler/-møter
- Følge opp hver enkelt spiller best mulig
- Deltar på klubbens trener- og lagledermøter
- Samarbeider med lagleder og resten av trenerteamet for å skape et godt miljø i gruppen/laget
- Gjennomfører trenerkurs og samlinger der det er ønskelig og nødvendig
- Har kontinuerlig dialog med trenere for minimum samme årgang, årgangen over og årgangen under, av begge kjønn

Lagene oppfordres til å utnevne en person som har hovedtreneransvar for treningsopplegget, samt en kontaktperson for klubben/kretsen. Ved hospiteringstilfeller skal treneren ha dialog med sportslig utvalg, trenerveileder, spiller og trener for hospiterende lag.

For mer informasjon rundt trenerfunksjonen henvises det til klubbens rollebeskrivelse på klubbens hjemmesider.

Link: www.ridabufotball.no/rollebeskrivelser

Lagleder

Laglederen er lagets administrative leder og har ansvaret for at alt praktisk fungerer rundt laget. Lagleder har dermed ansvaret for alt ikke-sportslig til laget, men kan også overlate enkelte arbeidsoppgaver til andre roller laget har opprettet. Som lagleder har man ansvar for

- Organisering av lagets aktiviteter

- Oppdatering av spillerlister i Rubic og tilse at disse til enhver tid er oppdaterte
- Orienter styret fortløpende om spillere som kommer til og spillere som slutter, samt oppdatere Rubic ved slike tilfeller
- Arrangere foreldremøter
- Samarbeide med trenerne om spillermøter
- Være kjent med Sportslig plan
- Informasjonsansvarlig for sitt lag, inklusive oppdateringer av laget egne Rubic-side
- Ansvarlig for påmelding til cuper og planlegging i forkant av disse
- Ansvarlig for førstehjelpskoffert og dets innhold
- Ansvarlig for bestilling av utstyr
- Ansvarlig for utfylling av dommerkort, signering og kontroll av kortet etter kamp
- Sørge for at dommeren får betaling (være behjelpelig i utfylling av dommerskjema for utbetaling)
- Ansvarlig for kontakt med krets og motstanderlag i forbindelse med omberamming av kamper
- Logistikkansvar ved bortekamper
- Deltar på klubben trener- og lagledermøter
- Fordeler dugnader på lagets medlemmer og foresatte når man får utdelt dette, og sørger for at alle møter opp til avtalte oppgaver og tidspunkter
- Ha kontroll over lagskonto og sørge for at alle utlegg gjort i forbindelse med cuper og sosiale arrangement blir refundert etter klubbens satser
- Delta på kretsens ABC-laglederkurs ved tiltredelse for tips og triks til en enklere hverdag som lagleder

Sosialkomite

Sosialkomite består som oftest av 2-4 foreldre som arrangerer sosiale sammenkomster når dette er nødvendig. En sosialkomite kan lette noe av ansvaret til en lagleder ved å stå for planlegging av avslutning, sosiale opplevelser i forbindelse med cuper og andre opplevelser når det anses som nødvendig. De sosiale tilstelningene lages for at barn og unge skal trives i gruppen og laget, og det kan være enkle samlinger som kveldsmat i klubbhuset etter trening, til større ting som bowling eller utflukter.

Et lag kan også ha flere roller, som økonomiansvarlig, foreldrekontakt, dugnadsansvarlig eller andre roller laget finner nødvendig. Dette er opp til hvert lag og deres frivillige, men de tre overnevnte rollene er laget avhengig av.

7. Klubbdrift og rutiner

Politiattest

En politiattest inneholder opplysninger om en person for tiden er siktet/tiltalt, eller tidligere er ilagt forelegg/dømt for brudd på enkelte bestemmelser i straffeloven om seksualforbrytelser.

En slik politiattest er påkrevd for alle frivillige som skal utføre oppgaver som innebærer tillits- eller ansvarsforhold overfor barn under 18 år eller personer med funksjonshemninger. I Ridabu har vi en utnevnt politiattestansvarlig som sørger for at alle trenere, lagledere og andre frivillige har godkjent politiattest. Informasjon om vedkommende ligger på klubbens hjemmesider.

For mer informasjon henvises det til Norges Idrettsforbund sine sider:

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/politiattest/>

Kontingenter, avgifter og medlemskap

Ridabu IL ønsker å drive klubben med en så lav treningsavgift som mulig. Kontingent og treningsavgift fastsettes hvert år på årsmøte. For 2023 gjelder følgende tabell:

Gruppe	Kontingent	Treningsavgift	Total	Fakturering
Old Boys	200,-	1.000,-	1.200,-	Vår og høst
Senior Herrer/Dame	200,-	3.600,-	3.800, -	Vår og høst
Senior B-lag	200,-	2.800,-	3.000, -	Vår og høst
15-19 år	200,-	3.600,-	3.800, -	Vår og høst
13-14 år	200,-	3.200,-	3.400, -	Vår og høst
11-12 år	200,-	2.500,-	2.700, -	Vår og høst
9-10 år	200,-	1.900,-	2.100, -	Vår
7-8 år	200,-	1.300,-	1.500, -	Vår
Lekeparti	200,-	300,-	500, -	Vår
Styret, trenere- og lagledere	50,-	0,-	50, -	Vår

Tabell 1 - Kontingent

Medlemskontingent

Medlemskontingenten i Ridabu IL er satt til 50,- for trenere, lagledere, styret og andre frivillige medlemmer, 200,- for vanlige medlemmer og utøvere, og 500,- for støttemedlemmer. Dette faktureres hvert år i januar måned.

Treningsavgift

Som man kan se av Tabell 1 øker den totale summen med alderen av utøveren. Dette er i sammenheng med antall treningstimer og tilbud klubben gir de aktuelle utøverne basert på alder. Treningsavgiften faktureres i forkant av vårsesongen, i mars/april måned, for alle medlemmer, mens i ungdomsfotballen vil treningsavgiften deles i to, og andre halvdel faktureres i høstsesongen, omkring september måned.

Forsikring

Alle utøvere må forsikres for å kunne spille organisert fotball. For spillere under 12 år er det krav om at spillerne er registrert som medlem av en fotballgruppe eller fotballklubb som er tilknyttet Norges Fotballforbund. Spillerne vil dermed også være dekket ved utøvelse av organisert aktivitet i øvrige idrettslag som er medlem av Norges Idrettsforbund. Dette betyr at alle fotballspillere, uavhengig av alder og nivå, har demme dekning under grunnforsikringen.

Spillere som har fylt 12 år må være registrert i FIKS som aktive med lagsforsikring inneværende sesong for å være dekket av forsikringsordning.

Mer om forsikring i Sportsplanen, link: www.ridabufotball.no/klubbhandbok

Arbeidsgiveransvar ved ansatte i klubben

Dersom en klubb har ansatte er det styret som har arbeidsgiveransvaret og ansvar for å følge opp de ansatte. Ridabu IL har per sesongen 2023 ingen ansatte som hever lønn og har heller ikke planlagt ansettelser for kommende sesong. Avsnittet vil oppdateres skulle det bli aktuelt med ansatte i klubben.

Gjennomføring av klubbens hjemmekamper

Når kamper gjennomføres på Black River Park, eller andre steder hvor Ridabu IL anses å være hjemmelag i seriekamp, er Ridabu IL ansett som kamparrangør og har ansvar for gjennomføring av kampen. Klubben må påse i forkant av gjennomføringen at banen er klargjort (merking, hjørneflagg der det er relevant, lys på kveldstid, banen er fri for snø og is, etc.) for kamp. Eventuelle mangler på banen rapporteres til styret og baneansvarlig i Ridabu IL (info på hjemmeside). Følgende er Ridabu IL ansvarlig for å stille med i forbindelse med hjemmekamp:

- Kampvert – det skal være minimum én kampvert til stede på alle kamper som ønsker motstanderlag, dommer(e) og tilskuere velkommen. Kampvertinstruks finnes i kiosken på Black River Park, i Sportsplanen og i «Rollebeskrivelser» som ligger på klubbens hjemmeside.
- Dommer – Settes opp av klubben/kretsen, lagleder skal sørge for at dommer er kontaktet senest dagen før kamp for å forsikre seg om at dommer planlegger å møte til kamp.
- Sjekke farger på drakter til både hjemme- og bortelag, og skaffe vester til bortelag hvis nødvendig (dommer avgjør om vester er nødvendig)
- Booke og klargjøre garderober der det er nødvendig
- Sørge for tre godkjente matchballer
 - Aldersklasse 6-9 år: Lettvekt 4'er
 - Aldersklasse 10-14 år: 4'er
 - Aldersklasser 15 år og eldre: 5'er
- Ta imot gjestende lag og dommer(e) (kampvert, lagleder, trener, etc.)
- Registrere hendelser og sluttresultat i FIKS (ungdomsfotball)
- Informere kretsen, dommere og andre med behov for informasjon om avlyste eller flyttede kamper.

Link til informasjon: <https://www.fotball.no/kretser/oslo/konkurranse/handbok-fotball/kampgjennomforing/>

Bruk av klubbhus og anlegg

Ridabu IL benytter i dag Black River Park som sitt anlegg og hjemmebane. Black River Park består av et klubbhus med én stor garderobe og to mindre garderober, kafferom og to ekstra toaletter. Hver garderobe er tilknyttet dusj.

Utenfor klubbhuset finnes to «Moelvenbrakker» som består av 2 mindre garderober uten dusj, én dommergarderobe uten dusj og ett møterom.

Nærmest klubbhuset står 2322-hallen, en 60x40 meter stor fotballhall med kunstgressdekke, innredet med minimal, 7'er-mål og 11'er-mål. 2322-hallen har egne bruksregler som alle trenere og lagledere må sette seg inn i før bruk. Ingen utøvere under 18 år skal bruke hallen uten tilsyn, og de trenere som gjennomfører trening i hallen er ansvarlig for at hallen er tømt og låst etter bruk når det ikke står oppført nye treningsøkter etter at treneren er ferdig med endt økt.

I enden av 2322-hallen finner vi kunstgressbanen, en 11'er-bane på 100x60 meter med to tribuner (totalt 96 seter) og to benker tilknyttet banen. Kunstgressbanen er opplyst med lyskastere og kan brukes til trening og kamp på kveldstid. Banen blir ikke vinterbrøytet og

stenges når nå og is legger seg på banen. Åpningstid på våren avhenger av været, men normalt i siste halvdel av mars.

Ved siden av kunstgressbanen ligger naturgressbanen, en 11'er-bane på 100x60 meter med to benker tilknyttet. Banen er opplyst med lys som passer til trening på kveldstid. Banen stenges på senhøst før snøen faller, og åpning på våren avhengig av været, men normalt mot slutten av mai.

Mellom naturgressbanen og 2322-hallen ligger en mindre spillflate i naturgress. Denne spillflaten brukes til yngre lag som spiller 3'er- og 5'er-kamper når naturgresset er klar for dette. Området har ikke lys og egner seg kun til bruk for mindre lag. Spillflaten stenges når sesongen er over for barnefotballen og åpnes samtidig som naturgressbanen ved siden av.

Black River Park har parkeringsplasser i nærhet av klubbhuset og 2322-hallen, og ved større arrangement benyttes også en mindre parkeringsplass i motsatt ende av kunstgressbanen.



Figur 1 - Oversikt Black River Park

Styret står ansvarlig for klubbens anlegg, som vedlikeholdes på frivillig basis. Klubben har en egen komite ansvarlig for anlegg og anleggsutvikling, og eventuelle utbedringer av anlegget bestemmes av styret i samarbeid med denne komiteen.

Klubben disponerer utstyr som man normalt finner i forbindelse med fotballaktivitet (fotballer, konuser, vester av ulike farge og størrelse, minimum, etc.). Dette utstyret er fritt frem for klubbens trenere å bruke i forbindelse med trening og kamp. Ved uorganisert trening kan trener og lagleder ta ut utstyret til bruk for utøverne uten å nødvendigvis være til stede under

den uorganiserte treningen, men trener/lagleder som tar ut utstyr står da ansvarlig for at utstyret kommer tilbake i likt antall som det som ble tatt ut.

Ridabu IL er en av flere klubber som arrangerer Hamar Vinter Cup første helg i februar hvert år. Til denne turneringen brukes 2322-hallen.

Gjennom sesongen er Black River Park tilgjengelig for utleie til ulike turneringer, og på høstsesongen er både kunstgressbanen og naturgressbanen utleid til flere ulike turneringer på helger.

I tillegg til ulike turneringer på høsten arrangerer Ridabu IL hvert år, siste helgen i april (alternativ nest siste, avhengig av påske og seriestart) Totte Cup. Totte Cup er klubbens egne, lille dag for lag i barnefotballen, hvor alle samles på Black River Park for internkamper og moro. Dagen kalles også for «barnas dag på Ridabu». Arrangementet er kun for klubbens egne lag og er et gratis arrangement for barn og unge i Ridabu IL. Kampene som spilles denne dagen brukes også som opplæring og trening for klubbens nye dommere for sesongen.

Ridabu Fotballskole arrangeres hvert år siste uke i skoleferien (august). I tillegg arrangeres Ridabu fotballskole i månedsskifte juni/juli ved nok interesse fra deltakere.

Materiell og utstyr

Ridabu IL har samarbeid med Freske Fraspark i Hamar sentrum når det gjelder materiell og utstyr. Alt over treningsgensere, t-skjorter, shortser, strømper og bukser skal kjøpes her for å sikre at man får rett leverandør og trykk, samtidig som det er økonomisk gunstig gjennom samarbeidsavtalen.

Utstyr som drakter, baller, kjepler, konuser, førstehjelpsskrin med mer utleveres av klubbens materialforvalter, og trener/lagleder vil få tilsendt mail i god tid før sesongstart for bestilling av utstyr. Drakter utleveres til første sesong, og leveres tilbake når utøvere slutter eller man trenger å bytte drakt i større størrelse. Trener/lagleder er ansvarlig for at drakter blir levert tilbake når utøvere tar en pause eller slutter.

Klubbens materialforvalter kan kontaktes på mail materialforvalter@ridabufotball.no.

8. Økonomi – plan for økonomistyring

Det økonomiske ansvaret til klubben ligger hos klubbens styre. Styret velges på årsmøtet og skal til enhver tid tilse at klubbens midler brukes på en ansvarlig og tilfredsstillende måte i henhold til klubbens regnskaps- og budsjettfunksjon. Styret står ansvarlig for søknader til blant annet økonomisk støtte til ulike prosjekter og søknader om momskompensasjon.

For mer informasjon, se klubbens «Plan for økonomistyring» på klubbens hjemmeside.

9. Informasjon og kommunikasjon

Klubbens offisielle kommunikasjonsplattform er Rubic – lagetmitt. Rubic skal til enhver tid være oppdatert med aktive utøvere, trenere og lagledere, da dette er klubbens offisielle medlemsregister. All informasjon om treningstider, kamper, møter og andre aktiviteter legges inn i Rubic, og det er trener/lagleder sitt ansvar å avlyse aktiviteter som laget ikke skal gjennomføre.

Trenere/lagledere skal bruke Rubic som kommunikasjon- og informasjonsplattform til utøvere og foreldre. Rubic har en egen meldingsfunksjon som enkelt sender beskjeder per mail eller

SMS til alle utøvere og foreldre, eller spesielt utvalgte. Kamptropper og påmelding/avmelding til trening/kamp gjennomføres enkelt for hver aktivitet i Rubic-appen, og skal derfor benyttes til dette. All informasjon om treningsoppmøte etc. kan hentes inn i etterkant til spillersamtaler eller i sammenheng med et motivasjonskart som hver enkelt spiller kan sette sammen i appen.

All informasjon som ikke angår spesifikke lag legges ut på klubbens hjemmeside, www.ridabufotball.no. Her finner man informasjon om klubben, alle dokumenter, regler og prosedyrer, samt nyhetsinfo rundt omkring i klubben. Hjemmesiden blir til enhver tid oppdatert av utpekte personer med tilknytning til styret, trenere/lagledere som ønsker publisitet rundt en god prestasjon eller andre hendelser som det er verdt å fremheve kan sende inn tekst og bilder på mail til ansvarlig for hjemmesiden og få dette publisert.

Ridabu IL er til stede på flere sosiale medier som Facebook, X/Twitter og Instagram. Brukerne er opprettet for å dele informasjon om klubbens lag og aktiviteter, og kun dette.

Andre informasjonssider som klubbens medlemmer oppfordres til å bruke er www.fotball.no (NFFs egne sider) for retningslinjer og regler og www.tiim.no (for treningsplaner og planlegging).

10. Rekrutteringsplan

I Ridabu IL er vi avhengig av jevn og god rekruttering av medlemmer fra ung alder. Klubbens mål er å gjennomføre oppstart av nye lag samme våren som man går siste året i barnehagen, og alle barn i dette årskullet skal ha muligheten til å komme på uforpliktende prøvetreninger hvor klubben informerer og svarer på spørsmål fra foreldre. Det koster ingenting å prøve og det er ingen krav om utstyr. Oppstarten gjøre i forkant av Tottecup (slutten av april), som blir første turnering og kamper for de nye utøverne.

Klubbens rekrutteringsplan finnes i klubbens Sportsplan.

11. Utdanning/Kompetanseheving

Ridabu IL ønsker å legge til rette for alle frivillige som ønsker å heve sin kompetanse. Kompetanseheving er noe klubben ser på som viktig for å kunne gi klubbens utøvere best forutsetninger til å nå så langt som dem ønsker, samtidig som det sosiale kommer i fokus. Personer som ønsker å bidra som frivillig i Ridabu IL, og som samtidig ønsker å heve sin egen kompetanse gjennom ulike kurs kan få dette sponset av klubben der det er naturlig, mot at vedkommende binder seg til å bidra i klubben over en gitt periode.

Styret og ledere

Lederkompetanse er avgjørende for god styring i klubben, og de som ønsker kompetanseheving på området kan gjennomføre NFFs lederutdanning. Dette består av flere trinn (Fotballleder 1-4) som sikrer fotballspesifikk lederkompetanse til håndtering av utfordringer i styreverv.

Link til NFFs fotballederkurs: <https://www.fotball.no/klubb-og-leder/leder/>

Trenerutdanning

Ridabu IL ønsker at alle trenere skal gjennomføre minimum Grasrottrener delkurs 1, men klubben krever ikke at dette gjennomføres. Det er derimot påkrevd at hvert lag i barnefotballen har minimum én trener som har gjennomført Grasrottrenerkurs 1, og i

ungdomsfotballen er det også påkrevd at minimum én av trenerne har gjennomført Grasrottrenerkurs 3. Kompetanseheving ses i sammenheng med barnas sosiale og sportslig utvikling, og alt vi gjør faller tilbake til et best mulig opplegg for våre lag og medlemmer.

Trenerne er klubbens representanter på lagene og er med på å forme utøverne både som mennesker og spillere. Det er derfor ønskelig at alle som vil bidra også får den oppfølgingen og de verktøy de trenger for å sikre at vi holder barn og unge i fotballen så lenge som mulig. En av måtene å gjøre dette på er å tilby kompetanseheving til klubbens trenere, og **alle** trenere i Ridabu IL som ønsker å gå trenerkurs får dette dekket av klubben. Andre kurs som hever kompetansen kan også være aktuelt for klubben å sponse.

Les mer om trenerutdanning på følgende link: <https://tiim.no/artikkel/om-nff-trenerutdanning>

Mer om trenerutdanning og fremgangsmåter finnes i klubbens Sportsplan, som finnes på www.ridabufotball.no.

12. Årshjul

Årshjul, eller aktivitetskalender, er satt sammen så alle viktige datoer i klubben er samlet på ett sted. Formålet med å bruke et årshjul er for å gjøre det enklere for alle klubbens medlemmer å holde styr på viktige datoer og frister, som igjen gjør planleggingen av sesongen og hverdagen enklere for alle.

Årshjulet oppdateres fortløpende av styret og sportslig utvalg, og før utgangen av ett år skal et nytt årshjul for kommende år ligge tilgjengelig på klubbens hjemmesider. Enkelte frister som lagspåmelding til sesong og overgangsvinduer vil være tilnærmet likt fra år til år, mens andre aktiviteter som årsmøte, trener- og lagledermøter, avslutninger, etc., vil variere fra år til år.

Link til årshjul 2024: <https://aarshjulet.nif.no/arshjul?w=uc5268a3d0>

13. Trygge rammer

Som medlem i Norges Fotballforbund skal Ridabu IL årlig jobbe med et valgfritt tema fra Trygge Rammer. Temaet for kommende sesong velges av klubbens styre på årets siste styremøte, og temaet som velges skal være dagsaktuelt for området Ridabu og omegn, samt aktuelt for Ridabu IL som klubb. Informasjon om de ulike temaene finner man på NFFs hjemmesider; <https://www.fotball.no/fotballens-verdier/>

Følgende temaer inngår i Trygge Rammer:

- Eat Move Sleep
- Seksuelle overgrep og trakassering
- Doping
- Alkohol
- Trafikksikkerhet
- Kampfiksing og spillavhengighet
- Mobbing og rasisme (som inngår i Fair Play)
- Skader og forsikring

Følgende temaer har vært fokusområder de siste årene:

År	Tema	Erfaring

Ridabu IL vil kunngjøre hvilket tema som hvert år vil bli prioritert ekstra i forbindelse med samlinger og forum. Det ligger også et ansvar på trenere og lagledere om å følge opp årets tema ekstra i forbindelse med trening, kamp og turneringer. Generell informasjon om hvert tema ligger vedlagt under, og i forbindelse med publisering av årets tema vil utdypende informasjon følge med.

Eat Move Sleep

Eat Move Sleep er et inspirasjonskonsept gjennom et samarbeid med NFF, Bama og EAT for å bidra til bedre folkehelse. Fokusområdene er et sunt kosthold, mer aktivitet og god søvn.

Gjennom sine hjemmesider har NFF samlet informasjon, bilder, videoer og brosjyrer som alle i klubben bør være kjent med. Ridabu IL anbefaler spesielt trenere, lagledere og foreldre om å sette seg inn i konseptet for å kunne bevisstgjøre barn og unge på viktigheten av kosthold, aktivitet og søvn. Gjennom NFF og Bama vil man finne all nødvendig informasjon

<https://www.fotball.no/barn-og-ungdom/eatmovesleep/>

<https://www.bama.no/eatmovesleep/eat-move-sleep/>

Seksuelle overgrep og trakassering

Ridabu IL støtte NFFs jobb for forebygging av vold og seksuelle overgrep. NFF har gjennom sine nettsider skrevet en god håndbok for å gi alle i fotballen kunnskap og råd om hvordan vold og seksuelle overgrep kan forebygges og håndteres. Vi anbefaler alle ledere, utøvere og andre frivillige til å lese gjennom denne: <https://www.fotball.no/fotballens-verdier/seksuelle-overgrep-og-trakassering/>

Protokoll for forebygging og håndtering av seksuell trakassering og overgrep fra NFF i 2020 ligger vedlagt på klubbens hjemmesider, og anbefales lest av alle klubbens medlemmer og frivillige.

Doping

Doping i idretten skal ikke forekomme, og Ridabu IL har nulltoleranse for doping. Derfor støtter klubben Antidoping Norge (ADNO) sitt arbeid for en idrett fri for prestasjonsfremmende midler. Som medlem av NFF er vi medlem av et Rent Særforbund med en egen handlingsplan mot doping, som vi plikter å forholde oss til.

Viktig informasjon angående Antidoping Norge er derfor:

- Alle kan testes på alle nivåer i norsk idrett, og blir man kalt inn er man pliktig til å avlegge prøve
- Det er ikke kun prestasjonsfremmende midler som havner på doping listen – også rusrelaterte stoffer står på idrettens dopingliste
- Ved bruk av medisiner, sjekk opp om legemiddelet finnes på Antidoping Norge sine hjemmesider. Det kan være legemiddelet inneholder enkeltstoffer som står på dopinglisten
- Vær varsom med tilskudd, også enkelte stoffer i kosttilskudd står på dopinglisten, og det er utøverens eget ansvar å tilse at man ikke har i seg ulovlige stoffer
- Tips Antidoping Norge ved mistanker. Man kan varsle anonymt (<https://www.antidoping.no/dopingvarsel>)

Gjennom nettsiden <https://renutover.no/> bør alle klubbens utøvere og ledere ha gjennomført e-læring om antidoping. Dette kurset gir en viktig innføring i antidoping basert på ulike nivåer av idretten, og er et fint verktøy å ha med seg i hverdagen.

Antidoping: <https://www.fotball.no/fotballens-verdier/antidoping/>

<https://www.antidoping.no/forebygging>

Alkohol

Ridabu IL har nulltoleranse for bruk av alkohol og/eller andre rusmidler i forbindelse med arrangementer. Spillere, trenere og andre tilknyttet klubben skal **ikke** under noen omstendigheter være påvirket av alkohol eller andre rusmidler under kamper, treninger eller turneringer hvor man representerer Ridabu IL.

For mer informasjon rundt klubbens alkoholpolicy, se www.ridabufotball.no/klubbhandbok

Fotball og alkohol: <https://www.fotball.no/fotballens-verdier/fotball-og-alkohol/>

Trafikksikkerhet

Trafikksikkerhet er et viktig tema for sikre at barn og unge kommer seg trygt både til og fra aktiviteter. Ridabu IL oppfordrer barn og unge til å sykle til Black River Park, noe som pålegger klubben et ansvar om at alle barn og unge kan trafikkregler og er sikre i trafikken.

Ridabu IL har utformet en egen reisepolicy som alle trenere, lagledere og foreldre med barn og unge bør sette seg inn i. Reisepolicyen ligger tilgjengelig for alle på klubbens hjemmesider.

www.ridabufotball.no/klubbhandbok

Trafikksikkerhet: <https://www.fotball.no/fotballens-verdier/trafikksikkerhet/>

Trygg trafikk: <https://www.tryggtrafikk.no/#>

Kampfiksing og spillavhengighet

NFF har gjennom hjemmesiden <https://www.fotball.no/fotballens-verdier/kampfiksing/> publisert to informasjonsvideoer, samt presentasjoner og brosjyrer om kampfiksing og pengespill. Skjema for å melde fra ved mistanke om kampfiksing ligger også her.

Ridabu IL følger NFF og Lotteritilsynets handlingsplan og holdninger mot kampfiksing, pengespill og spillavhengighet.

Mobbing og rasisme

Inkludering: <https://www.fotball.no/fotballens-verdier/inkludering/>

Bruk Hue: <https://brukhue.no/frivilligheten/>

Fair Play: <https://www.fotball.no/fotballens-verdier/fair-play/>

Skader og forsikring

Skader kan oppstå i forbindelse med idrett, og som medlem i Ridabu IL er man forsikret skulle man være uheldig. Informasjon om forsikring finner i Forsikring eller i klubbens Sportsplan.