

Mjøndalen IF fotball Breddeavdeling

*Klubbhåndbok for medlemmer
2025*



INNLEDNING	4
ORGANISASJON OG OPPGAVER	5
LAGSORGANISERING.....	6
LAGLEDERS OPPGAVER:.....	6
HOVEDTRENERENS OPPGAVER:	7
FORELDREGRUPPE:.....	8
REKRUTTERING OG TILRETTELEGGING	8
REKRUTTERING AV SPILLERE:	9
OPPSTART AV NYE KULL:	9
REKRUTTERING AV FRIVILLIGE:.....	9
REKRUTTERING AV DOMMERE OG UNGE TRENERE:.....	9
DIGITAL INFORMASJON OG KOMMUNIKASJON	9
HJEMMESIDE:	9
KOMMUNIKASJON:.....	10
INFORMASJON OG FAGSAMLINGER.....	10
FORELDREMØTER	10
OPPSTARTMØTE VED NY SESONG	10
EVALUERINGSMØTET	10
SPOND:	11
BANER OG ANLEGG	11
KULTURELLE FORSKJELLER	11
REPRESENTASJON	12
DUGNAD	12
ØKONOMISK STYRINGSMODELL	12
LAGSØKONOMI:	13
KONTIGENTER:	13
MEDLEMSAVGIFT.....	13
AKTIVITETSAVGIFT	13
HONORARER:	14
SØSKENRABBATT	14
SOLIDARITESFOND	14
SESONGKORT:	14
SPONSORER:	14
UTSTYR:	15
UTSTRYR TIL LAG.....	15
UTSTYR TIL TRENERE.....	15

SPORTSPLAN	15
FOTBALLSKOLER OG ANDRE EKSTRATILTAK	16
NYE SPILLERE OG RUTINER VED KLUBBSKIFTE	16
NYE SPILLERE- BARNEFOTBALL:.....	16
NYE SPILLERE-UNGDOMSFOTBALL:.....	16
FOR SPILLERE/FORESATTE VED KLUBBSKIFTE:	16
OPPGAVE FOR LAGLEDER VED NYE SPILLERE:	16
PÅMELDING TIL SERIE OG CUPER	17
SERIEKAMPER	17
CUPER	17
SKADER	17
FORSIKRING:	17
MELDE FRA OM EN IDRETTSSKADE	18
POLITIATTESTER	18
KAMPINFORMASJON:	18
KAMPER	18
DOMMERE TIL KAMPER:.....	19
DOMMERREGNING.....	19
FAIR PLAY	19
HVA ER FAIR PLAY?	19
FAIR PLAY MØTE	19
KAMPVERT	20
TRENERVETT	20
SPILLERVETT	20
FORELDREVETT (VI HAR KOPIERT DETTE FRA NFFS FORELDREVETTKORT)	21
RUSMIDLER	21
BEREDSKAPSPLAN	22
DIVERSE VIKTIGE LENKER:	25

INNLEDNING

Mjøndalen IF fotball er den største underavdelingen i Mjøndalen Idrettsforening som ble stiftet 1910. Breddeavdelingen er en underavdeling i Mjøndalen fotball, avdelingen har sterk vekst. Avdelingens formål er å jobbe med å utvikle og tilrettelegge fotballaktiviteter for alle, uavhengig av kjønn og alder. Vi skal utvikle spillere, ledere, trenere og frivillige. Vi er en kvalitets- og FAIR play- klubb. Avdelingen skal ta samfunnsansvar og jobbe aktivt med å inkludere alle.

Vi har aktiviteter for barn og unge fra 7-19 år, tilrettelagt fotball for voksne, samt tilbud for senior. Vi ønsker å være en utviklende avdeling slik at vi kan få frem gode fotballspillere, og tillegg vil vi gi et tilbud til alle som ønsker å spille fotball hos oss.

Fotballavdelingen består av 3 grupper: A-lag senior herrer, Akademiet og breddeavdelingen. Dagligleder og sportssjef som har overordnet ansvar for alle avdelingene.

MIF fotball breddeavdelingen styrer etter følgende verdier:

- **LAGÅND-** *Alle skal med, uavhengig av ferdighetsnivå og sosiale forutsetninger*
- **INNSATS-** *Vi verdsetter innsats i forhold til de forutsetninger som finnes i hvert enkelt barn*
- **KAMERATSKAP-** *Barn og voksne skal ta vare på hverandre*

MIF fotball breddeavdelingen har følgende målsetninger:

- Tilrettelegge for en utviklende hverdag for spillerne med kamerater og gode trenere.
- Differensiering trening og kamp etter ønsket nivå.
- Gi tilbud til de som har lyst til å spille fotball og skal jobbe aktivt med inkluderingsarbeidet.
- MIF skal være en klubbstyrt klubb.
- Utvikle ledere, trenere og dommere gjennom oppfølging og kurs.
- Utvikle spillere som kan ta steget inn i klubbens akademi og videre inn i klubbens A-lag.
- Rekruttere frivillige og tilrettelegge for frivillige, slik at de kan være med å bidra i avdelingen.

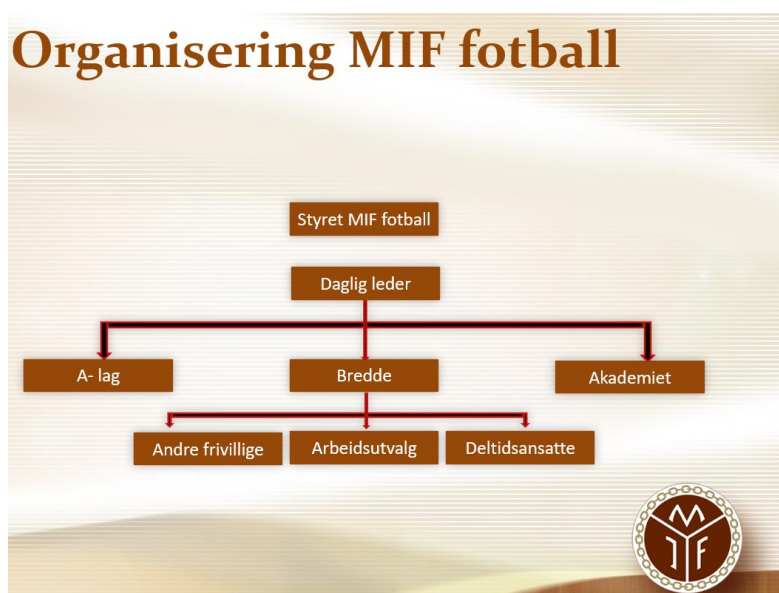
ORGANISASJON OG OPPGAVER

Avdelingen skal driftes etter fotballstyres vedtekter. Personer som bidrar som frivillige i avdelingen blir rekruttert inn. Personer bør i utgangspunktet være involvert i avdelingen enten som foresatt, frivillig, trener, lagleder, medlem av klubben eller ansatt.

Arbeidsutvalget (AU) er en ressursgruppe som har en støttefunksjon i breddeavdelingen. Personene i utvalget er ikke valgte personer, men blir rekruttert inn. Personene i utvalget bør som et utgangspunkt være involvert i klubben enten som foresatt, frivillig, trener, lagleder eller medlem av klubben. Klubben skal ha en tydelig rollebeskrivelse av rollene som er behov for avdelingen, slik at det blir lettere å rekruttere medlemmer til AU. Rollene i avdelingen kan opprettes etter avdelingens behov. Utvalget ledes av leder for breddeavdelingen.

Administrasjonen og AU skal ha jevnlig møter hvor man deler informasjon, erfaringer og saker. Saker som kommer inn til AU, blir gjennomgått av ledelsen/administrasjonen og AU, før saker eventuelt blir sendt til fotballstyret i Mjøndalen IF. AU har innsyn i alle utviklings- og drift prosjekter og saker, men ikke personalsaker. AU består av administrasjon og frivillige medlemmer.

Avdelingen rapporterer til daglig leder i Mjøndalen IF fotball.



Ønsker du å ta kontakt med avdelingen, kan du ta kontakt med avdelingsleder eller AU medlemmer. Mer informasjon om avdelinger og roller beskrivelser: [MIF Fotball Utvikling](#)

Hensikten med dette dokumentet er at det skal fungere som en håndbok for medlemmene i Mjøndalen IF breddeavdelingen. Det skal være enkelt å lese seg til og finne viktig informasjon om avdelingen.

LAGSORGANISERING

Alle aldersklasser skal bygge opp sitt eget støtteapparat i tråd med klubbens retningslinjer for lagstruktur, ved oppstart av nytt alderskull, organiserer klubben dette.

Alle aldersklasser skal ha en:

- Hovedtrener som er sportslig ansvarlig
- Lagleder som er administrativt ansvarlig.

Dersom lagledelsen ikke evner å samarbeide, vil klubben foreta de nødvendige tiltak for å løse dette.

Hovedtrener leder et team bestående av en eller flere trenere, mens lagleder leder et team bestående av en eller flere hjelpere.

Breddesavdelingen kan også velge å ha ansatte trenere på avdelingens øvrige lag og tiltak, beroende på behov, prioritering og økonomisk handlingsrom.

LAGLEDERS OPPGAVER:

Lagleder skal være en administrativ rollemodell for både barn og voksne, skal fungere som en tillitsperson. Det er viktig at lagleder bygger og opprettholder gode relasjoner med alle.

Lagleder skal:

- Vise ryddighet både i organisasjon og kommunikasjon.
- Holde frister.
- Lagleder kan og bør bygge et team av hjelpere som gis spesifikke administrative ansvar
- Samarbeide godt med hovedtrener
- Delta i sportslig drift ved forespørsel fra hovedtrener.
- Skal sørge for at alle barn- og unge blir inkludert på laget samt foreldre. Ved behov for hjelp, ta kontakt med klubben ved avdelingsleder.

ADMINISTRATIVT

- Være et kontaktledd mellom foresatte, lagansvarlige og breddeavdelingen.
- Sørge for påmeldinger innen gitte frister til seriespill og cuper.
- Sørge for at alle foresatte til enhver tid er lagt til medlemssystemet RUBIC.
- Dele info fra klubben på Spond med foreldre og spillere.
- Ha ansvar for lagsøkonomi
- Ha ansvar for miljøbygging og utenomsportslige aktiviteter for aldersklassen.
- Ha ansvar for arrangement av foreldremøter, både obligatoriske og ved behov.
- Ha ansvar for klær og utstyr, i samarbeid med klubben.
- Oppdatere laglisten i Rubic (medlemsregister) fortløpende.
- Lagledere for spillere fra 12 år, skal påse at alle spillere er registret i FIKS og er spilleklare.

KAMPRELATERT

- Sørge for at dommerkort fylles ut (12 år +).
- Ha ansvar for fordeling og forberedelse av kampvert ved hjemmekamp.
- Ha ansvar for å holde kontakt med dommere.
- Ha ansvar for at man ved bortekamp har all nødvendig informasjon før avreise.
- Kontakte kretsen ved endringer av kamper.

HOVEDTRENERENS OPPGAVER:

Hovedtrener skal være en sportslig rollemodell for både barn og voksne, hovedtrener skal fungere som en tillitsperson på og rundt banen for alle spillere.

Det er klubben, via sportslig ansvarlig, som velger hovedtrener. Valg av hovedtrener gjøres internt og innen det årlige oppstartmøtet ved at alle som ønsker å være hovedtrener melder seg, og klubben velger den som man mener egner seg best ut fra beskrivelsene i klubbhåndboka.

Hovedtrener kan og bør bygge et team av assisterende trenere. Det er hovedtreners oppgave å fordele oppgaver på og rundt banen, i trening som kamp. Vi ønsker at kamper ledes av trenere som deltar fast på treninger, da disse kjenner lagetts spillere og spillprinsipper best. Ved nødstilfeller kan hovedtrener utnevne foresatte til å lede treninger eller kamper.

Både hovedtrener og øvrige trenere skal fullføre NFF grasrottrenerkurs del 1 og del 2, og hovedtrener skal stimulere til deltagelse også på del 3 og del 4.

Hovedtrener plikter å utøve godt samarbeid med lagleder, noe som er svært viktig. Hovedtrener skal kun delta i administrativ drift ved forespørsel fra lagleder og respektere at det er den andre lederens ansvar, og vice versa.

- Ha det fulle ansvaret for alt som foregår på banen, i trening og kamp.
- Ha ansvar for laguttak og fordeling av spilletid i kamper og på cuper.
- Ha ansvar for individuell oppfølging i laghverdagen.
- Påse at alle trenere på gjeldende aldersklasse samarbeider.
- Være aldersklassens bindeledd opp mot avdelingen.
- Sørge for at klubbens og avdelingens sport- og strategiplan følges.
- Delta i trenerforumer og sørge for at aldersklassens øvrige trenere gjør det samme.
- Delta på trenerkurs og sørge for at aldersklassens øvrige trenere gjør det samme.
- Være en god rollemodell og representant for klubben og utøve vårt verdisett aktivt.
- Sørge for at spillere og trenere både rydder og trækker bane etter trening og kamp.
- Sørge for at garderobe er ryddig etter kamp, både ved hjemme og bortekamp.

FORELDREGRUPPE:

Mjøndalen IF fotballs breddeavdeling baserer sine aktiviteter på frivillig innsats fra sine medlemmer, i likhet med de fleste andre frivillige organisasjoner i Norge. Siden våre medlemmer i hovedsak er barn og unge, blir foresatte en viktig ressurs som er nødvendig for å drive klubben. Foresattes oppgaver er mange og varierte, det kan være alt fra å være lagansvarlig til å bidra ved dugnad eller påta seg småoppgaver som kakebaking, parkeringsvakt etc.

Alle bidrag er verdifulle

Uten støtte og hjelp fra foresatte, vil drift av aldersbestemt fotball være umulig innenfor vår organisasjonsmodell. Det er derfor viktig at alle lagansvarlige utviser ydmykhet og respekt ovenfor foreldregruppa og involverer dem på en positiv måte.

Vi ønsker at alle foresatte føler at de blir informert godt, at deres meninger blir hørt og at de er med å ta beslutninger rundt sine barns aldersklasser. Dersom foresatte føler noe annet, skal de ta dette opp med lagleder.

Foresatte på sin side plikter å gjøre sitt ytterste for å få deltatt på foreldremøter. Dette fordi foreldremøtene er stedet hvor de voksne rundt lagene – til tross for stadig større bruk av nyttige apper, sosiale medier og SMS – faktisk kan snakke sammen.

Foresatte skal involveres og delta i beslutninger rundt:

- Økonomi -dugnad / sponsing / lagkasse
- Cuper-hvilke / hvordan / hvem
- Miljø-sosialt / verdier / Fair Play
- Individuell oppfølging-alle skal med

Det er viktig at alle foresatte forstår hva det innebærer at Mjøndalen IF Fotball er klubbstyrt.

All aktivitet og virksomhet på og utenfor fotballbanen skal følge klubbens Sport- og strategiplan og klubbens forankrede verdier. Det er også viktig at foresatte forstår at klubben tar ansvar for alt som foregår i fotballhverdagen, også selvstendige beslutninger som ledere tar i de ulike ledd i klubbens beslutningsstruktur.

Klubben vil imidlertid alltid håndtere enhver utfordring med de beste intensjoner, lytte til alles meninger og løse det til alles beste.

REKRUTTERING OG TILRETTELEGGING

Mjøndalen IF fotball jobber aktiv med rekruttering og tilrettelegging både for spillere og frivillige. Målet med dette er å gi alle spillere et tilbud samt å få inn flere frivillige som kan holde hjula i gang i Mjøndalen IF fotball.

Mjøndalen IF fotball prøver å tilrettelegge tilbud til alle spillere uansett ferdighet, samt

tilrettelegge for nye lag og grupper. Alle spillere som har et tilbud i klubben, skal primært ha tilknytting til sitt kull, men skal få utviklingsmuligheter dersom det er behov, det skal kommuniseres mellom trenere og sportsligleder. Ved oppstart av nye lag, innkaller Mjøndalen fotball til foreldremøter/informasjonsmøter, slik at laget/gruppa kan komme i gang.

REKRUTTERING AV SPILLERE:

Vi ønsker alle barn og ungdom som vil prøve fotball, velkommen, i samarbeid med idrettsforeningens øvrige idretter og Mjøndalen skole. Hvert år i januar starter vi nye kull med 1. klassinger i barnefotballen.

Med rekruttering mener vi IKKE at vi kan hente spillere fra andre klubber. Vi har et tydelig prinsipp om at vi ikke «henter» spillere.

Lagledelsen skal ta kontakt med klubben når spillere fra andre klubber tar kontakt om å bytte klubb, klubben vil ta kontakt med den andre klubben for å finne en løsning.

OPPSTART AV NYE KULL:

I oktober/november vil det bli sendt ut invitasjon til oppstartsmøte for det nye kullet til skoler og blir delt på våre nettsider. Klubben vil lede det første møte og hjelpe de nye foreldrene til å danne en lagledelse. Klubben vil være tett på med laget ved oppstartsperioden, slik at det blir en god start for de nye.

REKRUTTERING AV FRIVILLIGE:

Mye av arbeidet som foregår på avdelingen er basert på frivilliginnsats, derfor jobber Mjøndalen IF fotball aktivt med rekruttering av frivillige.

MIF kan tilby de frivillige ulike kurs, seminarer, temakvelder og andre tiltak for inspirasjon eller kompetanseheving. Lagene er avhengig av de frivillige.

REKRUTTERING AV DOMMERE OG UNGE TRENERE:

Mjøndalen fotball jobber med rekruttering av unge trenere og dommere. Det gjennomføres hvert år dommerkurs for klubbens 14-åringer, de skal dømme 3`, 5`er 7`er og 9`er kamper(12åringer) for klubben. Disse ungdommene vil få tilbud om å få andre kurs, slik at de blir kjent med klubben og klubbarbeidet. Videre kan de få tilbud om trener og lederkurs.

DIGITAL INFORMASJON OG KOMMUNIKASJON

HJEMMESIDE:

Den offisielle hjemmesiden til klubben er [Mjøndalen Idrettsforening \(MIF\) • Siden 1910 • Offisiell nettside](#). Breddeavdelingen har egen fane under hovedsiden, hvor vi oppdaterer klubbens faktainformasjon og relevante nyhetsaker.

Avdelingen har også en egen Facebook side som er åpen for alle. Her formidles både viktig

informasjon og nyheter av allmenn interesse. [\(3\) mif fotball breddeavdeling – søkeresultater](#)
[| Facebook](#)

KOMMUNIKASJON:

Vi er kjent for være en åpen klubb, men likevel ønsker vi at kommunikasjonen skjer på en ryddig måte. Foreldre kan ta direkte kontakt med lagledelsen om saker som omhandler laget eller sitt barn. Hvis foreldre ikke klarer å kommunisere direkte med lagledelsen, kan man kontakte klubben. Lagledere og trenere skal ta direkte kontakt med klubben ved behov.

Man bør unngå å klage på klubben ved sidelinjen på treninger og kamper, det hjelper ikke klubbens utvikling. Det er derfor viktig at det kommuniseres direkte til den det gjelder.

Vi ønsker å få både **ros og ris**.

Hvis dere skal ta kontakt med klubbledelse eller arbeidsutvalget AU, kan dere finne kontaktinformasjon her: [Kontaktpersoner • MIF Fotball Utvikling](#)

INFORMASJON OG FAGSAMLINGER

Lagledere, trenere, foreldre og andre kan bli innkalt til fagsamlinger, informasjonsmøter eller til temakvelder. Det vil bli sendt ut invitasjon til laget i god tid i forveien.

FORELDREMØTER

Det er to obligatoriske foreldremøter per år.

OPPSTARTMØTE VED NY SESONG

Holdes i månedsskiftet jan/feb, formålet med møtet er å presentere de sportslige og administrative rammene for det kommende året. Det tas også en rekke viktige beslutninger som foreldregruppa skal ta sammen. Hvis det er behov eller ønskelig, kan klubben stille opp på disse møtene.

Ved oppstart av et nytt kull, vil klubben sende ut innkalling til oppstartsmøte og vil lede det foreldremøtet.

EVALUERINGSMØTET

Holdes i oktober/november, formålet med møtet er å oppsummere året som har gått og se fram mot neste år. I dette møte kan det foregå valg/gjenvalg av lagledelsen. Det oppfordres til å benytte foreldremøte som kommunikasjonsform også utenom disse, for eksempel ved uenighet eller store endringer. Klubben kan være representert etter ønske fra laget.

SPOND:

Alle lagene har sin egen spond gruppe, den er kun til intern bruk hvor lagledelsen deler informasjon med foresatte og spillere.

BANER OG ANLEGG

Breddeavdelingen har følgende baner tilgjengelig for klubbens lag og medlemmer:

- Vassenga gressbaner
- Mjøndalshallen
- Consto Arena
- Gymsalen på Mjøndalen skole

Lagene melder inn ønske om treningstid til avdelingsleder, som lager oppsett over treningstider for lagene. Oppdatert banefordelingsoppsett ligger tilgjengelig på våre nettsider. Breddeavdelingen leier [Mjøndalshallen](#) og betaler for drift av Vassenga og Consto.

Tildeling av banetid:

Januar-april og oktober-november:

- Stadion og Mjøndalshallen

Mai-september

- Vassenga og Consto

I perioden januar-mars/april tildeles ukentlige økter for lagene i barne- og ungdomsavdelingen på stadion eller i hallen.

7-12 år-2 økter pr. uke.

13-19 år-3 økter pr. uke.

Senior- 3 økter pr. uke.

Lagene kan låne MIF-huset og VIP`en til møter. Dersom man skal reservere møterom for spillere/foresatte, kan dette gjøres via utleieansvarlig. Kontaktinformasjon finner dere på nettsiden.

KULTURELLE FORSKJELLER

Våre medlemmer kommer fra ulike landsdeler, land, religioner og kulturer. Vi har som mål at alle foresatte skal ha like forutsetninger for å engasjere seg rundt egen aldersklasse eller i øvrige verv i klubben.

Dette krever at vi informerer alle foresatte like godt og foretar de nødvendige skritt for å tilpasse informasjon og kommunikasjon til de med kulturelle utfordringer og sørger for å også nå disse. Det er lagleders ansvar å identifisere foresatte som pga kulturelle forskjeller

trenger en annen tilnærming, og iverksette dette.

REPRESENTASJON

Alle trenere/lagledere representerer klubben under trening og kamp, derfor er det viktig at mottatt utstyr benyttes. Det forventes at alle med tillitsverv i avdelingen opptrer med respekt og integritet overfor hverandre, samarbeidspartnere, publikum og andre. Mjøndalen IF Fotball aksepterer ingen form for trakassering, diskriminering eller annen atferd som kan oppfattes truende eller nedverdiggende. Husk at alle som er med rundt våre lag blir oppfattet som en del av klubben og dermed er klubbens ansikt utad.

DUGNAD

Vår største inntektskilde er dugnader og aktivitetsavgiften som gir grunnlag for drift av avdelingen. Følgende fellesdugnader er gjeldende:

FELLES DUGNADER:

- **SALGSDUGNAD:** Det kan arrangeres årlig.
- **CUPDUGNADER:** Foresatte deltar som dugnadsvakter på klubbens cuparrangementer i avdelingen.

ANDRE OG LAGDUGNADER:

- Lagene kan arrangere egne dugnader for inntekt til laget. Hvert lag kan skaffe seg så mange dugnader de ønsker. Laget må koordinere med avdelingsleder, dersom oppdraget gjelder en avtalepartner.
- Hver vår og høst er det ryddedugnad på Vassenga, spillere kan bli innkalt, banemester initierer dugnad ved kontakt med lagleder.

ØKONOMISK STYRINGSMODEL

Vi forplikter oss i Mjøndalen IF fotball til at vi til enhver tid har økonomisk orden.

Vi vil ikke bruke flere penger enn vi har, og vi vil ikke belaste foresatte og spillere med utlegg som ikke er avtalt.

Driften av breddeavdelingen er finansiert av:

- Aktivitesavgift fra aktive spillere.
- Inntekter av klubbens egne cup-arrangement.
- Inntekter fra salgsdugnader.
- Momsrefusjon.
- Kommunale tilskudd.
- Sponsing fra bedrifter og organisasjoner.

For å delta på aktiviteter i avdelingen er vi avhengige av at de foresatte bidrar med:

- Å betale aktivitesavgift.
- Å delta på alle dugnader.

LAGSØKONOMI:

Hvert lag styrer sine «egne penger». De pengene lagene har skaffet selv, brukes kun av det laget.

INNTEKTER FAKTURA/BANK:

Alle sponsorinntekter skal faktureres av forretningsfører av hensyn til moms-regnskapet. Det er ikke moms på dugnadsinntekter, men også disse bør faktureres dersom beløpet overstiger 5.000 kroner. Dersom lagleder setter kontanter inn på Mjøndalen IF fotballs bankkonto, er det viktig levere bilaget fra banken og påføre hvilket lag det gjelder før det leveres til avdelingsleder. Alle lag har registrert en konto i regnskapet.

Midlene blir merket med lags navn. Lagskonto i regnskapet kan kalles for eksempel: J2016, G2016 el J/G2016.

UTLEGG:

Bilag attesteres av lagleder og sendes til avdelingsleder for avregning/tilbakebetaling. Tilbakebetaling skjer til privat konto ved privat utlegg.

Ingen lag kan bruke penger de «ikke har».

Når lagene planlegger treningsleirer eller turneringer som koster store summer, skal lagene legge frem en finansieringsplan for turen på forhånd. Dette er for å kvalitetssikre at lagene har økonomi til det planlagte arrangementet. Mjøndalen IF fotball dekker ikke slike kostnader. Foreldregruppen må være enige om kostnadene på forhånd. Det er ønskelig at alle spillere som har lyst til være med får mulighet. Systemet krever en ryddig kontakt med forretningsfører.

KONTIGENTER:

MEDLEMSAVGIFT

Alle medlemmer i MIF skal betale medlemsavgift til Mjøndalen IF, satser man skal betale for klubben vedtas på årsmøtet. Det er mulighet til å kjøpe familiemedlemskap. Dette betales til Mjøndalen IF. Ved spørsmål om medlemsavgift, kan IF kontaktes, medlem@mif.no

For å bli medlem, les her: [Bli medlem • Mjøndalen Idrettsforening](#)

AKTIVITETSAVGIFT

Aktivitesavgift vil bli sendt ut to ganger i året, endringer i aktivitesavgift kan forekomme ved

ny sesong, men det vedtas av fotballstyret Informasjon om gjeldene aktivitesavgift vil være tilgjengelig på hjemmeside.

Mer om aktivitetsavgifter, les her [Aktivitesavgift 2025 • MIF Fotball Utvikling](#)

Aktivitesavgiften dekker i hovedsak følgende:

- Utstyr til lagene.
- Personalutgifter.
- Utdanning og tøy til trenere.
- Drift og vedlikehold av Vassenga.
- Leie av kunstgressbaner og hall.
- Deltagelse i serie og dommerutgifter.
- Deltagelse på egne og 2 eksterne cuper par lag

Spillere i breddeavdelingen som har fast hospiteringsplass eller fast plass i akademiet, betaler kun for akademiet.

HONORARER:

Lagleder og trenere mottar et honorar per sesong/år, og får MIF representeringstøy. Dersom gruppa utgjør mer enn 20 spillere vil ytterligere en trener motta honorar. Ved endringer av rutine, vil det bli gitt informasjon.

SØSKENRABBATT

- Barn nummer en skal betale full pris for deltakelse.
- Barn nummer to og tre også videre, får 30 % søskenmoderasjon (Pr. husstand)

Dette må meldes til lagleder ved oppstarten.

SOLIDARITESFOND

VED ØKONOMISKE UTFORDRINGER:

Mjøndalen IF har et solidaritetsfond. Om det er utfordringer rundt betaling, ta kontakt med klubbens samfunnskontakt. Det er viktig å ta kontakt så tidlig som mulig.

Kontakt informasjon: [Solidaritetsfondet - Idrettsglede for alle | Mjøndalen Idrettsforening \(mif.no\)](#)

SESONGKORT:

Lagansvarlige og spillere får tilbud om å kjøpe sesongkort til sterkt rabatterte priser. Informasjon sendes ut fra klubben. Informasjon om dette vil bli sendt ut til lagene.

SPONSORER:

Lagene kan selge sponsorplass på treningstøy og treningsdresser som tilhører spillerne.

Avtaler må klareres med avdelingsleder/markedsansvarlig.
Mjøndalen IF fotball har rettigheter for salg av draktreklame på draktene.

UTSTYR:

UTSRYR TIL LAG

Alle lag vil ha tilgang til:

- Baller og ball-nett avhengig av spillerantall.
- Kjegler.
- Overtrekksvester
- Førstehjelpsutstyr
- Keeperhansker
- Kampvertvest
- Ballpumpe (er tilgjengelig i hallen og garderode)
- Kampdrakter (byttes ikke hvert år)

Klubben avgjør i tvilstilfeller hvorvidt laget må fornye utstyret. Er det behov for ytterligere utstyr, skal dette meldes klubben. Hver enkelt spiller må kjøpe strømper og shorts selv. Draktene skal leveres inn til lagledere etter sesongslutt. Ved klubbskifte skal kampdrakten leveres til lagleder, overgangen vil ikke bli godkjent dersom kampdrakten ikke blir levert.

Før sesongstart vil lagledere/trenere få innkalling fra utstyrsansvarlig for utlevering av utstyr. Lagene vil få supplert med ekstra baller og drakter dersom nye spillere kommer inn.

Alle lag er ansvarlig for å behandle utstyret forsiktig.

- Merk utstyret for eksempel slik: G2008 eller J2015
- Alle lag får tilgang på egen oppbevarings bod til utstyret i Mjøndalshallen eller i garderoben under klubbhuset.
- Lagleder må påse at alle lagets drakter har påtrykket klubbens gjeldende sponsor på brystet.

UTSTYR TIL TRENERE

Alle trenere får utdelt genser, bukse, shorts og trøye. Trenere/lagledere for 11`er lagene, får en coachjakke i tillegg. Det er ønskelig at alle trenere og lagledere benytter klubbtøy under treninger og kamper.

SPORTSPLAN

Klubbens sportsplan er retningsgivende for all sportslig aktivitet. Klubbens trenere plikter å gjøre seg kjent med og bruke sportsplanen.

Sportsplanen ligger tilgjengelig på [Sportsplan og trenerguid • MIF Fotball Utvikling](#). Sportsplanen skal revideres av sportslig ledelse hvert 2. år.

FOTBALLSKOLER OG ANDRE EKSTRATILTAK

Mjøndalen IF Fotball arrangerer fotballskoler i fellesferiene. Fotballskolene er for både interne og eksterne jenter og gutter.

I sommerferien arrangeres Tine fotballskole den første uka etter skoleslutt. MIF / Tine fotballskole er en av landets største fotballskoler. Alle arrangementer vil bli annonsert på nettsiden i god tid.

NYE SPILLERE OG RUTINER VED KLUBBSKIFTE

Alle nye spillere må registreres hos klubben, betale klubbmedlemskap og aktivitesavgift.

NYE SPILLERE- BARNEFOTBALL:

MIF's barnefotballtilbud gis primært til barn som går på skole i Mjøndalen. Inntak av spillere som sokner til andre skolekretser og klubber, skal behandles av klubben i samarbeid med den andre klubben.

Nåværende klubb blir kontaktet slik at man kan drøfte ulike løsninger. MIF's holdning er at spilleren i utgangspunktet skal spille på lag med sine klassekamerater og venner i nærmiljøet. For barn ved klubbskifte, kreves ikke andre registreringer enn å melde seg inn i MIF.

NYE SPILLERE-UNGDOMSFOTBALL:

9`er og 11`er fotballspillere som skal melde overgang til MIF må fylle ut og levere inn SAMTYKKESKJEMA. Ferdig utfylt skjema leveres lagledelsen eller direkte til FIKS-ansvarlig.

Alle overganger skal godkjennes av klubben. Henvendelser som kommer fra spillere som spiller i andre klubber skal rettes til sportslig leder/avdelingsleder. Spillere som spiller i andre klubber og som ønsker å komme på PRØVESPILL til MIF må ha godkjenning fra tidligere klubb før første trening. Nye spillere kan delta på treninger maks i en måned.

Ved klubbskifte skal det fylles ut SAMTYKKESKJEMA fra det året man fyller 12 år. Skjemaet leveres trener, sportslig leder eller FIKS-ansvarlig.

Samtykkeskjema: [samtykkeskjema-elektronisk overgang-15.pdf \(fotball.no\)](#)

FOR SPILLERE/FORESATTE VED KLUBBSKIFTE:

Bli medlem av klubben her: [Bli medlem • Mjøndalen Idrettsforening \(mif.no\)](#)

OPPGAVE FOR LAGLEDER VED NYE SPILLERE:

Det er viktig å registrere spillere i RUBIC og gi beskjed til medlemsansvarlig

fotball.medlem@mif.no, slik at klubben kan sende ut faktura for aktivitetsavgiften.

PÅMELDING TIL SERIE OG CUPER

SERIEKAMPER

FIKS-ansvarlig melder på lag i seriespill innen fristen. Kostnad for deltagelse i seriespill dekkes av avdelingen. Det skal meldes på lag med utgangspunkt i antall spillere i gruppa. Det skal ikke meldes opp ekstra lag hvor det beregnes at spillere skal delta på to lag. Klubben kan være behjelpelig dersom lagledelsen trenger hjelp til å velge riktig nivådeling i seriespill.

CUPER

Lagene må selv melde seg på cuper, dette gjelder også Mjøndalen IF Fotball sine egne cuper. Betalingsinformasjon sendes til avdelingsleder. Avdelingen dekker kostnader for våre egne samt for to eksterne cuper per lag.

SKADER

FORSIKRING:

Alle barn som deltar på klubbens lag opp til og med 12 år er forsikret gjennom NFFs barneforsikring. Spilleren skal være registrert i klubbens spillerregister.

Det er ikke nødvendig med registrering utover medlemskap i klubben for disse spillerne. Forsikringen gjelder når de deltar i organisert trening eller konkurranse.

Fra det året spilleren fyller 13 år, er spilleren forsikret gjennom NFFs lagsforsikring (grunnforsikringen), klubben betaler for dette.

Det er et krav at spillerne er registrert i klubbens spillerregister og fotballens informasjons- og kommunikasjonssystem (FIKS). Det gjelder også for trenere, ledere og dommere er dekket av grunnforsikringen.

Hvis man ønsker utvidet forsikring (individuell forsikring), skal det tegnes av foresatte/spillere.

Det er viktig å ha kjennskap til forsikringsvilkårene. For mer info, kan man ta kontakt med Gjensidige: [915 03 100](tel:91503100)

Les mer om det her: <https://www.fotball.no/klubb-og-leder/forsikring/artikler/fotballforsikring/>

Klubben har grunnforsikring (lagforsikring). Hvis man ønsker utvidet forsikring (individuell forsikring), skal det gjøres av foresatte el spillere.

Husk bekreftelse fra foresatte, trener eller lagleder på at opplysningene på skademeldingen er riktig dersom du som lagleder bistår i dette arbeidet.

MELDE FRA OM EN IDRETTSSKADE

Hvis spilleren får en idrettsskade som er dekket av forsikringen, kan foresatte fylle ut et eget skadeskjema elektronisk. Skjemaet finnes på [Idrettsforsikring – Se vilkår og meld skade | Gjensidige](#)

SKADETELEFON: 98702033 (for spillere fra 13 år og oppover)

Selv om skaden forekommer på treninger/kamper, har foresatte et stort ansvar å sørge for legebehandling og innmelding av skade.

MIF fotball anbefaler å bruke Mjøndalen Sportsklinikk: [Mjøndalen Sportsklinikk | Fysioterapi og Osteopati \(drammensportsklinikk.no\)](#)

Vi oppfordrer alle spillere til å bruke leggbeskyttere på trening og kamper. Skade som oppstår uten bruk av dette vil kunne få konsekvenser for skadeserstatningen. For spillere i 11`er fotball er det mulig å tegne en utvidet personlig forsikring. Informasjon om dette finnes på NFF sine sider.

POLITIATTESTER

Norsk idrett skal være et trygt sted å være for alle. Idrettsstyret har derfor vedtatt at alle idrettslag plikter å innhente politiattest for personer som skal utføre oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige (under 18 år) eller mennesker med utviklingshemming.

Mjøndalen IF fotball er pliktet til å følge retningslinjene som er satt av idrettsstyret. «Krav om politiattest for alle som utfører oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige (under 18 år) eller mennesker med utviklingshemming, gjelder for alle over 15 år.»

Les mer her: <https://www.idrettsforbundet.no/tema/politiattest/hvordan-soker-jeg-om-politiattest/> el [Politiattest – Politiet.no](#)

KAMPINFORMASJON:

KAMPER

Alle kampene som er obligatoriske/innmeldt til krets blir tildelt bane automatisk, og dette vil komme fram på baneoversikten. Om kamper skal omberammes, tar lagledelsen kontakt med motstander i god tid for å finne et tidspunkt som passer for begge parter.

DOMMERE TIL KAMPER:

Dommere til kamper i klasse 13 år og oppover settes opp av kretsen. Dommere til kamper i barnefotball fordeles av klubbens dommerkontakt. Klubbdommere sender regningen til klubben. Lagene vil få informasjon om klubbdommere. Det er viktig å minne på klubbdommere om gjeldende kamp, slik at de ungdommene kan få litt ekstra hjelp til å huske på oppdraget sitt.

Dommerkontakt: [Dommeransvarlig • MIF Fotball Utvikling](#)

DOMMERREGNING

Klubbdommere skal fylle ut skjema for dommerregninger og sende det til klubben etter kampen, det gjelder for de som dømmer 7-12 år, mer info og kontaktinfo.:

[Dommeransvarlig • MIF Fotball Utvikling](#)

Kretsen setter opp dommere for de som er 13 år og oppover, de sender dommerregning via fiks til klubben.

Klubben kan betale for 2 treningskamper.

FAIR PLAY

HVA ER FAIR PLAY?

- Fair play handler om mer enn å unngå gule eller røde kort.
- Fair play handler om hvordan vi i Mjøndalen IF Fotball oppfører oss mot hverandre. Det gjelder både på banen og utenfor banen.

Les mer om Fair Play: [Kampen i fokus - håndbok for trenere og lagledere - Norges Fotballforbund](#)

FAIR PLAY MØTE

BARN

Hjemmelagets trener tar initiativ til et møte med begge trenere og dommeren før kampen

UNGDOM

Dommeren tar initiativ til et møte med begge trenerne før kampen

FAIR PLAY-HILSEN

Mjøndalen IF fotball ønsker at alle lagene skal gjennomføre FAIR PLAY-HILSEN før og etter kampen.

Mjøndalen IF Fotball ønsker følgende:

- Vise respekt og toleranse for hverandre.

- Husk at alle er like verdifulle.
- Ta avstand fra rasisme og andre former for mobbing.
- Skape glede og trivsel og et felleskap som inkluderer alle.
- Husk at fotball er et lagspill.
- Aktivt justere kamper når vi leder stort, for å skape jevnbyrdighet.

KAMPVERT

Det er et krav i breddereglementet ([§ 1-4](#)) om minst en kampvert på alle kamper som ønsker motstanderlag, dommer(e) og tilskuere velkommen. Den gule kampvertvesten oppbevares i kiosken eller i lagbagen.

Alle 11'er-, 9'er- og 7'erkamper skal ha minst en kampvert hver. For 5'er- og 3'erkamper som spilles samtidig setter Lagene opp et passende antall kampverter i forhold til antall baner og antall kamper.

Før kampen: Ønske begge lag, dommer(e) og tilskuere velkommen og oppfordre til positivitet under kampen. Tilskuere skal stå på motsatt side av lagene og godt utenfor sidelinjen. Delta på Fair play-møtet sammen med dommer(e) og begge lags trenere. Ha kjennskap til hvor klubbens hjertestarter er og ha telefon for å ringe 113.

Under kampen: Oppfordre til positivitet blant tilskuerne. Være tilgjengelig for dommeren underveis i kampen og i pausen. Håndtere eventuelle uønskede hendelser i henhold til klubbens retningslinjer.

Etter kampen: Takke begge lag og dommer(e) for kampen. Melde ifra til Fair play-ansvarlig eller annen kontaktperson i klubben hvis det oppstod uønskede hendelser før, under eller etter kamp.

TRENERVETT

- Har vi smilet på lur, øker sannsynligheten for at resten er i godt humør.
- Skryter vi, øker sannsynligheten for at resten av gjengen skryter av hverandre.
- Skryter vi av motstanderlagets prestasjoner påvirker det både eget lag og motstanderlaget og begges supportere.
- Gjør vi dommeren god, øker sannsynligheten for at flere gjør det samme.

Husk at: «Spillerne blir som deg, du er rollemodellen for spillerne»

SPILLERVETT

HUSK alltid på dette: **LAGÅND, INNSATS, KAMERATSKAP**

VÆR godt forberedt til trening, bevisst på kosthold, hvile, være presis, positiv.

VÆR lærevillig.

ØNSKE om å prestere og gjøre ditt beste.

RESPEKT for trenere og øvrige i støtteapparatet.

RESPEKT for medspillere, motspillere og dommere.

BIDRA i gruppen, laget blir mye bedre om alle bidrar positivt.
HUSK at du lærer mer enn fotball på banen, det er mye som kan bidra positiv for hverdagen din.

MØT i god tid til alle treninger.

MELD fravær til trener i god tid.

Er du skadet, møt på trening hvis ikke annet er avtalt med trener.

FORELDREVETT (Vi har kopiert dette fra NFFs foreldrevettkort)

1. **Støtt opp om klubbens arbeid**
 - gjennom foreldremøter forankres fotballens og klubbens verdisyn
2. **Møt fram til kamper og treninger**
 - du er viktig både for spillerne og miljøet
3. **Gi oppmuntring til alle spillerne i med- og motgang**
 - dette gir trygghet, trivsel og motivasjon for å bli i fotballfamilien lenge
4. **Vi har alle ansvar for kampmiljøet**
 - gi ros til begge lag for gode prestasjoner og Fair play
5. **Respekter trenerens kampledelse**
 - konstruktiv dialog om gjennomføring tas med trener og klubb i etterkant
6. **Respekter dommerens avgjørelser**
 - selv om du av og til er uenig
7. **Det er ditt barn som spiller fotball. Opptre positivt og støttende**
 - da er du en god medspiller

RUSMIDLER

Lagansvarlige og dommere skal ikke nyte tobakk, alkohol eller andre rusmidler i forbindelse med treninger, kamper, spillermøter og turneringer. Voksne skal være gode rollemodeller. Dette gjelder for våre spillere også. Spillere skal ikke nyte tobakk, alkohol eller andre rusmidler, samt de skal ikke delta i aktiviteter i påvirket tilstand.

BRUK AV RUSMIDLER PÅ TURNERINGER OG SAMLINGER

Alkoholfri sone skal etableres som noe underforstått og selvsagt for aldersbestemte lag tilknyttet klubben i følgende sammenhenger:

PÅ HELE REISEN UNDER TURNERINGER / KAMPER: Det vil si fra spillere, trenere og ledere går på bussen/reisetransporten på hjemstedet til de igjen er tilbake på hjemstedet. For foresatte som er med som ledsagere/hjelpere i avviklingen av reisen / turneringen og kamper gjelder det samme. Alle voksne som har roller, skal til enhver tid kunne trå til i edru tilstand ved ulykker/uhell.

24 TIMER I FORKANT AV ALLE KAMPER: Barn og ungdom skal slippe å oppleve at det "lukter fyll" av de rundt seg.

I GARDEROBEN ETTER KAMPER: Mjøndalen IF fotball skal alltid strebe etter å etterlate et godt inntrykk. Vi bruker ikke idrettsgarderober til "vorspiel" eller lignende.

KLUBBARRANGEMENT HVOR BARN / UNGDOM DELTAR:

Barn og ungdom skal ikke måtte forholde seg til at alkohol drikkes/serveres under våre arrangement.

Alle trenere, ledere og voksenpersoner som har eller tar formelt eller uformelt ansvar i Mjøndalen IF Fotball må følge de retningslinjer som står her.

Mjøndalen IF Fotball ønsker å være en klubb som skal arbeide med å holde alkohol borte fra de aldersbestemte klasser. I tråd med NFF ønsker Mjøndalen IF fotball at vi skal skape et fotballmiljø som er et trygt og godt sted å være for spillere

Beredskapsplan

For aktiviteter, arrangementer, reiser, trakasering/overgrep og mediehåndtering.

Formål

Mjøndalen IF ønsker gode opplevelser gjennom aktiviteter, arrangementer og reiser, men skal være forberedt når kriser og ulykker oppstår i klubbens regi.

Planen har til hensikt å skape trygghet hos alle, samt redegjøre for handlingsplanen dersom en alvorlig hendelse skulle oppstå.

Definisjon

Krise

Med krise menes en uventet hendelse som rammes mennesker eller verdier på en uønsket eller skadelig måte. Dette kan oppstå på grunn av uhell, ulykke eller på grunn av bevisste planlagte handlinger.

Beredskap

Med beredskap menes forberedte planer og tiltak som bedrer Mjøndalen IFs evne til å handle raskt og riktig.

Beredskapskomite

Med beredskapskomiteen menes MIFs interne personer.

Daglig leder, MIFs styreleder, avdelingsleder og lagleder om dette er hensiktsmessig. Ved reiser og arrangement skal det være utnevnt en leder/beredskapsansvarlig. I krisesituasjoner vil denne beredskapsansvarlig lede arbeidet til beredskapskomiteen overtar.

Nødvarsling

Dersom situasjonen er alvorlig, varles politi, brann eller sykehus direkte.

Brann: 110

Politi:112

Ambulanse: 113

Hva skal du opplyse om:

- Hvem ringer
- Telefonnummeret du ringer fra
- Hva har skjedd
- Hvor det har skjedd.
- Når skjedde det
- Hvem det gjelder
- Har du varslet andre

Beredskapskomite i Mjøndalen IF

Daglig leder, Fotball

Styreleder, Fotball

Leder for avdelingen

Lagleder/trener

Evt. andre ved behov

Trakasering/overgrep/ulykke

Trakasering

Beredskapskomiteen bør avholde separate møter med begge parter. Avhengig av utfallet av samtalene, må komiteen vurdere om den skal iverksette eventuelle reaksjoner mot vedkommende som har trakassert. Dette kan være eksklusjon, oppgivelse, fratakelse av oppgaver eller politianmeldelse. Den utsatte skal følges opp av klubbens ledelse.

Overgrep

Dersom mistanken gjelder overgrep mot mindreårige *bør* de foresatte straks informeres (ikke hvis mistanken gjelder foresatte) og skal sammen med klubbledelsen bli enige om å melde saken til politiet. Det er politiet som undersøker og vurderer saken. Klubben kan likevel følge opp saken internt for å ta vare på medlemmer/støtteapparatet/utøvere. Klubben kan også vurdere om saken skal anmeldes for idrettens egne domsorganer.

Ulykke

Dersom forholdet gjelder en ulykke som rammer en eller flere når klubben har ansvar for dem, skal beredskapskomiteen iverksette tiltak for å ivareta de involverte. Det skal uten opphold iverksettes varslings av pårørende (ved dødsfall via politiet). Det skal sørges for løpende god og riktig informasjon til disse og de involverte. Det bør samarbeides tett med politiet om riktig informasjonsflyt.

Samtale med utøvere (Gjelder alle)

- Snakk åpent og konkret om det som har skjedd. Unngå å dele intime detaljer, Husk personvern.
- Samtale med utøvere som er utsatt for overgrep SKAL skje av fagpersonell v/helse eller politiet.
- Gi utøvere rom til å snakke om det de tenker/føler.
- Vær oppmerksom på mulige etterreaksjoner, oppfølging.

Samarbeidspartnere

Komiteen skal ha kontakt med samarbeidspartnere som har kompetanse på seksuelle overgrep mot barn. Det er viktig å søke råd tidlig. **Barnevern** og **politi** kan tilby veiledning uten plikt om å oppgi barnas personalia.

Informasjon

Det er viktig med god intern informasjon. På tur eller arrangementer må klubben til enhver tid ha en liste med telefonnummer til foresatte.

Pårørende

Dagligleder har ansvar for å kontakte de pårørende. Ved dødsfall skal informasjon alltid først gis av offentlig instans.

Medier

Dersom det er alvorlig ulykke som skjer, vil dette skape medieinteresse. Det er viktig at beredskapskomiteen eller klubbens ledelse utnevner en person som kan håndtere ekstern informasjon og presse. Det er viktig at all informasjon til medier går gjennom den samme personen. Dette må gjøres for å sikre at riktig informasjon gis ut.

Div.

Hvis det er mistanke om vold eller akutte overgrep, ta kontakt med politiet så snart som mulig.

Evaluering

Beredskapsleder har ansvar for gjennomføring til situasjonen er avklart og komiteens oppgaver ansees som utført. Det bør avsluttes med oppsummering og evaluering.

Diverse viktige lenker:

[MIF Fotball Utvikling](#)

[Kampen i fokus - håndbok for trenere og lagledere - Norges Fotballforbund](#)

[Økonomiske inkludering og inkludering arbeid • MIF for alle](#)

[Bli medlem • Mjøndalen Idrettsforening \(mif.no\)](#)

[Norges Fotballforbund - Breddereglement - Lovdata](#)

Mjøndalen IF fotball, breddeavdeling
2024