

# Til medlemmer, forældre og trænere

## Værdier, principper mv. i Ledøje-Smørum Håndbold



Opdateret maj 2021

Vision og værdier	<p>Ledøje-Smørum Håndbold (LSH) er en breddeklub. Det vil sige at vi arbejder efter at udvikle spillerne, så de bliver så dygtige de kan. Er der spillere, der er så dygtige at de er i stand til at spille på et højt niveau – tilbyder vi naturligvis også det og vi har et mål om, at vores trænere matcher spillernes niveau. Vores fokus er dog ikke ensidig rettet imod sportslige resultater. Det er meget vigtigt for os, at vi udvikler børnene og de unge, i en social kontekst, med fokus på både det sportslige, det sociale og det personlige.</p> <p>Vi er overbeviste om, at børnene og de unge får en bedre oplevelse med håndbolden, hvis de oplever succes og får gode oplevelser, både på og udenfor banen.</p> <p>Så kort sagt – <b>Det skal være sjovt at spille håndbold i LSH.</b></p>
Forventning til medlemmer og spillere	<p>Vores mål er at alle skal føle sig velkommen, føle sig godt tilpas og føle sig udfordret – både på et sportsligt, socialt og personligt plan. Derfor forventer vi:</p> <p><b>Som medlem</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ At du positivt medvirker til at gøre LSH's til et godt sted at være.</li><li>○ At du er en kammerat som man kan stole på, da håndbold er en holdsport og bygger på nærhed, fællesskab og tolerance.</li><li>○ At du respekterer at LSH er bygget op omkring frivillige ledere, som har påtaget sig et ulønnet lederarbejde.</li><li>○ At du positivt bakker op omkring LSH's idéer.</li><li>○ At du udviser respekt for alle omkring LSH, også ved brug af sms, chat og andre sociale netværkstjenester.</li><li>○ At du altid bidrager med din hjælp til LSH's arbejde.</li><li>○ At du til enhver tid respekterer de værdier som LSH står for.</li><li>○ At du hjælper til ved nogle af de opgaver som LSH udfører for at tjene penge til at holde kontingentet nede.</li></ul> <p><b>Som spiller</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>○ At du melder afbud i god tid til træning, således, at træneren ved hvor mange man kan forvente der kommer.</li><li>○ At du deltager i holdets kampe. Klubben melder holdene til efter hvor mange spillere der er i klubben. Hvis du gang på gang ikke kan deltage, kan det betyde at holdet ikke er nok spillere og derfor må trække holdet fra turneringen. Dette er meget trist for de andre spillere, som derfor ikke kan komme ud og spille, men det koster også klubben mange penge. Så hvis du ikke ønsker at spille mange kampe – så sig det til din træner hurtigst muligt så de kan planlægge efter dette.</li><li>○ At du deltager aktivt i træningen – er du træt eller i dårligt humør, så tag evt. en snak med din træner om hvorvidt det er bedst du bliver hjemme den pågældende dag.</li><li>○ At du opfører dig ordentligt overfor alle omkring LSH. Dette gælder både medspillere, modspillere, dommere, tilskuere, forældre og især din træner, der gør et stort stykke arbejde for at du skal have det godt i klubben. Dårlig opførsel under træning og kampe accepteres IKKE!</li></ul>

<p>Forventning til forældre</p>	<p>Vores mål er at alle skal føle sig velkommen og som forældre har du et vigtigt ansvar for at være et forbillede for dit barn. Derfor forventer vi:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ At du husker på, at det er dit barn og ikke dig selv der spiller håndbold.</li> <li>○ At du ikke kommenterer, hvad børnene skal og ikke skal på banen. Ønsker du indflydelse – så meld dig som frivillig træner eller hjælpetræner.</li> <li>○ At du ikke kommenterer trænerens beslutninger under kampene eller til træning.</li> <li>○ At du ikke kommenterer dommerens afgørelser højlydt, idet dommeren jo gør sit bedste for at dømme kampene. "Fairplay" regler giver faktisk mulighed for at idømme klubben bøde for forældres dårlige opførsel!!</li> <li>○ At du møder op i hallen og bakker positivt op om dit barns interesse og derved skaber en god stemning i klubben.</li> <li>○ At du gerne spørger dit barn om kampens forløb efter kampen, for derved at vise din interesse. Undgå ensidig fokus på kampenes resultat.</li> <li>○ Sørg for at dit barn er klædt ordentlig på til træning og kamp. Her tænkes ikke kun på påklædning men også fysisk (kost, søvn osv.)</li> <li>○ Vis respekt for det frivillige arbejde i klubben og bak op om klubbens initiativer. Du behøver ikke andre forudsætninger for at tage del i klubbens liv, end lyst og engagement – og vi kan altid bruge folk der er villige til at gøre en indsats</li> </ul> <p>I LSH er der plads til alle. Vi arbejder hårdt på at alle børn og unge skal føle sig godt tilpas i vores klub og det er vigtigt for os, at du som spiller og I som forældre, hjælper med til dette. Dette gøres ved at støtte op om det KÆMPE frivillige arbejde der gøres i klubben, og anerkender de mange frivillige, der gør en stor indsats for at få klubben til at "løbe rundt". Vi er som klub dog også meget afhængige af jer som forældre. Klubben har mange praktiske opgaver i løbet af en sæson, som det forventes at I er med til at løse. Disse opgaver er ikke til for at genere jer som forældre – de er et nødvendigt onde – for bliver de ikke løst, så kan klubben ikke eksistere. Vi har derfor en klar forventning om at ALLE forældre bidrager med deres hjælp i det omfang de kan.</p> <p>I LSH har vi en ambition om, at alle spillere skal have gode oplevelser både på og udenfor banen. Det betyder, at vi gerne vil gøre de gode spillere dygtigere og de supergode endnu bedre. Men det betyder også, at vi ind imellem ikke kan tilgode alle. Hvor end vi gerne ville.</p> <p>DGI's guide til, hvordan du støtter dit barn <a href="https://www.dgi.dk/artikler/guide-saadan-stoetter-du-bedst-dit-barn">https://www.dgi.dk/artikler/guide-saadan-stoetter-du-bedst-dit-barn</a></p>
<p>Forventning til trænere</p>	<p>LSH ønsker at skabe et godt miljø at være træner i.</p> <p>Som træner i LSH får du bl.a. mulighed for;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ At deltage i alle relevante håndboldkurser.</li> <li>○ At få mulighed for personlig udvikling</li> <li>○ At opleve klubånd, fællesskab og en masse gode oplevelser</li> </ul> <p>LSH forventer;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ At du kender, forstår og efterlever LSH's visioner og værdier.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>o At du udover at skabe bedre håndboldspillere til glæde for børnene, men også for klubben, også er med til at skabe et godt socialt samvær imellem spillere/ledere.</li> <li>o at du er punktlig og præcis.</li> <li>o at du ved sygdom eller anden fravær fra træning/kamp skaffer en kompetent afløser. Overvej at bruge en af dine trænerkolleger som afløser.</li> <li>o at du har en høflig og korrekt opførsel i forbindelse med træning/kamp/møder m.v. inden for håndboldsporten.</li> <li>o at der er ro og orden før/under/efter din træning.</li> <li>o at du deltager i trænermøderne 2 gange om året.</li> <li>o at du bakker op om de andre trænere i klubben. Hjælp hinanden.</li> <li>o at du tænker på dit sprogbrug – positiv tilgang skaber positive mennesker</li> <li>o at du accepterer, at du er rollemodel for børne- og ungdomsspillerne i vores klub</li> </ul> <p><b>Praktik</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>o at du gør dig bekendt med Klubmodul</li> <li>o at du sørger for, at alle spillere er oprettet som medlem i LSH</li> <li>o at du indkalder til minimum 1 forældremøde pr. sæson og at et af møderne ligger inden august/september måned.</li> </ul> <p>LSH's bestyrelse fastsætter årligt en omkostningsgodtgørelse for vores frivillige trænere.</p>
Tøj	<p>LSH stiller tøj til rådighed når holdene skal spille kamp. Disse trøjer er klubbens ejendom og må derfor ikke bruges i privat regi. Når et hold er færdige med at spille kamp, skal tøjet vaskes og gøre klar til næste kamp. Denne opgave går på skift mellem spillerne på de enkelte hold og aftales på det enkelte hold.</p>
Økonomi	<p>LSH har en sund økonomi. Det er vi meget stolte af, men der bliver blandt spillere og forældre også arbejdet hårdt på at hjælpe til ved de mange aktiviteter vi er en del af. Dette er med til at sikre at klubben har gode indtægter, som er nødvendige, for det er ikke billigt at drive en håndboldklub.</p> <p>Klubbens regnskaber kan rekvireres ved at kontakte klubbens kasserer: Per Lynglund mail: <a href="mailto:lshfinans@lynglund.dk">lshfinans@lynglund.dk</a></p>
Kontingent	<p>Kontingentet dækker perioden 01.09 – 30.08.</p> <p>Ved indmeldelse i perioden 01.02 - 30.04 betales halvt kontingent.</p> <p>Hvis indmeldelse i klubben sker efter 01.05, betales der et symbolsk beløb (pt. 1% af det samlede kontingent) indtil 30.08.</p> <p>Der er 1 måneds prøvetid, hvor du kan se om håndbold og LSH er noget for dig.</p> <p>Du skal være medlem for at kunne spille kampe og deltage i træning.</p> <p>Hvis du er træner, skal du ikke betale kontingent, for det hold du selv spiller på.</p> <p>Hvis du har behov for at opdele din kontingentbetaling i flere rater, kan du kontakte klubbens kasserer Per Lynglund på <a href="mailto:lshfinans@lynglund.dk">lshfinans@lynglund.dk</a></p>

Dækning af udgifter	<p>LSH dækker bl.a. følgende udgifter:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Et sæt kamptøj pr. turneringshold</li> <li>o Rimelige udgifter if. træner- og forældremøder</li> <li>o Omkostninger til dommere i træningskampe (100 kr. pr. kamp eller efter aftale – det anbefales at kontakte en af de dømselv-dommere, der er tilknyttet klubben)</li> <li>o Holdgebyr til stævner</li> <li>o Harpiks (2 bøtter pr. turneringshold)</li> <li>o Isposer (Klubben har et antal poser – Kontakt Dennis Hønholt på <a href="mailto:dennis@lsh.dk">dennis@lsh.dk</a>.</li> <li>o Deltagergebyr til kurser for alle trænere og hjælpetrænere (LSH's bestyrelse skal godkende kurser, der koster over 1.000 kr.)</li> <li>o Adgang til motionsrum i Smørum Hallen, for U15 og ældre</li> <li>o Turneringsadministration (HRØ/DGI/DHF)</li> <li>o Omkostningsgodtgørelse til trænere</li> <li>o Bolde</li> </ul>
Sponsorer	<p>I Ledøje-Smørum Håndbold (LSH) er vi så privilegerede at mange trænere, forældre og spillere hjælper til med de mange opgaver i klubben. Men udover dette fantastiske frivillige arbejde har vi brug for økonomiske ressourcer for at nå vores sociale og sportslige mål. Derfor har vi altid plads til nye sponsorer til vores mange dygtige hold og aktiviteter.</p> <p>Et sponsorat i LSH kan tilpasses ethvert budget, da hver en krone tæller for os.</p> <p>Hvis du ønsker at blive sponsor, har generelle spørgsmål eller kunne være interesseret i at være en del af sponsorarbejdet i LSH, er du meget velkommen til at kontakte sponsorudvalget i LSH.</p> <p><b>Sponsorudvalg</b> Flemming Krag-Nielsen, mail: <a href="mailto:formand@lsh.dk">formand@lsh.dk</a></p>
Forsikring	<p>Som spiller i LSH er du IKKE dækket af en klub forsikring. Det er derfor vigtigt at I har en fritidsulykke forsikring der dækker ved deltagelse i idrætsaktiviteter. Ved tvivl så kontakt eget forsikringsselskab.</p>
Transport til kampe og stævner	<p>LSH forventer, at forældre, der transporterer børn og andre i regi af LSH overholder færdselsloven og er yderst betænksomme i deres adfærd i trafikken.</p> <p>Specielt henledes opmærksomheden på overholdelse af fartgrænser samt benyttelse af seler.</p> <p>LSH forventer, at forældre udviser en "nul tolerance politik" for indtagelsen af alkohol i forbindelse med transport af børn og andre i regi af LSH.</p>
Stævner	<p>LSH opfordre til at holdene deltager i stævner. Det er op til det enkelte hold at vurdere, hvilke stævner de vil deltage i. Der opfordres dog til, at så mange hold som muligt deltager i samme stævne, for at styrke sammenholdet på tværs af holdene.</p> <p>Deltagerbetaling for stævnerne håndteres gennem LSH's hjemmeside og oprettes gennem Klubmodul.</p>

Motionsrum / styrketræning	<p>LSH har adgang til motionsrummet i Smørum Hallen og holdets træner kan kontakte LSH's kasserer og ønske adgang.</p> <p>Det er – som udgangspunkt – kun holdene fra U15 og ældre, der kan få adgang.</p> <p>Træneren skal være godkendt til at undervise i styrketræning. Kontakt Dennis Hønholt på <a href="mailto:dennis@lsh.dk">dennis@lsh.dk</a></p> <p>Træner har ansvaret for, at udstyr og lokale behandles ordentligt og at ordensreglerne for rummet overholdes og skal altid være i rummet sammen med spillerne.</p>
Materialerum	<p>I bold- og materialerummet forefindes en masse forskelligt udstyr til en sjov og varieret træning. Spillere kan få adgang til rummet ved at låne en nøgle af træneren.</p> <p>Vi forventer at alt leveres tilbage på sin plads, så andre hold også kan få gavn af tingene.</p> <p>At holde orden i rummet er en fælles opgave, så venligst udvis respekt for klubbens øvrige medlemmer og træner.</p>
Børneattester	<p>LSH rekvirerer børneattester på alle klubbens trænere, der træner børn i alderen 0-15 år.</p> <p>Læs mere om børneattest: <a href="https://www.borger.dk/politi-retsvaesen-forsvar/Politi/Boerneattester">https://www.borger.dk/politi-retsvaesen-forsvar/Politi/Boerneattester</a></p>
Håndstøtten	<p>Håndstøtten har til formål at skaffe midler til arbejdet for primært håndbold-ungdommens fælles aktiviteter, oplevelser og udvikling.</p> <p>Læs mere her: <a href="https://www.lsh.dk/cms/ShowContentPage.aspx?ContentPageID=29">https://www.lsh.dk/cms/ShowContentPage.aspx?ContentPageID=29</a></p>
Betingelser for betaling af kontingent og personoplysninger	<p>Læs mere her: <a href="https://www.lsh.dk/cms/ShowContentPage.aspx?ContentPageID=2">https://www.lsh.dk/cms/ShowContentPage.aspx?ContentPageID=2</a></p>
Vedtægter	<p>Ledøje - Smørum Håndbold er medlem af Egedals IdrætsFællesskab og følger deres vedtægter</p> <p>Læs mere her: <a href="https://www.lsh.dk/cms/ShowContentPage.aspx?ContentPageID=36">https://www.lsh.dk/cms/ShowContentPage.aspx?ContentPageID=36</a></p>