

**KLUBBHÅNDBOK
FOR
OPPSAL IF HÅNDBALL**



Oslo 07.03.2021

Første utkast

Klubbinformasjon

Klubbnavn:	Oppsal IF Håndball
Stiftet:	1946
Idrett:	Håndball
Postadresse:	Vetlandsveien 49, 0671 Oslo
E-postadresse:	post@oppsalhandball.no
Bankforbindelse:	DnB
Internettadresse:	www.oppsalhandball.no
Organisasjonsnummer:	989227351
Adresse:	Vetlandsveien 49, 0671 Oslo
Telefon:	45224612
Registrert tilknytning til:	Norges Idrettsforbund, Oslo Idrettskrets
Registrert tilknytning til:	Norges Håndballforbund, Region Øst
Klubbnummer i NIFs medlemsregister:	03011279
Årsmøtemåned	Ultimo Mars

Innhold

Klubbinformasjon.....	2
Innledning	7
Klubbens historie	7
Verdier	8
Visjon.....	8
Virksomhetsidé	9
Hovedmål	9
Definisjon:	9
Suksesskriterier:	9
Organisasjon	11
Organisasjonsplan / Organisasjonskart for Oppsal IF Håndball.....	11
Årsmøtet	12
Styret.....	12
Revisor.....	15
Kontrollutvalget	15
Valgkomité	16
Sportslig Utvalg senior/elite	16
Sportslig Utvalg bredde.....	16
Dugnadsgrupper	16
Sekretariatsgruppe.....	17
Arrangementsgruppe Elite.....	17
Arrangement Loppetass, Minirunde, Temaserie, Bring, Lerøy, mm.....	18
Handygruppe.....	18
Kiosk, billett og hallvakt	18
Vaffelgruppe	18
Andre roller i Oppsal IF Håndball	18
Administrasjon i Oppsal IF Håndball	19
Daglig leder	19
Administrasjonsmedarbeider	19

Hallvakter	19
Klubbens lov.....	19
Medlemskap	19
Medlemskontingent og aktivitetsavgifter.....	20
Lagsavgifter	21
Klubbens aktivitetstilbud	21
Sportsplan Oppsal Håndball har utarbeidet egen sportsplan.....	21
Treningsstudio / Styrkerom	21
Håndballskole i ferier	22
Lørdagsgjengen.....	22
Lagstreninger	22
Loppetassen	22
Minirunde	22
Kortbane	23
Seriespill 11 år og oppover	23
Cup'er.....	23
Deltagelse på cup i utlandet	23
Barne- og ungdomsidrett.....	24
Aktivitetsplan/terminliste	24
Klubbens arrangementer	24
Reise i regi klubben.....	24
Sponsor / reklame.....	25
Klubbdrakter/profilering.....	25
Logo.....	25
Profilerings manual.....	25
Utstysleverandør	25
Drakter	25
Bortedrakter.....	25
Til deg som er aktiv i Oppsal Håndball	25
Spiller / utøver	26
Forelder/foresatt	27
Trener.....	28
Sportslig leder bredde.....	28
Foreldrekontakt	29

Dommer	30
Klubbdrift	31
Årshjul	31
Kurs og utdanning	31
Medlemshåndtering.....	31
Dugnader.....	31
Klubbdugnad	32
Lagsdugnad	32
Politiattester	33
Klubbens antidopingarbeid.....	33
Ren utøver.....	33
Rent Idrettslag.....	34
Kommunikasjon	34
Arbeidsgiveransvar	34
Sikkerhetsarbeid (HMS)	34
Økonomi og regnskap	35
Lagskasser	35
Utlegg.....	36
Reiseregning / utlegg	36
Reiseforskudd	37
Økonomisk utroskap/varslingsplikt	37
Forsikringer	38
Anlegg og utstyr	39
Oppsal Arena.....	39
Møtelokaler Oppsal Arena.....	39
Klubbens utstyr:	39
Utmerkelser og æresbevisninger	39
Retningslinjer i klubben	40
Mobbing.....	40
Seksuell trakassering.....	40
Alkohol	40
Varsel om avvik fra retningslinjene.....	41
Maler og eksempler	42
Maler for klubb	42

Eksempler på retningslinjer i klubb.....	42
Vedlegg 1 Foreldrevettregler	43
Vedlegg 2 Regler for reise	44
Skikk og bruk for e-post	45

Første utkast

Innledning

Oppsal IF Håndball er en av regionens største klubber. Klubben organiserer både bredde- og elitehåndball, og det er derfor viktig å ha trukket opp de store linjene for hvordan vi ønsker å «leve sammen» i en stor klubb med mange forskjellige interesser, forutsetninger og ambisjoner.

Oppsal IF Håndball er en del av Oppsal IF allianseidrettsforening som er en paraplyorganisasjon som forvalter merkenavn, logoer, klubbfarge, verdigrunnlag og overordnede lover, samt fond, eiendeler og avtaler inngått på vegne av fellesskapet. Oppsal IF allianseidrettsforening består av flere ulike sær-idrettsklubber som har fullt ansvar for idrettslig satsing og økonomi for sin idrett.

Klubbhåndboka skal svare på de viktigste spørsmålene om klubben og gjøre det enkelt å finne ut hva som gjelder internt i klubben. Den skal sikre at det er kontinuitet i det som bestemmes og gjøres.

Klubbhåndboka er laget av styret etter innspill fra komiteer, utvalg, trenere, utøvere og foreldre i klubben. Håndboka er et arbeidsverktøy for alle medlemmer, utøvere, foreldre, styret, komiteer, utvalg, ansatte, trenere og dommere i klubben vår.

Håndboka skal benyttes til å forstå og kommunisere hva som er viktig i vår klubb, hvilken klubb vi er, hva vi skal oppnå, hva vi tilbyr, og hvordan vi gjør ting.

Klubbens historie

Oppsal IF Håndball ble stiftet i juni 1946. Det var jentene som startet gruppa, mens guttene kom om lag 10 år senere. Det første damelaget så dagens lys i 1947, mens vårt første herrelag først spilte kamper i 1957 sesongen.

Les mer om Oppsal IF allianseidrettsforening her: <http://www.oppsalif.no>

Les mer om Oppsal IF Håndball her: <http://www.oppsalhandball.no>

Verdier

Oppsal IF Håndball baserer sin aktivitet på felles vedtatte aktivitetsverdier for norsk idrett: Idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.

Klubben drives etter idrettens organisasjonsverdier: Frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd.

Ut fra fellesverdiene i norsk idrett, har Oppsal IF Håndball tydeliggjort hva som skal prege oss og klubben vår. Verdiene beskriver hvordan vi er og hvordan vi vil bli.

Oppsal IF Håndball sine verdier:

- **Respekt**
 - Vi ønsker en kultur hvor vi snakker med hverandre og respekterer hverandre. Og all aktivitet skal foregå i trygge omgivelser. Det skal ikke forekomme mobbing eller annen trakassering
- **Glede**
 - Hos oss skal det være moro å drive håndball. Vi skal glede oss over de andre og over hverandres fremgang. Vi heier på hverandre – både laget og klubben. Dette fører til trivsel og godt miljø
- **Stolthet**
 - Hos oss spiller vi på lag og ser og ivaretar hver enkelt. Dette skaper samhold og vi er stolte av å bære Oppsal IF Håndball sin logo og farger.

Visjon

Oppsal IF Håndball sin visjon: **Oppsal IF Håndball – alle på lag**

For Oppsal IF Håndball betyr det at:

Vi legger vekt på samspill på alle nivåer – enten det er utøvere, trenere, tillitsvalgte, frivillige, ansatte eller andre samarbeidspartnere. Vi jobber mot samme mål og er tro mot våre verdier.



Virksomhetsidé

Oppsal IF håndball skal skape trivsel og idretts glede for alle, uansett alder, nivå og ambisjoner. Vi skal glede oss på vegne av hverandre og heie frem alle på laget.

Det betyr at vi skal:

- Gi tilbud om håndballaktivitet tilpasset den enkeltes alder, utvikling og ambisjoner.
- Tilrettelegge slik at frivilligheten blomstrer hvor alle er likeverdige og bidrar med sin kompetanse
- Bidra til et trygt og positivt idrettsmiljø
- Bidra til at flest mulig skal finne glede, trivsel og utfordringer og forbli medlemmer hos oss
- Innenfor tilgjengelige rammer gi et tilbud til de som ønsker å bli 'gode'

Hovedmål

Definisjon:

- *Oppsal IF håndball skal være en ledende håndballklubb i Oslo som stiller lag i alle aldersgrupper og beholder vår posisjon i topphåndballen (for damer) og nasjonale serier.*
 - *Måles bl.a. i både jente- og guttelag fordelt på de ulike alderstrinn*

Suksesskriterier:

For å få engasjerte trenere som kan motivere spillerne må de få

- Tilbud om kurs og kompetansehevende tiltak
- Felles møteplasser
- Tilbud om samlinger
- Ros og oppfølging/ veiledning
- Forventningsavklaring gjennom avtale med klubben

For å få motiverte ansatte må de få

- Tilbud om kurs og kompetansehevende tiltak
- Oppfølging gjennom medarbeidersamtaler og gode funksjonsbeskrivelser
- Avklarte arbeidsoppgaver som synliggjøres overfor frivillige og foreldre

For å få engasjerte og motiverte frivillige må de få

- Innsikt i OIF sin virksomhetsplan og handlingsplan
- Funksjonsbeskrivelse
- Kompetanse om rollen som tillitsvalgt
- Forventningsavklaring og forståelse for verdarbeidet og spilleregler

For å støtte opp om NHF's verdier (Begeistring, Innsatsvilje, Respekt, Fair Play) skal klubben i tillegg:

- Sikre at alle tillitsvalgte, ansatte, oppnevnte (herunder landslagsspillere og dommere som representerer NHF og klubben), viser lojalitet til NHF's og klubbens formål, visjon og verdier.
- Være en organisasjon som kjennetegnes av åpenhet og engasjement
- Sikre at debatter og adferd preges av raushet, ryddighet og respekt
- Bruke uttrykket «snakke godt om» som en god leveregel i møtet med og om andre, både på organisasjonsmessig og personlig plan.

Første utkast

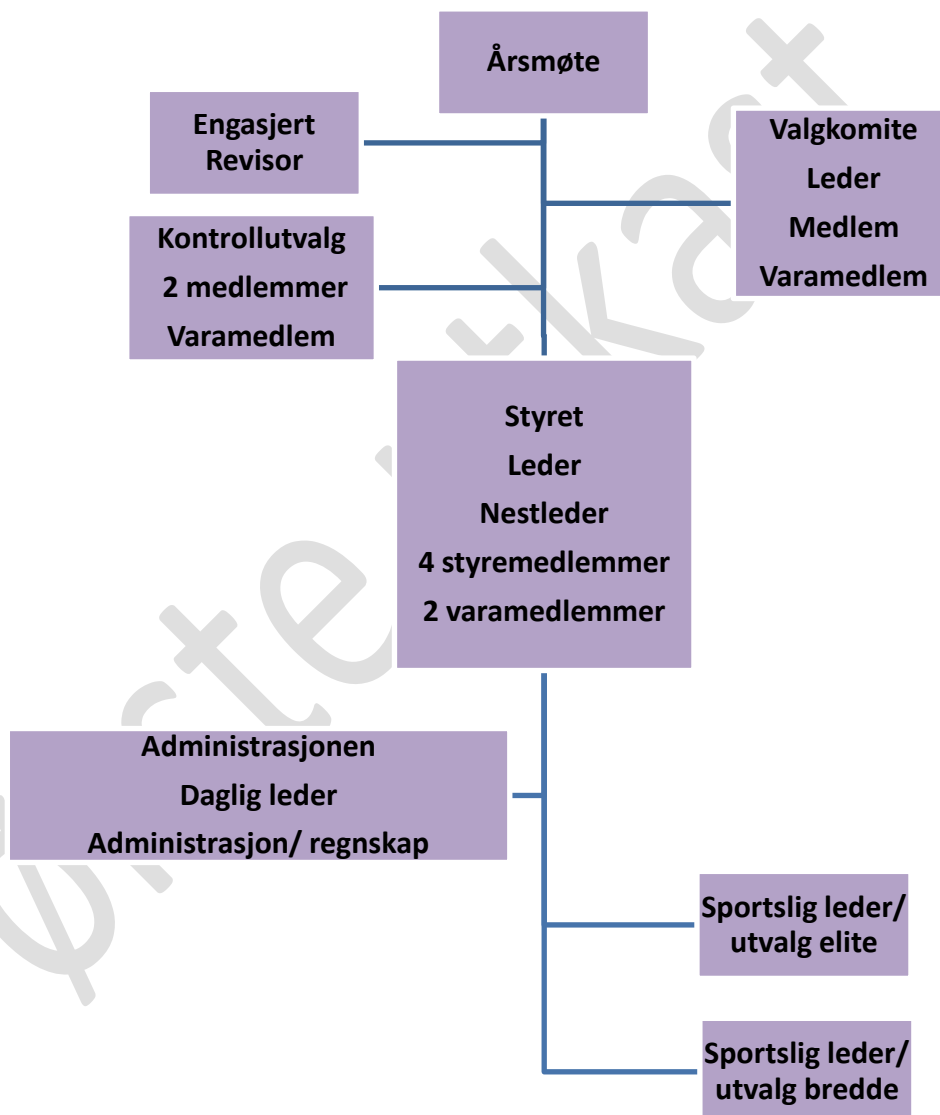
Organisasjon

I denne delen av håndboka beskriver vi hvordan klubben er organisert.

Organisasjonsplan / Organisasjonskart for Oppsal IF Håndball

Revidert januar 2018

Endringer av organisasjonsplan godkjennes av Årsmøte.



Årsmøtet

Årsmøtet er klubbens høyeste myndighet og avholdes hvert år i ultimo mars.

Årsmøtets oppgaver er nærmere beskrevet i klubbens lov. Der fremgår det også hvordan årsmøtet skal innkalles.

Et medlem har stemmerett og valgbar det året man fyller 15 år, vært medlem i klubben i minst én måned og ha betalt kontingent. Foreldre/ foresatte har ikke fullmakt til å stemme for medlemmer under 15 år.

Årsmøtet legger grunnlaget for klubbens virksomhet og styrets arbeid. Alle som ønsker å være med på å bestemme hva klubben skal gjøre, og hvordan den skal drives, bør delta på årsmøtet.

Innkalling til årsmøtet skal skje 1. måned før årsmøtet avholdes og publiseres på klubbens hjemmeside. Innkomne forslag skal være styret i hende 2 uker før årsmøtet og sakspapirene skal sendes ut 1 uke før årsmøte.

Årsmøtet legger grunnlaget for styret sitt arbeid, og alle som ønsker å bli med å bestemme hvordan klubben skal drives bør stille på årsmøtet.

Les mer

[Vedtekter » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#)

Styret

Styret er klubbens høyeste myndighet mellom årsmøtene. Noen saker kan ikke styrebehandles, men må behandles av årsmøtet. Det gjelder saker som fremgår av «Årsmøtets oppgaver», og saker som er av ekstraordinær karakter eller av betydelig omfang i forhold til klubbens størrelse og virksomhet. Dersom styret er i tvil, bør saken opp på årsmøtet.

Lovpålagte oppgaver for styret:

- Sette i verk årsmøtets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak
- Påse at idrettslagets midler brukes og forvaltes på en forsvarlig måte, i samsvar med de vedtakene som er fattet på årsmøtet eller i et overordnet organisasjonsledd, og sørge for at idrettslaget har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen og en forsvarlig økonomistyring
- Etter behov oppnevne komiteer, utvalg eller personer for spesielle oppgaver og utarbeide mandat/instruks for deres funksjon
- Representere idrettslaget utad
- Oppnevne en som er ansvarlig for politiattester

Andre viktige oppgaver:

- Planlegge og ivareta lagets totale drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap, samt oppgaver beskrevet i [Vedtekter » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#) Påse at idrettens retningslinjer for aktiviteten i idrettslaget blir fulgt
- Stå for idrettslagets daglige ledelse
- Arbeidsgiveransvar for lagets daglige ledelse
- Legge frem innstilling til årsmøtet på kandidater til valgkomité

- Oppnevne to personer som i fellesskap skal disponere idrettslagets konti, og sørge for at de er dekket av underslagsforsikring
- Oppnevne eller engasjere regnskapsfører
- Lage årsberetning fra styret til årsmøtet
- Oppdatering av klubbhåndboka

Styremedlemmene kan velges til spesifikke oppgaver som kasserer eller sekretær på årsmøtet, eller styret kan selv fordele oppgavene. Fordelingen av oppgaver bør beskrives, slik at folk ser hvem de skal kontakte i ulike saker.

Styret har følgende roller med tilhørende oppgaver/ansvarsområder

Leder

- er klubbens ansikt utad, og klubbens representant i møter og forhandlinger
- ansvarlig for klubbens daglige ledelse, koordinerer styrets og klubbens totale aktivitet
- innkaller til styremøter, forbereder saker og leder møtene
- skal påse at valg, adresseforandringer, oppgaver over medlemmer o.a. som har interesse for/skal sendes inn til krets- og forbund, meldes til overordnede instanser innen gitte frister.

Nestleder

- fungere som leder under dennes fravær, og bør derfor være valgt med henblikk på at vedkommende kan rykke opp som leder på et senere tidspunkt.
- bistår leder og danner et lederteam med denne.
- har ellers definerte oppgaver, på samme måte som et ordinært styremedlem

Sekretær

- føre protokoller over alle styremøter og medlemsmøter
- lage møteplan i samsvar med hele styret, distribuere denne til alle styremedlemmer. "
- lage oversikt over styrets medlemmer, og legge ut på hjemmesiden til Oppsal Håndball.

Økonomiansvarlig

- har kjennskap til kontoplan og samarbeider med adm/regnskap om denne (<http://www.idrett.no/ftp/Lover/doc/kontoplan.htm>)
- har til enhver tid oversikt over klubbens økonomiske situasjon og følger opp denne
- ansvar for å forklare eventuelle avvik mellom budsjett og reelle tall
- ansvar for prognoser

Dugnadsansvarlig

- har ansvaret for å organisere halvårlig medlemsdugnad.

Arrangementsansvarlig

- Påser at Oppsal Håndball får tildelt arrangementer som regionen setter opp
- Har ansvaret for at det finnes en hovedansvarlig for Elite kamper

Marked

- Har dialog med Daglig leder om hvem som leder dette arbeidet
- Sørger for at Oppsal Håndball har en sponsor strategi og at den blir overholdt overfor sponsorer

Styremedlemmer

- møter på styrets møter
- tildeles konkrete oppgaver i henhold til styrets vedtak
- kan være valgt til spesielle oppgaver, som nevnt over.

Generelt

- Det er viktig med en riktig arbeidsfordeling som skal ivareta drift og utvikling av Oppsal IF Håndball. Styret skal kontinuerlig vurdere organiseringen av klubben for at den skal være maksimal operativ. Det er spesielt viktig at styrets arbeid og prioriteringer ifm utvikling er forankret, og at det er kontaktpunkt fra styret og ned til de operative trenere. Alt må baseres på at medlemmene blir ivaretatt.
- Valgkomiteen har en viktig rolle for å sikre drift av klubben gjennom å finne personer med riktig kompetanse til styret. Ikke minst motivere til å ta ansvar.

Styrets arbeid

- Styret møtes minimum 6 ganger per år
- Møtested er Oppsal Arena eller Teams
- Agendaen på styremøter varierer, men følgende punkter er faste
 - Gjennomgang av protokoll fra tidligere møte
 - Vurdering av habilitet
 - Økonomi
 - Rapport fra administrasjon
 - Rapport fra SL Elite
 - Rapport fra SL Bredde
 - Eventuelt

Vedtak i Styret har en frist for gjennomføring og eventuelt en oppfølging. Viktig at saker blir besluttet for å få avsluttet saker.

Styret er vedtaksført når et flertall av styrets medlemmer er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møtelederens stemme avgjørende. Styrets flertall avgjør vedtaket som alle styremedlemmer følger. Dersom et medlem er uenig så har må mulighet til å be om at det protokollføres sammen med vedtaket.

Styremøter kan avholdes per e-post eller per telefon, [Vedtekter » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#) Det skal alltid føres protokoll fra styremøtene. Protokoll gjøres tilgjengelig for medlemmer så raskt som mulig etter avholdte møter. Per i dag er de tilgjengelig for gjennomlesning i perm i Vaktbua.

Hvert styremøte bør innledningsvis starte med spørsmål om det foreligger mulig inhabilitet i noen av sakene, og behandlingen av inhabilitet skal alltid protokolleres. Om inhabilitet, [Vedtekter » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#)

Revisor

Idrettslag med omsetning over fem millioner kroner årlig, eiendeler over 20 millioner eller gjennomsnittlig antall ansatte over 20, skal engasjere statsautorisert eller registrert revisor som skal følge revisorloven.

Revisor skal vurdere om årsregnskapet er utarbeidet og fastsatt i samsvar med idrettens regnskaps- og revisjonsbestemmelser, og om organisasjonsleddets styre har oppfylt sin plikt til å sørge for ordentlig og oversiktlig registrering og dokumentasjon av regnskapsopplysninger i samsvar med idrettens regnskaps- og revisjonsbestemmelser.

Sjekkliste for valgt revisor finnes på hjemmesidene til Norges Idrettsforbund.

Kontrollutvalget

Alle idrettslag skal på årsmøte velge et kontrollutvalg med minst to medlemmer. Kontrollutvalget rapporterer til årsmøtet. Styret og kontrollutvalget har de samme interesser og det er derfor viktig at samarbeidet mellom disse fungere bra og at det er en åpen og god dialog.

Kontrollutvalget skal påse at:

- idrettslagets midler er anvendt i henhold til lover og bestemmelser
- idrettslagets midler går til de aktivitetene som årsmøtet har fattet vedtak om
- idrettslagets økonomiske disposisjoner er i samsvar med idrettslagets egen lov
- idrettslaget har økonomisk kontroll internt
- årsregnskapet og delårsrapporter gir et rettvise bilde av idrettslagets drift

Kontrollutvalget har arbeidsoppgaver som strekker seg utover hva engasjert revisor uttaler seg om og derfor må utføre egen informasjonsinnhenting og kontroller utover engasjert revisors arbeid, særlig med hensyn til de tre øverste punktene i listen over.

Hvis kontrollutvalget avdekker forhold som styret bør ivareta og styret ikke følger kontrollutvalgets anbefalinger, kan kontrollutvalget henvende seg til kretsen for bistand.

Kontrollutvalget legger frem sin beretning på årsmøte.

For å hjelpe kontrollutvalget i sitt arbeid, er det utarbeidet en veileder og en sjekkliste for kontrollkomiteen som finnes på hjemmesidene til Norges Idrettsforbund.

Valgkomité

Valgkomiteen har en av klubbens viktigste oppgaver. Den har ansvaret for personalmessig og funksjonell utvikling av klubben ved å rekruttere nye styremedlemmer/-medarbeidere etter nøye vurderinger av medlemsmassen.

Valgkomiteen plikter:

- å utarbeide en arbeidsplan for inneværende valgperiode,
- å vurdere styrets og komiteenes virksomhet,
- se til at medlemmenes syn på styrets arbeid blir tatt opp til behandling,
- å diskutere med styret om eventuelle endringer i styrets sammensetning,
- å holde seg informert om, og diskutere med, medlemmene om ulike kandidater for styreoppdrag, og derigjennom få rede på om ønskede personer har kunnskap, tid og interesse for oppdraget,
- å gjennomgå for styret og medlemmene hvilke forandringer / nomineringer som kommer til å bli foreslått,
- ved behov å foreslå for styret at passende kandidater får relevant utdanning for påtenkte oppdrag,
- før årsmøtet, på det tidspunkt vedtektene bestemmer, avgi skriftlig forslag på nomineringen som skal forelegges medlemmene på årsmøtet,
- under årsmøtet å presentere valgkomiteens forslag, samt
- etter årsmøtet å analysere eget nominasjonsarbeidet.

Sportslig Utvalg senior/elite

Sportslig utvalg senior / elite har ansvaret for sportslig ledelse av Oppsal IF Håndball sitt damelag i eliteserien og 2. divisjon, samt 20 års lag som stiller i Lerøy. Utvalget ledes av sportslig leder, som er ansvarlig for å forberede og gjennomføre møtene, og påse at utvalgets oppgaver utføres mellom møtene.

Sportslig utvalg senior/elite skal føre protokoller fra sine møter og oppdatere styret månedlig.

Sportslig Utvalg bredde

Sportslig utvalg bredde har ansvaret for sportslig ledelse av Oppsal IF Håndball sine breddelag, dvs alle lag om ikke inngår i senior / elite også hva gjelder trenere og oppfølging av dem.

Sportslig utvalg brede skal føre protokoller fra sine møter og oppdatere styret månedlig.

Dugnadsgrupper

Oppsal IF Håndball er en foreldredrevet klubb. Dette fordrer at alle spillere må ha en representant i minst en av gruppene listet nedenfor. Foreldre / foresatte som fungerer som trener for laget sitt kan fritas. Foreldre / foresatte som er valgt inn i styret eller andre årsmøtevalgte tillitsverv er også fritatt.

Rekruttlaget har som ansvar å moppe på alle hjemmekamper for Elite- / damelaget.

Elite- / damelaget

Herrelaget.....

Jenter 33.....

Fordeling av foreldrevakter og andre dugnadsaktiviteter fordeles etter beste evne etter rettferdighetsprinsippet.

Det er full åpenhet overfor klubbens foreldrekontakter hvor mange vakter hver gruppe er tildelt, og det legges ut statistikker som viser prosentvis andel oppnådd vakter i forhold til antall spillere i hver gruppe.

Sekretariatsgruppe

Fra 10 år og oppover skal hjemmelaget stille med to personer til å sitte i sekretariatet. Oppgaver for sekretariatet er:

- Styre kampklokka (fra 9 år)
- Registrere mål på lag (fra 9 år)
- Registrere mål på spiller, plottte kamper «live» i turneringsadmin (fra 12 år)
- Styre tiden på utvisninger og timeout (fra 12 år)

På kamper for spillere under 9 år blir det tildelt foreldre per lag som skal spille.

Tidtakeren i kamper i Eliteserien, 1. divisjon, 2. divisjon, NM og Landsserien/Interregional serie for klassene J16/G16, J18/G18 og J20/G20 skal være medlem av en klubb tilsluttet NHF, men ikke medlem av noen av de to spillende lagenes klubber.

I landskamper, Eliteserien, 1. divisjon og NM senior fra og med 4. runde, og semifinale og finale i NM junior, skal det benyttes autorisert tidtaker. Dersom slik tidtaker ikke er tilgjengelig ved kampstart, skal lagene bli enige om tidtaker før kampen begynner.

Disse vaktene krever noe kompetanse, og er organisert i en egen gruppe i klubben. Denne gruppen dekker, så langt det lar seg gjøre, alle sekretariats vakter i Oppsal Arena gjennom sesongen.

Arrangementsgruppe Elite

Har ansvaret for å arrangere alle hjemmekamper i eliteserien med følgende oppgaver:

- Skaffe og organisere maskoter / fanebærere
- Billettsalg
- Mopping
- Sikkerhetsvakter
- Parkeringsvakter
- Speaker / musikk
- Håndball TV
- Rigging av ekstra tribuner

Arrangement Loppetass, Minirunde, Temaserie, Bring, Lerøy, mm

Disse arrangementene arrangeres i hovedsak av de ulike lagene etter maler for tidligere gjennomføringer. Maler er under utarbeidelse.

Handygruppe

Har ansvaret for å bistå administrasjonen for forefallende oppgaver som Oppsal Håndball har ansvaret for som halldrifter og for å fremme klubben.

Kiosk, billett og hallvakt

Har ansvaret for å bemanne kiosk, foreta billettsalg og rydding i hall.

I driftsavtale for Oppsal Arena, ligger det et ansvar for å ha hallens kiosk åpen fra 1700-2100 alle hverdager samt under arrangement i helgene. I tillegg selges det billetter til håndballkamper i Oppsal Arena, samt at det til tider er nødvendig med hallvakt som tar ansvar for rydding og annet.

Kiosk, billett og hallvakt bemannes på dugnad, i en rettferdig fordeling mellom klubbens grupper.

Vaffelgruppe

Har ansvaret for at det alltid er vaffelrøre i kiosken. Det lages vaffelrøre etter behov (om lag hver annen uke) i perioden august – juni.

Andre roller i Oppsal IF Håndball

Trener

Foreldrekontakt

Dommeransvarlig

Håndballskolen

Disse rollene blir beskrevet senere i klubbhåndboken.

Administrasjon i Oppsal IF Håndball

Består av 1,8 stilling som er tilgjengelig på dagtid.

Daglig leder

Daglig leder er ansatt i klubben og har ansvar for daglig drift av klubben. Daglig leder er ansatt av styret og rapportere til styret gjennom styreleder. Arbeidsoppgaver og ansvarsområde gis igjennom stillingens stillingsbeskrivelse.

Daglig leder er klubbens høyeste administrative leder og prioriterer sine oppgaver ut i fra mandat i stillingsbeskrivelsen.

Selv om klubben har daglig leder, er det fortsatt styret som er ansvarlig for driften av klubben da de velges årsmøte.

Administrasjonsmedarbeider

Vedkommende er ansatt i klubben og har ansvarsoppgaver gitt i stillingsbeskrivelsen. Stillingen rapporterer til Daglig leder.

Hallvakter

Hallvaktene er ansatt i klubben og rapporterer til Daglig leder. De har stillingsbeskrivelse basert på Oppsal Håndballs driftsavtale med BYM. Arbeidet utføres i hallens åpningstider som kan være variable.

Klubbens lov

Klubben skal ha en egen lov. Loven skal være basert på lovnorm for idrettslag, som finnes på NIFs hjemmeside. Lovnormen er ufravikelig og inneholder et minimum av det idrettslaget må ha i sin egen lov. Klubben kan vedta tillegg til loven, men tilleggene må ikke være i strid med lovnormen. Alle lovendringer må vedtas av årsmøtet og godkjennes av idrettskretsen.

Les klubbens vedtekter her:

[Vedtekter » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#)

Medlemskap

Ved innmelding bør medlemmene fylle ut et skjema med navn, fødselsdato, adresse, e-postadresse og telefonnummer. Navn og kontaktinformasjon til foresatte bør oppgis. Alle medlemmer har en egen personlig idrettsside på Min Idrett. Denne personlige siden må hvert enkelt medlem aktivere før den kan brukes. Her kan du som medlem, utøver, tillitsvalgt eller administrativt ansatte melde deg på arrangementer og kurs, endre dine egne personopplysninger, finne informasjon knyttet til lisensinnbetaling, dine kommende aktiviteter og andre funksjoner og tjenester som kan være aktuelle og interessante for deg.

Når man vil bli medlem i en klubb, kan man ikke ha uoppgjorte regninger hos en annen klubb. Alle som har betalt medlemskontingent i klubben, er medlemmer. Medlemskapet regnes fra den dagen kontingenten er betalt.

Ved innmelding skal medlemmene fylle ut skjemaet. Les mer her:

[Vil du bli medlem? » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#)

En ansatt kan være medlem i idrettslaget, men har ikke stemmerett på årsmøtet og kan heller ikke inneha årsmøtevalgte verv i idrettslaget. Unntak gjelder for personer som kun innehar noen få betalte trenertimer i uken, og som ikke har dette som hoved geskjeft.

Medlemskapet i idrettslaget kan opphøre ved utmelding, strykning eller eksklusjon. En utmelding skal skje skriftlig og får virkning når den er mottatt. Et medlem som skylder kontingent for mer enn ett år, kan strykes, og da kan ikke medlemmet tas opp igjen før den skyldige kontingenten er betalt. Hvis medlemmet skylder kontingent etter forfalt to års kontingent, skal medlemskapet bringes til opphør ved strykning fra idrettslagets side. Dersom idrettslaget vurderer ekskludering av et medlem, må det ta kontakt med idrettskretsen. Der finnes egne prosedyrer for ekskludering.

Medlemskontingent og aktivitetsavgifter

Medlemskontingent og treningsavgifter sendes ut fra klubbens administrasjon. Medlemskap faktureres primo januar hvert år, mens aktivitetsavgiftene faktureres i mai og desember. Manglende betaling kan føre til at medlemskap strykes dersom betaling ikke er foretatt etter første purring (om lag 20 dager etter forfall). Dersom et medlem har utfordringer med å betale medlemskontingent eller aktivitetsavgift bør det tas kontakt med klubben umiddelbart for å finne en løsning.

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet og betales forskuddsvis. Kontingenten betales for hvert enkelt medlem.

I Oppsal Håndball er det følgende medlemskap;

- Aktiv medlem – kr 500,-
- Støtte medlem – kr 500,-
- Foreldre til barn under 15 år – kr 100,-
- Æresmedlem – gratis

Nedenfor finnes lenke til innmeldingsskjema pluss oversikt over medlemskontingent og treningsavgifter. Oppsal IF Håndball gir søskenmoderasjon på treningsavgift.

[Vil du bli medlem? » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#)

Alle medlemmer skal registreres med navn, fødselsdato, adresse og e-postadresse, siden revisoren skal kontrollere medlemslistene mot regnskapet.

Aktivitetsavgiftene fastsettes av gruppene på bakgrunn av faktiske kostnader med aktivitetene. Dersom medlemskontingenten kreves inn sammen med aktivitetsavgiften, skal begge være spesifisert på fakturaen.

Lagsavgifter

Deltakelse i regionserie og cuper krever en påmeldings- /lagsavgift. Deltagelse i serie dekkes av treningsavgiften, samt deltagelse i 2 antall cuper dekkes av treningsavgiften.

Deltagelse i serier (tema?) og cuper utover dette betales av lagene selv.

Klubbens aktivitetstilbud

Sportsplan

Oppsal Håndball har utarbeidet egen sportsplan.

Sportsplanen er et dynamisk styringsdokument for alle parter som er involvert i Oppsal Håndballs bredde. Sportsplanen er utarbeidet av Sportslig Utvalg Bredde og godkjent av styret i Oppsal Håndball. Sportsplanen gjelder utøvere (6-16 år), trenere, foresatte og øvrige med tilknytting til klubben.

Alle som ønsker det, skal få mulighet til å spille håndball i Oppsal Håndball. Vi er til for barn, ungdom og voksne i hele Oslo, og skal så langt det er mulig legge til rette for bredde/topp og mangfold i tilbudet. Utøveren står i sentrum. utfordringer, mestring og utvikling for den enkelte gir positive opplevelser. Følelsen av å lykkes er viktig for alle. Vi bygger opp, ikke ned! Vinnerkultur er sentralt i all idrett. Det samme gjelder i Oppsal Håndball, enten det er å vinne over seg selv og utvikle seg, eller det er å bli Norges beste håndball-lag. Oppsal skal legge til rette for utvikling av, så vel bredde, som topp, eliteutøvere innen håndball. Glede, samhold og trivsel skal gjøre håndballbanen til et morsomt sted å være. Alvoret skal ikke overta for leken. Vår virksomhet er basert på gjensidig respekt og likeverd. Respekt for medspillere uansett bakgrunn, respekt for trenerne, støtteapparat, dommere og motstandere er av grunnleggende betydning. Oppsal Håndball ønsker i størst mulig grad å bygge lag på klubbens egne spillere. Nye spillere fra andre klubber er selvsagt velkommen til klubben på eget initiativ. Dersom trenere likevel ønsker å gjøre henvendelser til eksterne spillere, skal dette skje i henhold til NHF's regler og i samråd med Sportslig Utvalg Bredde.

Sportsplanen er tilgjengelig på klubbens hjemmeside:

[Sportsplan » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](https://www.oppsalhandball.no)

Treningsstudio / Styrkerom

Oppsal IF Håndball har et eget treningsstudio / styrkerom som et ekstra tilbud til klubbens medlemmer. Styrkerommet følger hallens åpningstid som igjen følger skoleåret, dvs at det er stengt i skolens ferier.

Åpningstid på hverdager er kl. 1600-2200. I helger er det åpent i den tiden arrangementene varer i arenaen. Dette kan variere fra helg til helg. Det er ikke anledning til å låse seg inn og trene utenom denne tiden.

Det betales egen treningsavgift for å bruke av styrkerommet – enten per person eller for en gruppe. Aldersgrense er 18 år, men medlemmer mellom 16 og 18 år kan bruke styrkerommet i følge med en voksen.

Grupper skal ha maks 6 utøvere samtidig i styrkerommet og gruppens trener skal være til stede.

Det er viktig at alle brukere tar hensyn til de andre brukerne, noe som innebærer valg av, og volum på musikk. Grupper må opptre slik at enkeltpersoner slipper til på de ledige apparatene.

Vi tar hensyn til hverandre slik at alle trives og kan trene her.

Enkeltmedlemmer eller grupper som ikke forholder seg til reglementet eller beskjeder fra hallvakt, ikke opptre hensynsfullt overfor andre brukere, slipper inn uautoriserte brukere (uten medlemskap i styrkerommet) kan bli ekskludert, uten å få refundert innbetalt medlemskap, og vil dermed ikke ha anledning til å trene i styrkerommet.

Håndballskole i ferier

Oppsal IF Håndball har som målsetting å tilby håndballskole i sommerferie, høstferie og vinterferie for klubbens medlemmer mellom 8 og 12 år. Det er også tilgang for medlemmer fra andre klubber å melde seg på dette tilbudet.

Lørdagsgjengen

I tillegg til ordinær trening tilbyr klubbens elitetrener ekstra treninger. Her er det egen påmelding og egen betaling.

Lagstreninger

Fra 8 og oppover tilbyr Oppsal IF Håndball lagstreninger.

Loppetassen

LOPPETASSEN (6-7 år) er barnas første møte med kampaktiviteter. I hver runde mottar alle spillerne medaljer. I den første får de i tillegg hver sin fine t-shirt.

Det spilles fire runder fra november til mars:

Bronserunde, Sølvrunde, Gullrunde og Stjernerunde.

Minirunde

Minirunde spilles på samme måte som Loppetassen.

Det inviteres til seks kamprunder i løpet av sesongen; Tre før nyttår og tre etter.

Det inviteres både til Intersport 4'er og kortbane (5'er med redusert mål høyde) for 9-åringere. Kortbane er primært for øvede spillere, mens Intersport 4'er er for nybegynnere og de som trenger mer tid på å «knekke koden».

Kortbane

Hensikten med 5'er håndball på kortbane er at utviklingen av håndballspillet vil skje gradvis og dermed klargjøre spillere, trenere og foreldre til ordinært spill på stor bane.

Serien spilles som rundespill med flere kamper i hver runde.
Det inviteres til seks kamprunder i løpet av sesongen; Tre før nyttår og tre etter.

Antall påmeldte lag i et geografisk område, avgjør muligheten for inndeling av puljer. Det spilles flere runder i løpet av sesongen.

Seriespill 11 år og oppover

Se også: [Spilltilbudet 2020/21 | handball.no](https://www.handball.no/spilltilbudet/2020/21)

Det inviteres til regionseriespill på tre nivåer: 1, 2 og 3.

Klubben velger selv hvilket nivå laget bør meldes på i.
Antall påmeldte lag i et geografisk område, avgjør muligheten for inndeling av puljer.
Avvikles som vanlig serie, hvor hjemmelaget ofte spiller to kamper samme dag.

Cup'er

Oppsal Håndball har vedtatt at Fredrikstad Cup er definert som klubb cupen. Det vil si at alle lag stiller i denne cupen som spilles i Pinsen hvert år og cupen er en av verdens største i sitt slag.

Alle lag bor på samme skole og klubben etterstreber felles sosiale treff.

Bring og Lerøy:

Dette er cuper som lagene må kvalifisere seg til. Bring er 16-års klassen mens Lerøy er 18-års klassen. Se sportsplan

Deltagelse i serier (tema?) og cuper utover dette betales av lagene selv.

Klubben dekker temaserie og regioncupen samt en fellescup.

Klubben dekker også kr 2 500,00 pr påmeldte lag serien, for andre cuper.

Pakkeliste – vil bli lagt ut

Oppskrift cup'er til voksne – vil bli lagt ut

Deltagelse på cup i utlandet

Fra det året spillerne fyller 11 år kan de delta på åpne idrettsarrangement i Norden, mens fra det året spillerne fyller 13 år kan de delta på turneringer i utlandet.

Klubben skal søke om spilletillatelse i utlandet

[2007san062001 Søknadsskjema spilletillatelse i utlandet\[1\].pdf \(handball.no\)](https://www.handball.no/2007san062001_Søknadsskjema_spilletillatelse_i_utlandet[1].pdf)

Barne- og ungdomsidrett

Barneidrett

Alle som ønsker det, skal få mulighet til å spille håndball i Oppsal Håndball. Vi er til for barn, ungdom og voksne i hele Oslo, og skal så langt det er mulig legge til rette for bredde/topp og mangfold i tilbudet. Utøveren står i sentrum. Utfordringer, mestring og utvikling for den enkelte gir positive opplevelser. Følelsen av å lykkes er viktig for alle. Vi bygger opp, ikke ned! Vinnerkultur er sentralt i all idrett. Det samme gjelder i Oppsal Håndball, enten det er å vinne over seg selv og utvikle seg, eller det er å bli Norges beste håndball-lag. Oppsal skal legge til rette for utvikling av, så vel bredde, som topp, eliteutøvere innen håndball. Glede, samhold og trivsel skal gjøre håndballbanen til et morsomt sted å være. Alvoret skal ikke overta for leken. Vår virksomhet er basert på gjensidig respekt og likeverd. Respekt for medspillere uansett bakgrunn, respekt for trenerne, støtteapparat, dommere og motstandere er av grunnleggende betydning. Oppsal Håndball ønsker i størst mulig grad å bygge lag på klubbens egne spillere. Nye spillere fra andre klubber er selvsagt velkommen til klubben på eget initiativ. Dersom trenere likevel ønsker å gjøre henvendelser til eksterne spillere, skal dette skje i henhold til NHF's regler og i samråd med Sportslig Utvalg Bredde.

Aktivitetsplan/terminliste

Årshjul for klubben er under utarbeidelse

Klubbens arrangementer

En oversikt er under utarbeidelse

Reise i regi klubben

På alle reiser i regi av klubben (samlinger, cuper, turneringer, konkurranser osv.) skal det pekes ut en ansvarlig reiseleder som har overordnet myndighet fra avreise til hjemkomst. Reiselederen kan være en av foreldrene som har meldt seg frivillig til å være med på et stevne eller et annet arrangement. Det kan være en eller flere reiseledere, og det velges ut én hovedansvarlig blant dem. Alle skal være kjent med og følge instruksene. Alle barn under 10 år skal ha følge av foreldre eller annen foresatt dersom reisen innebærer overnatting, hvis ikke annet er avtalt.

Sponsor / reklame

Alle sponsoravtaler skal godkjennes av daglig leder og tas til styret ved tvilstilfeller om den aktuelle sponsor er i strid med klubbens strategi. En gruppe kan ikke inngå egne avtaler uten godkjenning.

Klubbdrakter/profilering

Logo



Profilerings manual

Er under utarbeidelse

Utstyrsleverandør

Oppsal Håndball benytter Hummel, der avtalepartner er AssistCo AS.

Videre er det gjort klubbavtale med G-Sport Ryen, som skal ha vår kolleksjon tilgjengelig i butikk, slik at medlemmer får kjøpt shorts, sokker og annet håndballtøy.

Drakter

Klubb eier draktene, og alle spillere med gyldig medlemskap, som har betalt treningsavgift, får tildelt en spillerdrakt. Denne samles inn til f.eks. trykk av tilleggssponsorer eller ved bytte av sponsorer. Da vil spiller få utdelt ny drakt.

Alle drakter skal leveres inn til klubb dersom klubb bytter drakter, om spiller slutter, om drakten blir for liten. Da avtales bytte til ny drakt.

Det er ikke tillatt å trykke egne sponsorer på drakter, heller ikke om man betaler for drakten selv. Alle klubbens drakter skal være like.

Bortedrakter

Fra 16 år og oppover, får spillere utdelt også bortedrakter.

Dersom yngre lag selv ønsker å kjøpe bortedrakter selv, må laget bekoste drakter og trykk selv.

Det er ikke anledning til å trykke egne sponsorer på disse draktene. Man kan eventuelt kun trykke nummer og Oppsal logo.

Til deg som er aktiv i Oppsal Håndball

Informasjon til spillere og trenere vil være utfyllende i Sportsplanen som du finner her:

[Sportsplan » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#)

Viktig at du som er aktiv leser og forstår denne.

Her vil det også være nyttig informasjon til deg som foreldre for et aktivt barn i Oppsal Håndball. Foreldre vil også finne informasjon i denne klubbhåndbok.

Sportsplan og klubbhåndbok vil alltid være under vurdering for endringer.

Spiller / utøver

Spillerne / utøverne bør være kjent med

- hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- aktivitetstilbudet
- medlemskap
- dugnad
- klubbens retningslinjer og forventninger til utøverne

Oppsal Håndballs utøvere skal

- Vite hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetside)
- Ha kjennskap til klubbens retningslinjer og forventninger til utøverne
- Ha kjennskap til klubbens regler for reise på cup'er og andre arrangement
- Ha gode holdninger
- Være en lagspiller
- Respekt for andre spillere på eget lag og spillere på andre lag
- Vise Fair Play
- Være en Ren utøver (alle over 15 år må årlig sørge for å fornye diplom)
- Lisens (for alle over 12 år)
- Respekt for trenere, foresatte / foreldre, styret, administrasjonen, hallvakter, etc
- Fremstå som en god ambassadør for Oppsal IF Håndball
- Vise lojalitet mot klubb og trenere
- Hjelp og stille opp for hverandre
- Følge klubbens regler
- Være ærlig overfor trener og andre utøvere.
- Arbeide aktivt for et godt samhold og miljø
- Stå sammen
- Stille på treninger og annet en har forpliktet seg til.
- Vise engasjement
- Vite at mobbing ikke er akseptert og vil føre til konsekvenser for spiller
- Kjenne til hva seksuell trakassering er og hvordan varslingsrutinene er i klubben

Forelder/foresatt

- Vite hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetside)
- Ha kjennskap til klubbens retningslinjer og forventninger til utøverne
- Sett deg inn i innholdet i Sportsplanen: [Sportsplan » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#)
- Aktivitetstilbudet til Oppsal IF Håndball på de ulike alderstrinn
- Respektere klubbens arbeid. Det er frivillig å være medlem av Oppsal Håndball, men er du med følger du våre regler
- Engasjer deg, men husk at det er barna som driver idrett — ikke du
- Respekter treneren, hans/hennes arbeid og anerkjenn ham/henne overfor barna dine
- Lær barna folkeskikk. Gå foran som et godt eksempel
- Lær barna å tåle både medgang og motgang.
- Motivere barna til å være positive på trening
- Vis god sportsånd og respekt for andre spiller i Oppsal IF Håndball, samt foreldre og spillere på andre lag
- Ved uenighet snakker du med den det gjelder — ikke om
- Husk at det viktigste av alt er at barna trives og har det gøy!
- Ha kjennskap til klubbens dugnader.
- En foreldre / foresatt per spiller må være medlem av en av undergruppene nevnt i kapittel om dugnad
- Påse at barnet har gyldig lisens (for alle over 12 år)
- Det er kun foreldre som har gyldig medlemskap, som kan stemme på årsmøtet.
- Følge håndballens foreldrevettregler:
- Være en god supporter / heiagjeng
- Kjenne til hva seksuell trakassering er og hvordan varslingsrutinene er i klubben
- Følge håndballens foreldrevettregler:
 - Møt opp på trening og kamper -barna ønsker det!
 - Gi oppmuntring til alle spillerne under kampen!
 - Gi oppmuntring både i medgang og motgang – ikke gi kritikk!
 - Hjelp ditt barn til å tåle både seier og tap!
 - Støtt dommeren - ikke kritiser dommeravgjørelser!
 - Respekter lagleders bruk av spillere!
 - Vis respekt for det arbeidet klubben gjør - tilby din hjelp!
 - Husk at det er barnet ditt som spillerhåndball – ikke du!

Les mer

[Sportsplan » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#)

[Råd til idrettsforeldre](#) fra Olympiatoppen

Trener

Trenerne har ansvar for å sikre at medlemmene som deltar i klubbens aktiviteter, får et godt tilbud og ivaretas på en god måte. Som trener er man en representant for klubben. Trenerne bør derfor være kjent med

- Klubbens sportsplan; [Sportsplan » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#)
- hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- aktivitetstilbudet
- medlemskap
- lisens og forsikringer
- kunne fremlegge politiattest
- benytte seg av kompetansetilbud for trenere
- ha kjennskap til klubbens retningslinjer og forventninger til trenere
- vite hva klubben tilbyr sine trenere (honorar, utstyr, bekledning, kurs ...)
- Sørge for mestring, selvstendighet og tilhørighet for utøveren
- Sørge for at utøverne får positive erfaringer med trening og konkurranse
- Fremme et godt sosialt miljø, lagånd og vennskap
- Kjenne til hva seksuell trakassering er og hvordan varslingsrutinene er i klubben
- Bifalle at utøvere skal kunne drive annen idrett som et supplement
- Sørge for samarbeid og god kommunikasjon med andre trenere, ledere og foreldre
- Være et godt forbilde
- Respekt for andre trenere, foresatte / foreldre, styret, administrasjonen, hallvakter, etc.
- Behandle alle utøvere rettferdig.
- Fremstå som en god ambassadør for Oppsal IF Håndball
- Vise lojalitet mot klubb
- Møt presis og godt forberedt til hver trening. Som trener er du veileder, inspirator og motivator
- Bry deg litt ekstra og involver deg i utøverne dine
- Bli kjent med utøvernes individuelle mål og opplevelser av treningen
- Søk å utvikle selvstendig vurderingsevne hos utøveren.
- Vis god sportsånd og respekt for andre
- Vær bevisst på at du gir alle utøverne oppmerksomhet og veiledning
- Enhver utøver eller gruppe skal utfordres til å utvikle sine ferdigheter

Forøvrig forholde seg til gjeldende trenerkontrakt.

Sportslig leder bredde

Denne rollen benevnes ulikt i forskjellige idretter (hovedtrener, Sportslig leder bredde, trenerkoordinator eller treneransvarlig). I denne veilederen bruker vi begrepet Sportslig leder bredde(SUB).

SUB har et overordnet ansvar for all sportslig aktivitet som skjer i klubben eller gruppen. SUB skal følge klubbens sportslige plan og arbeide for å realisere klubbens sportslige målsettinger. Vedkommende skal følge opp alle trenere og all treningsaktivitet i klubben/gruppen og sikre at aktiviteten skjer i tråd med det klubben har bestemt.

Oppgaver

- Ansvar for å utarbeide og følge opp klubbens/gruppens sportslige plan
- Rapportere jevnlig til styret om klubbens/gruppens sportslige aktivitet
- Utarbeide aktivitetsplan/terminliste
- Arrangere trenermøter
- Delegere ansvar for treningsgruppene til respektive ansvarlige trenere
- Oppfølging og utvikling av trenerne i klubben
- Koordinere og følge opp det sportslige støtteapparatet
- Informasjon til foreldre/foresatte og utøvere
- Rapporterer til styret etter konkurranser/treningsleirer
- Årsmelding for klubbens sportslige plan
- Sette opp sportslige og sosiale mål for laget foran hver sesong i samsvar med klubbens sportslige plan
- Planlegge trening i samsvar med aktivitetsplan/terminliste og klubbens sportslige plan
- Lede treningene i samarbeid med eventuelt andre trenere/hjelpetrenerer
- Møte i god tid til trening og konkurranser/kamp
- Ha dialog og samarbeid med foreldre
- Lede laget/gruppen/utøverne under kamper, turneringer eller løp
- Bidra i trenergruppen og møte i trenerforumet i regi av klubben
- Følge gjeldende regelverk
- Sette seg inn i barneidrettsbestemmelsene og retningslinjer for ungdomsidrett fra Norges idrettsforbund
- Sette seg inn i klubbens verdigrunnlag og retningslinjer for utøvere/spillere og trenere
- Se til at både egen og utøvernes/lagets opptreden er i samsvar med klubbens verdier og retningslinjer
- Være oppdatert på informasjon fra styret
- Representere klubben på en god måte

Foreldrekontakt

Laglederen er lagets/treningsgruppas administrative leder og har ansvaret for at alt praktisk fungerer rundt laget/treningsgruppa. Laglederen skal overlate alt det sportslige til treneren/trenerne som har ansvar for organisering av treninger, lagoppsett til kamper/stevner, gjennomføring av kamper osv.

Foreldrekontakt bør være kjent med

- Sette seg inn i klubben sportsplan; [Sportsplan » Oppsal bredde \(oppsalhandball.no\)](#)
- hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- klubbens aktivitetstilbud
- medlemskap
- lisens og forsikringer
- politiattest
- klubbens retningslinjer og forventninger til foreldre
- hva tilbyr klubben sine oppmenn/lagledere (utstyr, bekledning, kurs ...)

Oppgaver

- Ajourføre og sende inn navnelister på spillere/utøvere og lag
- Arrangere møter for foreldre og spillere/utøvere
- Gå igjennom fair play-regler, foreldrevettregler og sportslig plan med alle spillere og foresatte
- Møte på lagleder- og allmannamøter
- Gi informasjon til spillere/utøvere, trenere og foresatte
- Oppdatere lagets hjemmeside
- Ansvar for lagskasse
- Melde på til cuper, stevner og turneringer
- Innkalle til dugnader
- Arrangere hjemmekamper, ta imot gjestende lag og dommere, fyller ut kamprapport
- Administrere reiser til/fra kamper eller stevner
- Skaffe dommere
- Sikre at alle utøvere/spillere har lisens
- Ha korrekt utstyr/medisinbag sammen med treneren

Dommer

Klubben er avhengig av dommere for å kunne delta i seriespill og ønsket konkurranseaktivitet. Dommerne har ansvar for å sikre en god gjennomføring av kamper/konkurranser.

Dommerne bør være kjent med

- hva klubben står for (verdier, visjon og virksomhetsidé)
- krav til dommere på ulike nivåer
- medlemskap
- lisens og forsikringer
- klubbens retningslinjer og forventninger til dommere
- hva klubben tilbyr sine dommere (utstyr, bekledning, kurs ...)

Les mer

[Kampreglement for RØ | handball.no](http://handball.no)

[Lover og regler | handball.no](http://handball.no)

Klubbdrift

I Oppsal Håndball er vi opptatt av at klubben skal være velfungerende og legge til rette for at alle medlemmer skal finne det de ønsker, enten om det er praktisk info eller hvordan man kan bidra. Klubben er avhengig av frivillige og at medlemmer skal kunne bidra hvis man ønsker. Derfor jobber vi kontinuerlig med årshjul og utdanning oversikt som til enhver tid er under endringer.

Årshjul

Klubbens årshjul er under utarbeidelse.

Kurs og utdanning

Kurs og utdannings tilbud er under utarbeidelse

Medlemshåndtering

Klubben benytter KlubbAdmin, som er et elektronisk medlemssystem. Vi sender elektroniske betalingskrav til medlemmene, noe som gir enklere oversikt over utsendelser og rimeligere innkreving av kontingenter.

KlubbAdmin er gratis for idrettslag, og det er integrert med idrettens øvrige systemer. Via Min idrett kan medlemmene selv utføre innmelding/utmelding på en enkel måte.

Dugnader

Oppsal håndball er en foreldredrevet klubb der foreldre / foresatte for alle aktive medlemmer må ta dugnadsvakter gjennom deltagelse i en dugnadsgruppe. Aktive medlemmer over 16 år kan selv ta dugnadsvakten. Oppsal Håndball har også frivillige som deltar i dugnadsgrupper. Det er mulig å selv melde fra hvilken type dugnadsvakt som ønskes via foreldrekontakten i hvert lag. Dugnarbeid gir mange gode opplevelser og en følelse av å bidra til fellesskapet. Det er mange oppgaver som skal løses i idrettslaget, blant annet vaske drakter, rydding i klubbhuset, parkeringsvakt under turneringer, kjøring til og fra kamper og kiosksalg. Dette frivillige arbeidet som kommer idrettslaget og medlemmene til gode, kalles «dugnad». Din innsats blir satt stor pris på!

Alle lag fra de minste til og med 18 års-lagene får dugnadsvakter gjennom deltagelse i Oppsal Håndball sine dugnadsgrupper.

Elitelagets dugnad er deltagelse på håndballskoler i sommerferie, høstferie og vinterferie.

Dugnadsgruppene er med på å skaffe klubben inntekter og gjør andre aktiviteter som er nødvendige for driften. I tillegg er kampsekretariat helt nødvendig for å få avviklet kampaktiviteten i klubben.

Følgende funksjoner i Oppsal Håndball er fritatt fra deltagelse i dugnadsgrupper:

- En hovedtrener og en assistenttrener pr lag
- Klubbens Styremedlemmer
- Kontrollutvalget
- Og andre årsmøtevalgte tillitsverv

I tillegg kan enkeltpersoner som bidrar vesentlig på andre måter i klubben fritas etter avtale med Styret eller Daglig leder.

I norsk idrett er det ikke lov å tvinge noen til å delta på dugnad. Idrettslagene kan oppfordre medlemmer og foreldre om å stille opp på dugnad, men deltakelsen må være basert på frivillighet.

Klubbdugnad

Det gjennomføres 2 klubbdugnader pr år.

Styret beslutter hvilke typer dugnader dette skal være, og hvordan inntekt fordeles mellom klubb og lag.

Det er lang tradisjon i Oppsal Håndball for at det tilfaller en god inntekt til alle lagskassene i klubben i klubbdugnadene

Det er tegnet forsikring for dugnadsvaktene i klubben, dersom det skulle oppstå uhell/skader under dugnadsvakt.

Dugnadsvakter:

- Kioskvakter og billett / hallvakt
- Sekretariatsgruppen
- Arrangementsgruppen
- Handygruppen
- Vaffelgruppen

Lagsdugnad

Lagsdugnader kan gjennomføres så lenge de ikke går på bekostning av klubbens inntektsbringende arbeid og på samme tid som klubbdugnaden. Klubben har en avtale med Tveita Senter om loddsalg på gitte datoer. Disse datoene blir gitt tilgjengelig per lag og fordeles etter førstemann til mølla prinsippet.

Politiattester

Klubben krever politiattest av alle ansatte og frivillige som skal utføre oppgaver for klubben som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Det er to viktige overordnede grunner til at norsk idrett har innført en ordning med politiattest:

1. Seksuelle overgrep mot barn er totalt uforenlig med idrettens verdigrunnlag.
2. Norsk idrett skal være et trygt sted å være for barn, og et trygt sted for foreldre å sende sine barn.

Prosedyre for politiattest i klubben:

- Styret oppnevner en person for hver sesong som ansvarlig for å håndtere ordningen med politiattest i idrettslaget. Styret og den valgte for sesongen informerer den enkelte om at man må ha politiattest.
- Styret utarbeider en attest på hvorfor man trenger politiattest
- Den ansatte sender inn søknad om politiattest til politiet hvor klubbens attest legges ved
- Alle som skal ha politiattest, må fremvise attesten for styrets utvalgte.
- Styret lagrer opplysninger om hvilke personer som er avkrevd politiattest, at attesten er fremvist, og dato for fremvisningen. Selve attesten beholdes av søkeren.
- Oppsal Håndball gir ikke oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming til personer som ikke fremviser politiattest, eller som har anmerkninger på attesten.

Les mer

Informasjon om [politiattest for idrettslag](#) fra Norges Idrettsforbund

Klubbens antidopingarbeid

Klubben og medlemmene er omfattet av idrettens bestemmelser om doping. Klubben tar aktivt avstand fra all bruk av dopingmidler. Klubben bruker Antidoping Norge i arbeidet mot doping. Klubben er registrert seg som «Rent idrettslag».

Ren utøver

Ren Utøver er et e-læringskurs utarbeidet av Antidoping Norge. Alle spillere på kontrakt skal ta e-læringskurset på <https://renutover.no/> før sesongstart og motta diplom. Spillere som får kontrakt i løpet av sesongen skal umiddelbart sørge for å ta kurset. Sportslig utvalg Elite følger opp at alle spillere på kontrakt tar e-læringskurset.

Rent Idrettslag

Rent Idrettslag er et samarbeidsprosjekt mellom Norges idrettsforbund og Antidoping Norge. En revidert versjon av Rent Idrettslag vil lanseres i 1. kvartal 2019. Innholdet på URL-en rentidrettslag.no vil ikke være tilgjengelig fra mandag 3. desember.

Rent Idrettslag er en enkel måte for idrettslaget å sette fokus på verdiarbeid og antidoping. Rent Idrettslag gjennomføres gjennom en tre-trinns-prosess på rentidrettslag.no. Oppsal IF Håndball vil foreta sertifisering som Rent Idrettslag i løpet av 2019 hvor sentrale trenere, utøverrepresentanter og annet støttepersonell inviteres med i gjennomføringen av prosessen. "

En sertifisering som Rent Idrettslag er gyldig i tre år, da må idrettslaget gjennomføre en resertifiseringsprosess.

Les mer

Informasjon om [Forside | Antidoping Norge](#) fra Antidoping Norge

Kommunikasjon

For at klubbdriften skal bli så god som mulig, er klubben avhengig av god kommunikasjon med alle medlemmene og andre som klubben har en relasjon til.

All formell informasjon finnes på klubbens hjemmeside www.oppسالhandball.no
Kommunikasjonsstrategi er under utarbeidelse.

Arbeidsgiveransvar

Oppsal Håndball har ansatte og det er styret som har arbeidsgiveransvar. Ansvaret for å følge opp den daglige lederen er delegert til et medlem av styret. Dersom det er flere ansatte, er det daglige lederen som har oppfølgingsansvar for de øvrige ansatte.

Oppsal Håndball:

- Er medlem av en arbeidsgiverforening (NHO)
- Har rutiner for ansettelse
- Utøver et tydelig personalansvar
- Har skriftlige arbeidsavtaler

Alle som har påtatt seg tillitsverv i klubben, må være medlemmer av klubben eller være underlagt idrettens regelverk gjennom en avtale.

Sikkerhetsarbeid (HMS)

Klubben har ansvar for sikkerhet for medlemmer og andre som kommer i kontakt med klubben på arrangementer, på dugnader, under reiser og under opphold i klubbens lokaler og anlegg.

Økonomi og regnskap

Det er styret som har det overordnede økonomiske ansvaret for klubbens økonomi. Det innebærer at styret har ansvar for at

- klubbens midler brukes og forvaltes på en forsiktig måte
- klubben har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen
- klubben har en forsvarlig økonomistyring

Styret kan delegerer oppgaver knyttet til den daglige oppfølgingen av økonomien til klubbens administrasjon. De er pålagt å følge klubbens økonomihåndbok.

Styrets oppgaver knyttet til regnskap og økonomi:

- Styret skal sikre at det er en forsvarlig ansvarsdeling knyttet til regnskap og økonomistyring. Det skal utarbeides en fullmakts matrise og en tydelig rolleavklaring.
- Styret skal utarbeide et realistisk budsjett.
- Styret skal sikre at regnskapet føres fortløpende.
- Styret skal sikre at klubben har en egen bankkonto.
- Styret skal påse at det kreves to signaturer i banken.
- Styret skal påse at klubben har tegnet underslagsforsikring.
- Styret skal påse at klubben har valgt revisor eller engasjert revisor og kontrollutvalg.

Styret er juridisk ansvarlig for Oppsal Håndball sin økonomi, dvs regnskap og budsjett. Oppsal Håndball har en egen økonomihåndbok. Nedenfor følger det som er viktig å vite for deg som er trener, foreldrekontakt, forelder / foresatt eller medlem.

Lagskasser

Oppsal Håndball er pålagt å følge retningslinjene fra Norges Idrettsforbund når det gjelder føring av regnskap per lag. Alle lag i Oppsal Håndball har en egen bankkonto med tilhørende Vipps. Det er ikke lov å sette penger som tilhører klubbens medlemmer inn på personlige konti.

Alle egenandeler og startavgifter skal betales gjennom klubben.

Utvalgte personer fra hvert lag har 100% innsyn i alle bevegelser på kontoen til sitt lag.

Alle fakturaer til laget skal attesteres av representant fra laget, scannes og sendes til klubbens administrasjon for utbetaling fra lagets konto. Det skal ikke legges ut for fakturaer, for deretter å be om refusjon. Oppsal Håndball ønsker å motta alle fakturaer pr mail til faktura@oppsalhandball.no.

Fakturaen må inneholde referanse til laget. Vi vil sende den ut for attestasjon til gruppen før vi legger den inn for betaling. Alle lag plikter å ha nok midler innestående før det foretas bestillinger.

Det er Oppsal Håndball som klubb som hefter for alle varer/tjenester bestilt i klubbens navn, og vi er derfor helt avhengige av at lagene ikke foretar bestillinger det ikke er dekning for på lagskontoen.

Alle lag skal i tillegg føre eget lagsregnskap.

Innbetalinger

- Alle innbetalinger, f.eks. fra foreldre, oppdragsgivere for dugnader (listen er ikke uttømmende) skal foretas til lagets konto. Innbetalingene merkes tydelig slik at man vet hva det gjelder.

Utbetalinger

- Det foretas ingen utbetalinger uten attestert bilag. Attestasjon kan være i form av en mail med vedlegg der kasserer/foreldrekontakt gir beskjed om at betaling skal foretas.
- Utbetalingen legges i bank og godkjennes av 2 personer i administrasjonen. Først regnskap, deretter daglig leder, slik rutinen er for alle utbetalinger i klubben forøvrig også.

Utlegg

Når en reiser med et lag kan det betales ut forskudd til lagleder, han skal da levere inn reiseoppgjør og kvitteringer for brukte penger.

En skal levere reiseregning/utleggskjema med kvitteringer for å få igjen det en har lagt ut.

Eksempel.

Blir det brukt personlige kontoer og vedkommende ikke kan gjøre rede for penger som er kommet inn kan det regnes som underslag av medlemmer sine penger.

Reiseregning / utlegg

Reiseregning/utlegg - standardskjema:

Det er utarbeidet ett standard skjema som skal benyttes av alle i klubben. Oppdatert versjon av skjemaet, ligger i link på klubbens hjemmeside.

Krav til reiseregning:

- Alt fylles ut på reiseregningen:
- navn, adresse, fødselsdato, bankkonto.
- til og fra og dato for hver enkelt reise
- formål med hver enkelt reise
- ved diett må klokkeslett (avreise/ankomst) oppgis

Vedlegg til reiseregningen (kvitteringer):

- Originalkvitteringer skal alltid vedlegges.
- Kopier/skanning av kvitteringer godkjennes IKKE

Reiseforskudd

Skal dere på cup eller reiser, ha sosiale sammenkomster/aktiviteter, kan det overføres et «reiseforskudd» som dekker de antatte kostnadene. Beløp avtales i hvert enkelt tilfelle.

Ved hjemkomst/etter aktiviteten overføres eventuelt overskytende til lagets konto umiddelbart. Enkelt regnskap for reiseforskuddet leveres til klubbens administrasjon sammen med alle kvitteringer.

Dersom oversikten viser at man har hatt utlegg utover forskuddet, fylles det ut et refusjonsskjema og kvitteringer samt regnskap legges ved.

Regnskapet trenger bare å vise:

Forskudd mottatt

Bilag 1 - kr.....

Bilag 2 - kr.....

Bilag 3 - kr.....

Sum +/- kr.

Økonomisk utroskap/varslingsplikt

Den som får mistanke om, eller oppdager underslag eller lignende, skal umiddelbart melde dette til lederen i klubben. Varsleren skal beskyttes og saken skal undersøkes. Dersom mistanken retter seg mot leder er det nestleder som skal varsles. Dersom mistanken retter seg mot styret som organ, skal politiet varsles. Ved mistanke rettet mot Styre eller styreleder så kan Kontrollutvalget varsles.

Styret eller årsmøtet kan ekskludere personer som begår økonomisk utroskap.

Det er ønskelig at alle brudd på straffeloven anmeldes for vurdering, da det er slik rettssystemet fungerer.

Forsikringer

Alle barn som er medlemmer av lag tilsluttet NIF, er forsikret gjennom Norges Idrettsforbund frem til den dato de fyller 13 år. Norges Håndballforbund har egen bestemmelse om lisens det året barnet fyller 13 år.

Klubben har følgende forsikringer

- Personal
- Dugnader, Medlemmer, Korps/Klubb
- Eiendeler
- Driftstap
- Ansvarsforsikring
- Rettshjelpsforsikring
- Ansvar for styre
- Kriminalitet

Les mer

Informasjon om [Idrettsforsikring for barn](#)

Første utkast

Anlegg og utstyr

Oppsal Arena

Består av 4 hallflater, dansesal, kamptreningsrom, 4 møtelokaler, etc

Oppsal Håndball har driftsavtale for Oppsal Arena med Oslo Kommune, Bymiljøetaten.

Oslo Idrettskrets tildeler treningstid i Oppsal Arena, som deles mellom mange forskjellige idretter. Oppsal Håndballs treninger gjennomføres i all hovedsak i Oppsal Arena, men det er også behov for å leie hall-tid i andre haller (Skøyenåsen, Hellerud vgs etc).

Fordeling av halltid skjer i løpet av sommermånedene, og internt i Oppsal Håndball fordeles disse tidene av både SU senior og bredde, i samarbeid med klubbens trenere.

Møtelokaler Oppsal Arena

Oppsal Arena har 4 møterom samt en møtesal som kan deles i to.

Idrettslige formål kan booke disse rommene kostnadsfritt, og bookes hos klubbens administrasjon/hallvakter.

Klubbens utstyr:

Oppsal Håndball stiller med drakt per spiller og tape/klister per lag. I tillegg har klubben opparbeidet et utstursrom med utstyr som kan benyttes til treninger i Oppsal Arena.

Utmerkelser og æresbevisninger

Oppsal Håndball kan tildele på Årsmøte følgende priser:

- Årets spiller, damer senior
- Årets spiller, herrer senior
- Årets spiller, jenter junior
- Årets spiller, gutter junior
- Årets ildsjel
- Æresmedlem

Retningslinjer i klubben

Mobbing

Oppsal Håndball har nulltoleranse for mobbing. Klubben skal være en arena der både store og små skal føle seg inkludert og trygge.

Seksuell trakassering

Oppsal Håndball forholder seg lojalt til de retningslinjer idretten har laget for dette, og de er:

Følgende retningslinjer gjelder i hele norsk idrett:

1. Behandle alle med respekt, og avstå fra alle former for kommunikasjon, handling eller behandling som kan oppleves som krenkende.
2. Unngå berøringer som kan oppleves som uønsket.
3. Unngå alle former for verbal intimitet som kan oppleves som seksuelt ladet.
4. Unngå uttrykk, vitser og meninger som omhandler utøveres kjønn eller seksuelle orientering på en negativ måte.
5. Tilstrebe å ha begge kjønn representert i støtteapparatet.
6. Unngå kontakt med utøvere i private rom uten at det er flere til stede eller det er avtalt med foresatte eller idrettsledelsen.
7. Vis respekt for utøverens, trenerens og lederens privatliv.
8. Unngå doble relasjoner. Dersom et gjensidig forhold etableres bør situasjonen tas opp og avklares åpent i miljøet.
9. Ikke tilby noe form for motytelse i den hensikt å forlange eller forvente seksuelle tjenester i retur
10. Gripe inn og varsle dersom man opplever brudd på disse retningslinjene. Støtteapparatet (trenere, ledere, tillitsvalgte, funksjonærer, dommere, foreldre mfl.) har hovedansvar for at retningslinjene gjøres kjent og overholdes i organisasjonen/idrettsmiljøet.

Alkohol

Klubbens holdning til alkohol er slik idretten i Norge er generelt:

IDRETTENS HOLDNING TIL ALKOHOL

Vedtatt av Idrettstyret 16. mars 2004, sak 54

1. Norges Idrettsforbund og Olympiske Komité skal fremstå som en organisasjon som arbeider mot bruk av alkohol i idrettslig sammenheng. (NIFS lov SI 1-2 g)
2. Barn og unge som deltar i aldersbestemte klasser (under 18 år) skal møte et trygt og alkoholfritt idrettsmiljø. Trenere, ledere og utøvere skal fremstå som gode forbilder for barn og unge og ikke nyte alkohol i samvær med utøvere i denne alder.
3. Medlemmene i organisasjonen skal informeres om de skadevirkninger alkohol har på prestasjonsevnen, sikkerheten og det sosiale miljøet.
4. Tribunekulturen skal være trygg, familievennlig og alkoholfri. På tribunen skal det derfor ikke nytes alkohol i tilknytning til konkurranseaktiviteter. I lokaler tilknyttet idrettsanlegg gjelder de kommunale skjenkebestemmelser dersom lokalet leies ut til private. (NIFS lov SI 1-2 g)

5. Idretten skal ha en restriktiv holdning til samarbeidsavtaler med bedrifter som har en vesentlig del av sin virksomhet knyttet til salg av alkoholholdige drikke/ produkter. Alle organisasjonsledd pålegges å følge norsk alkohol-lov med forskrifter og retningslinjer. Arenareklame og utstyrsreklame utføres iht gjeldende lovverk. Særforbund og kretser informerer underliggende ledd, herunder klubber og lag. Norsk alkohollov gjelder for alle som deltar på idrettsarrangement i Norge. Det vil si at også internasjonale aktører må forholde seg til den norske lovgivningen når de deltar på idrettsarrangement i Norge.

Forbudet mot reklame for alkoholholdig drikk finner vi i alkohollovens 9-2. All reklame for alkoholholdig drikk er forbudt. Alkoholholdig drikk er definert som drikk med alkoholinnhold over 2,50 volumprosent alkohol. I utgangspunktet rammes ikke reklame for lettøl av forbudet. Det er imidlertid forbudt å reklamere for andre varer med samme varemerke eller kjennetegn som alkoholholdig drikk. Dette stiller særskilte krav til lettølreklame.

Varsel om avvik fra retningslinjene

Oppdager man eller har mistanker om avvik fra retningslinjene så kan man varsle klubben og de skal alltid tas på alvor.

Følgende funksjoner kan det varsles til:

- Trener
- Foreldrekontakt
- Daglig leder
- Styreleder
- Styremedlemmer
- Kontrollutvalget ved leder

Varslere kan selv vurdere hvem det er mest hensiktsmessig å varsle til.

Maler og eksempler

Følgende maler og eksempler finnes på www.klubbhåndboken.no

Maler for klubb

Årshjul med faste oppgaver i klubben
Sjekkliste årsmøter
Innkalling til årsmøte
Saksliste og saksdokumenter til årsmøte
Årsberetning til årsmøte
Protokoll fra årsmøte
Innkalling til styremøte
Protokoll fra styremøte
Økonomihåndbok
Kommunikasjonsstrategi for idrettslag

Eksempler på retningslinjer i klubb

Retningslinjer valgkomité
Retningslinjer for utdanningsansvarlig
Retningslinjer revisorer og kontrollkomité
Retningslinjer foreldre/foresatte
Retningslinjer utøvere
Retningslinjer trenere
Retningslinjer alkohol
Retningslinjer mobbing
Retningslinjer for reiseleder ved representasjon
Retningslinjer skikk og bruk e-post

Vedlegg 1 Foreldrevettregler

Håndballens foreldrevettregler:

- Møt opp på trening og kamper
 - barna ønsker det!
- Gi oppmuntring til alle spillerne under kampen!
- Gi oppmuntring både i medgang og motgang – ikke gi kritikk!
- Hjelp ditt barn til å tåle både seier og tap!
- Støtt dommeren
 - ikke kritiser dommeravgjørelser!
- Respekter lagleders bruk av spillere!
- Vis respekt for det arbeidet klubben gjør
 - tilby din hjelp!
- Husk at det er barnet ditt som spiller håndball – ikke du!

Første utkast

Vedlegg 2 Regler for reise

Oppsal Håndballs reiseregler, hentet fra OIK's «Klubbhåndbok».

1 Formål

1.1 Å gjøre reise og opphold ved kamper, turneringer og treningsleirer til en trygg, god og minnerik opplevelse for aktive og ledere.

1.2 Skape trygghet for foresatte som overlater barn og unge i klubbens varetekt.

1.3 Gi trygghet for våre ledere om hva som forventes av dem.

2 Omfang og forutsetninger

2.1 Disse regler gjelder for alle reiser i forbindelse med kamper, turneringer og treningsleirer med overnatting der aktive under myndighetsalder deltar.

2.2 Reiser som omfattes av disse regler er å betrakte som alkoholfri sone for aktive og ledere fra avreise til hjemkomst.

2.3 På alle reiser i regi av Oppsal Håndball, skal det utpekes en ansvarlig hovedleder som har overordnet myndighet fra avreise til hjemkomst.

2.4 Der hvor flere lag deltar skal hvert lag ha med seg min. 2 ledere inkl. trener / lagleder. Min. 1 av lederne skal være av samme kjønn som lagets deltakere. Disse lederne har ansvar for sitt lag eller gruppe. Reise og opphold for disse lederne skal dekkes reisekasse eller gruppen.

3 Hovedleder

3.1 Før avreise skal det avholdes informasjonsmøte for deltakerne og deres foresatte, eller på annen måte sørge for at tilstrekkelig informasjon blir gitt.

3.2 Sørger for at oppdatert deltakerliste med hjemme telefon nr. på alle deltakerne finnes på klubbkontoret ved avreise.

3.3 Sørger for at det avholdes orienteringsmøter for alle lederne før og under oppholdet, og sørge for at lederne er kjent med denne instruks.

3.4 Har overordnet ansvar for at reisen foregår etter de retningslinjer klubben har bestemt, og skal sammen med de øvrige leder bidra til trivsel for alle deltakerne.

3.5 Sørger for at det etter reisen blir levert regneskap med bilag for turen til gruppens kasserer. Dette skal være signert av 2 personer.

3.6 Hovedleder rapporterer til overordnet leder, men i saker av følgende karakter skal her som ellers øyeblikkelig og direkte rapporteres til styreleder, daglig leder eller sportslig leder.

- Overgrepssaker
- Ulykke med personskader

- Dødsfall blant klubbens medlemmer
- Økonomisk utroskap
- Klare brudd på det klubben ønsker å stå for
- Andre saker som kan medføre spesielle mediaoppslag, eller oppmerksomhet fra det offentlige.

Skikk og bruk for e-post

Oppsal Håndball vil at alle skal tenke gjennom følgende når det kommer til e-postkommunikasjon:

1. Vurder hvem du setter som hovedmottaker. Hovedmottakeren(e) skal svare på innholdet hvis det ikke er ren informasjon. Medlemmer plikter å motta informasjon på epost fra ledelsen. Slik epost skal sendes ut med adressene i blindkopifeltet.
2. Vurder hvem du informerer i " KOPI " - feltet. Styresaker skal bare til det styret som behandler saken til beslutning er tatt eller til styreleder gir tillatelse til annet. Kopifeltet er en mulighet til å informere mottakere uten krav om aksjon. Ha respekt for andres tid.
3. Vær kritisk ved bruk av e-post for sending av meldinger til mange. Ved massedistribusjon av informasjon bør link til hjemmesiden brukes.
4. Bruk feltet "emne/tittel" til å gi meldingen en kort, men informativ overskrift. På denne måten kan mottakeren prioritere riktig. Du bør ikke blande flere tema i samme epostmelding.
5. Presenter den viktigste informasjonen først i e-postmeldingen. Vær kort og konsis. Forestill deg hvordan mottakeren vil oppfatte innholdet.
6. Tenk på hvordan teksten i e-postmeldingen vil virke for mottakeren. Unngå unødig bruk av store bokstaver, utropstegn og spørsmålstegn. Dette kan oppfattes som SKRIKING. DIN HENSIKT med dette kan feiltolkes av leseren!
7. Det er viktig at du bruker enkelt språk, korte avsnitt, og blanke linjer mellom avsnitt ("enter/linjeskift"). På denne måten blir din mening oversiktlig og lett å forstå for mottakeren.
8. Vær forsiktig med bruk av farger og andre formateringer. Ved slike behov er vedlegg til e-post velegnet.
9. Vær spesielt varsom med å sende e-post hvis du er opprørt eller irritert. E-postmeldinger er "evige" og bør tåle dagens lys uansett sammenheng. Tenk deg om.
10. Gjør det til en vane alltid å lese gjennom hele innholdet. Sjekk spesielt adressatene, og at alle vedlegg det refereres til, er med før du sender.
11. Besvar e-post når du er i tvil så raskt du kan. Fremfor alt — svar!

—