

# SANDVIKENS AIK FOTBOLL

*GE ALLT - Alltid tillsammans, alltid framåt.*



*Skapad 2025 - 07 - 03*

# Inledning

Sandvikens AIK FK – Alltid tillsammans, alltid framåt

Sandvikens AIK FK är en fotbollsförening som erbjuder meningsfull och utvecklande verksamhet för barn, ungdomar och seniorer. Med Vallhavs IP som hemmaplan bedrivs större delen av vår verksamhet i en trygg och inkluderande miljö. Vår värdegrund GE ALLT genomsyrar allt vi gör – vi vill ge alla barn och ungdomar möjlighet att utvecklas utifrån sina egna förutsättningar, både som spelare och som individer. Hos oss handlar fotboll inte bara om teknik och taktik, utan om gemenskap, ansvar, engagemang och laganda som stärker både laget och varje enskild spelare. Vi tror på att växa tillsammans och att alla ska känna sig välkomna och sedda.



# Innehållsförteckning

2. Inledning
3. GE ALLT - Vår värdegrund
4. GE ALLT - I Praktiken
6. GE ALLT - Förälder
8. GE ALLT - Spelaren
10. GE ALLT - Tränaren
12. GE ALLT - Styrelse/Föreningsledning
14. Åtgärder, Riktlinjer och Policys
15. Vad händer om någon inte följer vår värdegrund - GE ALLT?
16. Policy för sociala medier
17. På vägen - våra riktlinjer
18. Policy mot alkohol, narkotika, doping och andra förbjudna preparat
19. Krisplan - Sandvikens AIK Fotboll



# GE ALLT - Vår värdegrund

## Därför är vår värdegrund viktig - GE ALLT

I vår förening står vi för mer än bara fotboll. Vi tränar inte bara passningar, skott och taktik - vi tränar också på att vara goda lagkamrater, förebilder och medmänniskor. Därför har vi tagit fram vår värdegrund GE ALLT, som är en kompass för hur vi betar oss både på och utanför planen.

GE ALLT handlar inte bara om att kämpa i 90 minuter - det handlar om att stå för något större. Gemenskap, Engagemang, Ansvar, Lärande, Laganda och Tålmod är värderingar som hjälper oss att växa tillsammans, skapa trygghet och bygga en stark förening där alla trivs och utvecklas.

När vi följer vår värdegrund:

- Skapar vi en positiv kultur där alla känner sig välkomna
- Utvecklar vi inte bara skickliga spelare, utan också fina människor
- Läger vi grunden för långsiktig framgång - både sportsligt och socialt
- Visar vi respekt för föreningen, varandra, motståndare och spelet i sig

Värdegrunden finns för att påminna oss om vad som är viktigt. Den visar vägen när det stormar, stärker oss i medgång och ger oss kraft i motgång. Att GE ALLT innebär att vi aldrig ger upp - inte bara för att vinna matcher, utan för att vinna tillsammans.

## Vår förklaring på GE ALLT

### **G - Gemenskap**

Vi skapar en trygg och inkluderande miljö där alla - oavsett ålder, nivå eller roll - känner sig välkomna och delaktiga i laget och föreningen.

### **E - Engagemang**

Vi visar vilja och driv, både på och utanför planen. Vi dyker upp, stöttar varandra och gör vårt bästa i varje situation.

### **A - Ansvar**

Vi tar ansvar för vår träning, vår attityd och hur vi betar oss mot medspelare, motståndare, domare och publik.

### **L - Lärande**

Vi är här för att utvecklas - som spelare, ledare och människor. Vi vågar prova nytt, lär oss av våra misstag och strävar efter att bli bättre varje dag.

### **L - Laganda**

Vi vinner som ett lag och förlorar som ett lag. Vi hjälper varandra, peppar varandra och kämpar tillsammans - alltid med respekt och glädje.

### **T - Tålmod**

Vi vet att utveckling tar tid. Vi visar respekt för allas resa, jobbar långsiktigt och tror på kraften i hårt arbete och uthållighet.



# GE ALLT i praktiken

## Så implementerar vi vår värdegrund – GE ALLT i praktiken

För att vår värdegrund GE ALLT ska vara mer än bara ord, måste den synas, kännas och användas i vardagen. Det kräver att alla – spelare, ledare, föräldrar, funktionärer och styrelse – tar ansvar och bidrar.

Här är hur vi tillsammans ser till att GE ALLT blir verklighet i vår förening:

### Ledare och tränare

- Pratar aktivt om värdegrunden på träningar och matcher.
- Använder orden i feedback, samtal och i sin coachning.
- Ger utrymme för reflektion: "Hur visade vi laganda idag?"
- Föregår alltid med gott exempel – på planen och vid sidlinjen.

### Spelare

- Känner till vad GE ALLT står för och vad det betyder i vardagen.
- Respekterar lagkamrater, tränare, motståndare och domare.
- Bidrar med energi, vilja och positiv inställning – oavsett resultat.
- Stöttar varandra och tar ansvar för både träning och match.

### Föräldrar och vårdnadshavare

- Stöttar barnens utveckling, inte bara resultat.
- Uppmuntrar fair play, respekt och glädje vid sidan av planen.
- Pratar positivt om föreningen och hjälper till att sprida våra värderingar.
- Hjälper till praktiskt i föreningen när det behövs – tillsammans bygger vi kulturen.

### Styrelse och föreningsledning

- Ser till att värdegrunden genomsyrar all verksamhet – från nybörjare till senior.
- Använder värdegrunden vid beslut, rekrytering, utbildning och kommunikation.
- Följer upp hur arbetet med värdegrunden fungerar – och vågar agera vid behov.

Tillsammans skapar vi kulturen

Värdegrunden är inget vi bara pratar om en gång – den ska vara en del av vår vardag, i varje träning, varje match och varje möte. När vi alla tar ansvar för att GE ALLT, bygger vi en förening där alla kan utvecklas, trivas och känna stolthet.



# FÖRÄLDER



# Förväntningar på dig som FÖRÄLDER

## GE ALLT – som förälder i Sandvikens AIK

Som förälder är du en ovärderlig del av vår förening. Ditt engagemang, din attityd och ditt stöd gör skillnad – varje dag. Vår värdegrund GE ALLT gäller inte bara spelare och ledare, utan även dig som står bredvid planen.

Här är hur du som förälder kan hjälpa till att skapa trygghet, glädje och utveckling – på och utanför planen.

### G – Gemenskap

Skapa en välkomnande stämning för alla – inte bara ditt eget barn.

- Hälsa på andra föräldrar, hjälp nya att känna sig inkluderade.
- Uppmuntra lagkänsla och prata gott om hela laget.
- Stötta föreningens aktiviteter och bidra där du kan.

*Exempel: Bjud in till samåkning eller fika – du bygger förening, inte bara lag.*

### E – Engagemang

Visa intresse och stöd – både i med- och motgång.

- Kom till matcher, heja på alla spelare.
- Fråga hur träningen varit – men fokusera inte bara på resultat.
- Var delaktig i föräldramöten, cuper och andra aktiviteter.

*Exempel: "Kul att se dig kämpa idag – hur kändes det för dig?"*

### A – Ansvar

Stå för respekt, lugn och god ton – alltid.

- Följ föreningens riktlinjer.
- Prata aldrig negativt om andra barn, ledare eller domare – varken på plats eller hemma.
- Hjälpt ditt barn att ta ansvar för sin närvaro, utrustning och inställning.

*Exempel: Om något känns fel – prata direkt med ledarna, inte via läktaren.*

### L – Lärande

Se idrotten som en plats för utveckling – inte bara prestation.

- Påminn ditt barn om att misstag är en del av lärandet.
- Låt barnets utveckling gå i sin egen takt.
- Uppmuntra att våga, prova nytt och vara en bra lagkamrat.

*Exempel: "Du lärde dig säkert mer idag än när allt gick perfekt."*

### L – Laganda

Stärk laget – inte bara individen.

- Prata positivt om alla i laget.
- Stötta andra barn – inte bara ditt eget.
- Acceptera tränarnas beslut och fokusera på helheten.

*Exempel: "Vilket bra samarbete ni hade där – det var laganda på riktigt!"*

### T – Tålmod

Utveckling tar tid – för alla.

- Låt barnet växa i sin egen takt.
- Undvik att jämföra med andra.
- Ha tålmod med ledare och med föreningens långsiktiga arbete.

*Exempel: "Du kanske inte lyckades idag – men du lär dig varje gång du försöker."*

Tillsammans bygger vi något större

Att vara en del av Sandvikens AIK handlar inte bara om mål, matcher och tabeller – det handlar om gemenskap, trygghet och att forma människor.

När vi alla ger allt, då växer våra barn – som både spelare och personer.



# SPELAREN



# Förväntningar på dig som SPELARE

## GE ALLT – för dig som spelare

Att spela i Sandvikens AIK betyder mer än att bara sparka boll. Vi är en del av ett lag, en förening – och vi tränar på att vara både bra spelare och bra människor. Här är hur du kan leva efter vår värdegrund GE ALLT – varje dag, på och utanför planen.

### G – Gemenskap

*Jag ser alla i laget. Jag pratar med alla. Jag lämnar ingen utanför.*

*Exempel: Om någon sitter ensam – bjud med dem. Vi är ett lag!*

### E – Engagemang

*Jag dyker upp. Jag kämpar. Jag visar att jag bryr mig.*

*Exempel: Jag kommer i tid, lyssnar på ledaren och försöker göra mitt bästa varje träning.*

### A – Ansvar

*Jag tar ansvar för hur jag beter mig – mot mig själv och andra.*

*Exempel: Jag håller en bra attityd även om jag gör misstag eller är trött. Jag respekterar domare, motståndare och publik.*

### L – Lärande

*Jag vill bli bättre – varje dag.*

*Exempel: Jag vågar prova nya saker, lyssnar på feedback och ser misstag som en chans att utvecklas.*

### L – Laganda

*Vi vinner tillsammans. Vi förlorar tillsammans.*

*Exempel: Jag peppar mina lagkamrater, hjälper dem upp när de faller – och firar när det går bra för andra.*

### T – Tålamod

*Jag vet att utveckling tar tid – och jag ger inte upp.*

*Exempel: Jag kämpar vidare även när det är jobbigt. Jag jämför mig inte med andra – jag fokuserar på min egen resa.*

Att GE ALLT handlar inte om att alltid vara bäst – det handlar om att alltid göra sitt bästa.

Varje gång du kliver in på planen, på träning eller match – kom ihåg vad du står för.

GE ALLT – för dig själv, ditt lag och din förening.



# TRÄNARE/LEDARE



# Förväntningar på dig som TRÄNARE/LEDARE

## GE ALLT – för tränare och ledare

Som ledare i Sandvikens AIK är du mer än en instruktör – du är en förebild, kulturbärare och trygg vuxen i barnens och ungdomarnas liv. Att leva efter vår värdegrund GE ALLT handlar inte bara om hur du leder träningar – det handlar om hur du bygger människor. Här är hur du som ledare kan GE ALLT – varje dag.

### G – Gemenskap

Skapa en trygg, inkluderande och öppen miljö för alla.

- Lär dig allas namn – varje spelare ska känna sig sedd.
- Bygg relationer – både med spelare, föräldrar och andra ledare.
- Agera direkt om någon hamnar utanför.

*Exempel: Starta varje träning med en samling – stärk känslan av tillhörighet.*

### E – Engagemang

Visa att du bryr dig – med både kroppsspråk och närvaro.

- Kom förberedd, håll tider, visa energi.
- Sätt en positiv ton – ditt humör smittar av sig.
- Var nyfiken, följ upp spelarnas utveckling – visa att du ser dem.

*Exempel: Ge individuell uppmuntran varje vecka – alla spelare ska få höra "bra jobbat" från dig.*

### A – Ansvar

Ta ansvar för din roll – både sportsligt och socialt.

- Följ föreningens riktlinjer, skapa tydlighet och struktur.
- Agera om du ser dåligt beteende – även från föräldrar eller publik.
- Respektera alla – domare, motståndare, medmänniskor.

*Exempel: Prata om värdegrunden även när det stormar – inte bara när allt går bra.*

### L – Lärande

Utveckla både spelarna och dig själv – varje vecka.

- Planera träningar som utmanar och inspirerar.
- Skapa en kultur där misstag ses som något vi lär av.
- Fortbilda dig – genom föreningen, kollegor eller egna initiativ.

*Exempel: Avsluta träningar med kort reflektion: "Vad lärde vi oss idag?"*

### L – Laganda

Bygg ett VI – både i laget och i föreningen.

- Lyft hela gruppen, inte bara de starkaste individerna.
- Visa glädje, samarbete och respekt – även vid förluster.
- Samarbeta med andra ledare – vi vinner som förening, inte bara lag.

*Exempel: Låt spelare berömma varandra – det stärker sammanhållningen.*

### T – Tålamod

Ha tålamod med utveckling – både andras och din egen.

- Se helheten – inte bara prestation i nuet.
- Anpassa dig efter individers behov, åldrar och förutsättningar.
- Påminn dig själv: förändring tar tid – men är värd det.

*Exempel: Ha tålamod med spelare som har det svårt – ibland är du deras viktigaste vuxna.*

### GE ALLT som ledare betyder:

- Sätta ramar och visa hjärta.
- Utveckla individer – inte bara spelare.
- Bygga lag och skapa trygghet – varje dag.



# STYRELSE/FÖRENINGSLIEDNING



# Förväntningar på dig som STYRELSE/FÖRENINGSLEDNING

GE ALLT - för styrelse och föreningsledning i Sandvikens AIK

Som styrelse och föreningsledning är vi ytterst ansvariga för att Sandvikens AIK är en trygg, inkluderande och utvecklande miljö - för alla. Vår värdegrund GE ALLT är inte bara ord på papper, den är en ledstjärna i hur vi styr, kommunicerar och bygger föreningen långsiktigt.

Här är hur vi i ledningen omsätter GE ALLT i praktiken:

## G - Gemenskap

Vi bygger en förening där alla - oavsett roll - känner sig välkomna och delaktiga.

- Vi skapar strukturer som förenar olika sektioner, åldrar och grupper.
- Vi verkar för god stämning och samarbete inom styrelse, ledarstab och medlemsbas.
- Vi lyssnar aktivt på våra medlemmar.

*Exempel: Initiera gemensamma aktiviteter som stärker känslan av "en förening - ett hjärta".*

## E - Engagemang

Vi visar driv och tydlighet i vårt uppdrag - både utåt och inåt.

- Vi är närvarande, synliga och tillgängliga.
- Vi ger vårt stöd till ledare, spelare och föräldrar i vardagen.
- Vi kommunicerar föreningens mål, värderingar och riktning tydligt.

*Exempel: Delta i träffar, cuper och samlingar - engagemang märks i handling.*

## A - Ansvar

Vi tar ansvar för föreningens kultur, ekonomi och långsiktighet.

- Vi ser till att alla beslut är i linje med värdegrunden.
- Vi agerar om vi ser beteenden som går emot våra principer.
- Vi förvaltar resurser klokt och transparent.

*Exempel: Säkerställa att alla ledare och medlemmar får introduktion i värdegrunden.*

## L - Lärande

Vi utvecklar föreningen - och oss själva - hela tiden.

- Vi utvärderar och förbättrar vårt arbete kontinuerligt.
- Vi tar in synpunkter, följer utvecklingen inom barn- och ungdomsidrott.
- Vi skapar utrymme för utbildning, reflektion och nya idéer.

*Exempel: Ha med värdegrunden som punkt på varje styrelsemöte - inte bara vid problem.*

## L - Laganda

Vi är ett team - både i ledningen och i hela föreningen.

- Vi stöttar varandra i våra roller, agerar samlat och lojal mot föreningens linje.
- Vi lyfter andra i stället för att peka finger.
- Vi ser alla sektioner och lag som lika viktiga.

*Exempel: Främja samarbete mellan grupper snarare än konkurrens om resurser.*

## T - Tålamod

Vi förstår att förändring tar tid - och jobbar hållbart.

- Vi bygger för framtiden, inte bara nästa säsong.
- Vi backar våra ledare även när det går tungt.
- Vi har modet att hålla i våra värderingar, även när det är obekvämt.

*Exempel: Ge långsiktigt stöd till satsningar på inkludering, utbildning och psykisk hälsa.*

Att GE ALLT i styrelse och ledning betyder att leda med hjärta, ansvar och riktning.

Vi är föreningens kompass. Genom att leva vår värdegrund i alla beslut, möten och samtal bygger vi inte bara en stark organisation - vi bygger en förening där människor växer.



# ÅTGÄRDER, RIKTLINJER POLICYS



# Vad händer om någon inte följer vår värdegrund – GE ALLT?

I Sandvikens AIK står vi för respekt, ansvar och gemenskap. Alla som är en del av föreningen – spelare, ledare, föräldrar och funktionärer – förväntas bidra till en trygg, inkluderande och positiv miljö. Därför är det viktigt att vi agerar när någon inte följer vår värdegrund GE ALLT.

Vad räknas som att inte följa värdegrunden?

## Exempel på oönskat beteende kan vara:

- Kränkande språk eller beteende
- Att frysa ut andra
- Dålig attityd mot lagkamrater, ledare eller domare
- Upprepade regelbrott eller sena ankomster utan förklaring
- Förtal, hot eller negativt snack om andra (även online)
- Föräldrar som ropar negativt från läktaren eller ifrågasätter ledare på fel sätt

## Vad gör vi då?

Vi agerar direkt – alltid med respekt och dialog i första hand. Exakt åtgärd beror på vem det gäller och vad som har hänt.

## För spelare:

1. Samtal med ledare – där man får chans att reflektera och rätta till.
2. Kontakt med förälder vid upprepade händelser.
3. Paus från träning/match vid fortsatt dåligt beteende.
4. Eventuellt avstängning om det allvarligt bryter mot våra värderingar.

## För ledare:

1. Dialog med annan ledare eller styrelsemedlem.
2. Uppföljning och stöd – eller tydlig återkoppling vid behov.
3. Vid fortsatt olämpligt beteende – uppdraget kan omfördelas eller avslutas.

## För föräldrar och andra vuxna:

1. Enskilt samtal med ledare eller styrelse.
2. Om det inte hjälper – beslut om att inte delta på matcher/träningar.
3. I allvarliga fall kan familjen tillfälligt eller permanent stängas av från föreningen.

Syftet är inte att straffa – utan att skydda vår kultur

Vi tar värdegrunden på allvar för att alla ska känna sig trygga och välkomna i vår förening. Att säga ifrån när något inte är okej är en del av att GE ALLT – för laget, för föreningen och för framtiden.



# Policy för sociala medier

## Syfte

Denna policy syftar till att vägleda våra spelare, ledare, föräldrar och övriga medlemmar i hur vi representerar Sandvikens AIK Fotboll i digitala sammanhang. I vår förening står vi för mer än bara fotboll – vi tränar också på att vara goda förebilder och medmänniskor. Därför ska allt vi gör i sociala medier spegla vår värdegrund: GE ALLT.

## Våra riktlinjer

### G – Gemenskap

- Vi lyfter varandra – inga kränkningar, exkludering eller negativa kommentarer om lagkamrater, motståndare, domare eller föreningar.
- Dela gärna positiva händelser från verksamheten – lagglädje, träningsinsatser, cuper och andra gemensamma aktiviteter.

### E – Engagemang

- Var delaktig och stötta föreningens kommunikation.
- Gilla och dela gärna föreningens inlägg för att sprida vår verksamhet – men gör det med omdöme.

### A – Ansvar

- Tänk efter innan du publicerar – du är alltid en representant för föreningen, oavsett roll.
- Publicera inte bilder/film på andra utan deras (eller målsmans) godkännande.
- Inga inlägg med svordomar, alkohol, droger eller olämpligt språk.

### L – Lärande

- Använd sociala medier som ett verktyg för att sprida kunskap och inspiration om fotboll.
- Reflektera över hur du uttrycker dig – det du skriver blir ofta kvar för alltid.

### L – Laganda

- Ge beröm, sprid glädje, uppmuntra andra – även i motgång.
- Om du ser något olämpligt i kommentarsfält eller DM – agera vuxet, prata med en ledare eller anmäl.

### T – Tålmod

- Alla gör misstag – hjälp varandra att bli bättre.
- Var förstående om någon uttrycker sig klumpigt – bemöt med lugn, inte ilska.

## Gäller för:

- Spelare, ledare, föräldrar och andra medlemmar.
- Alla officiella och inofficiella kanaler där SAIK Fotboll nämns, syns eller presenteras.

Vad händer om policyn bryts?

- Vid mindre övertramp sker samtal med ledare eller ansvarig i föreningen.
- Vid upprepade eller allvarliga överträdelser kan det leda till avstängning från träning/match eller föreningens digitala kanaler.

Tillsammans bygger vi en trygg, positiv och inkluderande närvaro – även online.



# På vägen – våra riktlinjer

## **G – Gemenskap**

- Vi strävar efter att alla barn får möjlighet att följa med – oavsett familjens förutsättningar.
- Ingen ska lämnas utanför av logistiska skäl – vi hjälps åt!

## **E – Engagemang**

- Föräldrar och andra vuxna som kör visar engagemang genom att komma i tid, ta ansvar och vara goda förebilder.
- Vi ställer upp för laget och stöttar varandra – även utanför planen.

## **A – Ansvar**

- Alla som kör barn har ansvar för säker och trygg transport.
- Bilen ska vara besiktigad, trafikförsäkrad och ha godkända bilbarnstolar enligt lag.
- Föraren ska vara nykter, utvilad och ha körkort.
- Samåkning sker endast med vårdnadshavares godkännande.

## **L – Lärande**

- Vi pratar positivt om laget och matchen under resan – vi är förebilder för barnens attityd.
- Vi visar respekt även i trafiken – barn lär sig av oss.

## **L – Laganda**

- Under resor representerar vi föreningen – vi hälsar, tackar och visar respekt.
- Inga barn ska sitta ensamma i bilar – vi prioriterar samhörighet.
- Spelare hjälps åt med packning, tidhållning och att tacka för skjutsen.

## **T – Tålamod**

- Vi planerar resor i god tid – ingen ska behöva stressa eller känna oro.
- Vid förseningar, kommunicerar vi tydligt och lugnt.

## **Viktigt att undvika**

- Inga privata samtal om andra barn eller ledare i bilen.
- Inget användande av alkohol, narkotika eller starka dofter i bilen.
- Inga bilder eller videor på barn under resa får delas utan samtycke.
- Inga barn får lämnas utan tillsyn vid ankomst.

## **Om något händer**

Vid olycka, otrygg situation eller annan avvikelse ska ledare informeras omedelbart. Föreningens styrelse kontaktas vid allvarliga händelser. Vi följer vår krisplan om det skulle behövas.

Tack för att du hjälper oss GE ALLT – även på vägen

Trygga resor bygger lag, gemenskap och respekt – och är en viktig del i vårt arbete för en trygg och inkluderande förening.



# Policy mot alkohol, narkotika, doping och andra förbjudna preparat

## Varför en sådan policy?

Vi i Sandvikens AIK Fotboll står för mer än bara idrott. Genom vår värdegrund GE ALLT vill vi skapa en trygg, inkluderande och hälsosam miljö där barn, ungdomar och vuxna kan utvecklas – både som människor och fotbollsspelare.

Användning av alkohol, narkotika, dopingmedel eller andra förbjudna substanser strider mot våra värderingar om ansvar, respekt, hälsa och förebildskap. Denna policy syftar till att förebygga, upptäcka och hantera sådana beteenden inom föreningen.

## Policyn gäller för:

- Alla spelare (barn, ungdomar och seniorer)
- Alla ledare, tränare, funktionärer och styrelsemedlemmar
- Föräldrar och andra vuxna som deltar i föreningens verksamhet

## Policyn gäller i alla sammanhang där föreningen representeras, exempelvis:

- Träningar och matcher
- Resor, cuper och läger
- Lagträffar och möten
- Evenemang och turneringar
- Alla föreningsrelaterade platser, inklusive bilresor i föreningens namn

## Vår hållning – GE ALLT för hälsa och trygghet

G – Gemenskap

Vi skapar en trygg och drogfri miljö där alla känner sig välkomna och skyddade från skadligt beteende.

E – Engagemang

Vi är förebilder för varandra. Vuxna i föreningen förväntas agera medvetet och ansvarsfullt – särskilt kring barn och unga.

A – Ansvar

Vi säger nej till alkohol, narkotika, doping och förbjudna preparat. Vi tar ansvar för vår egen hälsa och för föreningens rykte och trygghet.

L – Lärande

Vi arbetar förebyggande genom samtal, information och samverkan med externa parter (t.ex. skola, socialtjänst eller polis vid behov).

L – Laganda

Vi stöttar varandra till positiva val. Om någon riskerar att hamna snett, sträcker vi ut en hand.

T – Tålmod

Vi vet att förändring tar tid och att problem kan uppstå. Vi möter det med respekt, tydlighet och stöd.

## Vad är inte tillåtet?

- Innehav eller användning av alkohol, narkotika eller dopningspreparat under någon form av föreningsaktivitet.
- Påverkade personer får inte delta i eller vistas i anslutning till föreningens verksamhet.
- Rökning är inte tillåtet i anslutning till träning, match eller där barn vistas.
- All form av doping, prestationshöjande medel eller otillåtna substanser enligt Riksidrottsförbundet och Antidoping Sverige är förbjudet.

## Om något händer – vad gör vi?

1. Vid misstanke om användning (gäller både ungdomar och vuxna):
  - Samtal sker omgående med den berörda personen.
  - För ungdomar kontaktas vårdnadshavare omedelbart.
  - Vid behov kontaktas sociala myndigheter eller sjukvård.
2. Vid bekräftad användning:
  - Personen kan stängas av tillfälligt från föreningens verksamhet.
  - Stöd erbjuds om möjligt (t.ex. samtalskontakt, vård).
  - Styrelsen avgör eventuella disciplinära åtgärder.
3. Vid akuta situationer (påverkad person, fara):
  - Säkerheten sätts alltid först.
  - Polis eller vård kontaktas om det behövs.



# Krisplan – Sandvikens AIK Fotboll

Vid en allvarlig olycka, ett dödsfall eller annan svår händelse agerar vi som förening med trygghet, respekt och omtanke. Vi gör det tillsammans – som ett lag, med medmänsklighet och ansvar. Den här planen hjälper oss att vara förberedda och agera samlad i svåra stunder.

## GE ALLT i en kris betyder:

- Gemenskap – ingen ska behöva stå ensam i sorgen eller chocken.
- Engagemang – vi finns där, vi lyssnar, vi tar ansvar.
- Ansvar – vi agerar snabbt, respektfullt och samordnat.
- Lärande – vi följer upp, bearbetar och stöttar varandra.
- Laganda – vi står tillsammans, hela föreningen.
- Tålmod – vi låter sorg och krishantering ta tid.

## När något händer – första åtgärder

### 1. Säkra liv och hälsa

- Larma 112 vid olycka eller fara.
- Agera lugnt och tryggt – följ första hjälpen-rutiner.

### 2. Informera ansvarig ledare/styrelse omgående

Ledaren kontaktar:

- Krisansvarig i föreningen
- Styrelsens ordförande eller sportchef
- Inga namn eller detaljer kommuniceras externt innan närstående informerats.

### 3. Trygghet på plats

- Flytta övriga spelare och ledare bort från olycksplatsen.
- Samla laget i lugn miljö.
- Erbjud närvaro, information och lyssnande – inget tvingat prat.

## Krisorganisation

Krisansvarig utses av styrelsen och har ansvar för att leda följande delar:

Krisansvarig – Leder insatsen, samordnar kontakter

Huvudtränare – Stöd till laget, kontakt med vårdnadshavare

Styrelserepresentant – Kontakt med media, beslut om inställda aktiviteter

Kommunikationsansvarig – Förbereder eventuell extern kommunikation

Kontaktperson till familj – Ger lugn, samlad kontaktväg

## Kommunikation

### Intern kommunikation:

- Spelare och ledare i berört lag informeras först.
- Föräldrar kontaktas av lagets tränare eller ledare.
- Alla får veta vad som hänt – med respekt för integritet.
- Undvik spekulationer och spridning via sociala medier.

### Extern kommunikation:

- All kommunikation utåt hanteras av styrelse/krisansvarig.
- Media hänvisas till en talesperson.
- Ingen får publicera namn eller bilder utan samtycke.

## Efterbearbetning

- Erbjud samtal med kurator, skolhälsovård eller samtalsstöd.
- Ordna gemensam samling (minnesstund, lagträff, stödsamtal).
- Träning och match återupptas när laget är redo – med respekt för olika behov.
- Spelare, ledare och familjer ska känna att föreningen finns kvar även efter krisen.

Att GE ALLT i en kris handlar inte om att vara stark – utan om att vara människa.

Vi står tillsammans. Alltid.



# FÖRENINGEN



# **SAIK Fotbolls Spelfilosofi**

## **Vi tränar spelare att fatta egna beslut**

Vi vill att våra spelare ska se spelet själva och agera utifrån det de upplever – inte bara följa instruktioner. Det innebär att:

Spelaren vågar ta beslut – även om det innebär risk.

Spelaren väljer själv vad som är bäst i situationen – inte vad som är "rätt".

Vi tränar på att läsa spelet, inte bara öva mönster.

## **Vi uppmuntrar kreativitet och bolltrygghet**

Bolltrygga spelare vågar hålla i bollen under press.

Vi tränar smålagsspel och tekniska färdigheter som utvecklar kontroll, balans och rörelse.

Vi bygger mod genom trygga miljöer där misstag är en naturlig del av utvecklingen.

## **Vi jobbar hårt – för varandra och för bollen**

Vi vill vinna tillbaka bollen snabbt och högt upp i banan.

Våra lag är aggressiva i återerövring och jobbar kollektivt i press.

Vi tränar på att känna när och hur vi pressar – med mod och tajming.

## **Ledorden i vår spelidé:**

Mod – Våga fatta egna beslut.

Trygghet – Med boll, i gruppen och i spelet.

Arbetsmoral – Hårt jobb i alla riktningar.

Beslutsförmåga – Läs spelet, lös spelet.

Kreativitet – Skapa, överraska, uttryck dig.

