



# Välkommen!

**Ledarmöte Hofors AIF**

**2021-02-24**

**Kl. 19.00-20.30**



- **Nuläge Covid**
- **Information från styrelsen**
- **Policydokument**
- **Spelarutbildningsplan**
- **Årsmöte**
- **Säsongen 2021**
- **Övriga frågor**





# Nuläge Covid 19

Uppdaterad: 23 februari 14:15

Den 18 februari 2021 förtydligade regeringen att kommuner och regioner inte bör hålla idrottsanläggningar som omfattas av bindande smittskyddsregler genom Covid-19-lagen stängda. Det möjliggör även för personer födda 2001 och tidigare att delta i viss gemensam träning både inomhus och utomhus. Det är dock kommunen eller regionen i fråga som beslutar om en anläggning ska hållas öppen.



## Nuläge Covid 19

Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd gäller i hela landet. Var och en har ett ansvar för att skydda sig själv och andra mot smittspridning. Verksamheter – som idrotten – ska vidta lämpliga åtgärder för att undvika smittspridning. Vissa av råden gäller specifikt för idrottsrörelsen. Idrotts- och fritidsaktiviteter är viktiga för folkhälsan men bör bedrivas på ett sätt som minimerar risken för smitta. **Personer födda 2001 eller tidigare bör därför vid sådana aktiviteter:**

- hålla avstånd till varandra,
- inte dela utrustning med varandra,
- när det är möjligt genomföra aktiviteten utomhus,
- undvika gemensamma omklädningsrum,
- resa till och från aktiviteten individuellt, och
- utföra aktiviteten i mindre grupper.



# Nuläge Covid 19

## Personer födda 2002 och senare

Råden som nämns ovan gäller inte personer som ägnar sig åt yrkesmässig idrott eller barn och ungdomar födda 2002 och senare. Ändringen innebär att det nu är möjligt för ungdomar i gymnasieåldern att återuppta sina träningar i organiserad form, inomhus och utomhus.

Däremot gäller fortfarande det allmänna rådet till idrottsföreningar. Föreningar inom idrott, kultur och fritid bör enligt Folkhälsomyndighetens allmänna råd:

- när det är möjligt hålla träningar och andra aktiviteter utomhus
- minimera antalet personer som närvarar samtidigt eller på annat sätt undvika trängsel
- avstå från att ordna eller delta i läger, matcher, cuper och andra tävlingar, med undantag av sådan idrott som är yrkesmässig eller enstaka tävlingar eller matcher som riktar sig till barn födda 2005 och senare.

**Ungdomar födda 2002-2004 får alltså träna men inte tävla eller spela match, inte ens enstaka tävlingar eller matcher.**



## INFORMATION FRÅN STYRELSEN

- Blicka framåt!
- Ekonomi
- Träningsavgifter friidrott/fotboll
- Utdrag ur belastningsregistret
- Ledartröja 2021
- Medlemsveckor Errea/sportgrossen
- Motionsbingo
- Loppis
- Bingolotter i Påsk
- Insamling av pant i augusti
- John Källbergs ungdomsstipendium 2021
- Idrott för äldre april o maj 2021
- Föreningsdomarutbildning våren 2021







## Vår verksamhet jan-dec 2020, antal träningar/matcher/aktiviteter i laget.se

### Fotboll

Barn/ungdom 616 st.

Senior. 315 st.

### Friidrott

Barn-ungdom 39 st.

Löpgrupp 10 st.

Fredagsbollen 19 st.

Stålkompisarna 28 st

Motionsbingo 26 st

Totalt: 1053 st.





Policydokument Hofors AIF

## Spelarutbildningsplan





Årsmöte 2/3 2021

Kl.18.00

Det går att delta både på kansliet  
(begränsad plats) och via Microsoft  
Teams (dator eller telefon)

Föreningens högsta beslutande organ!



# Säsongen 2021

Lag, träningsgrupper och övriga aktiviteter i vår verksamhet

Friidrottsträning/tävling/löpgrupp

Knattefotboll barn födda 2015

Mostafa Akhlagi

F 11-14 (ev. 2 st. grupper) sammandrag. Annika, Johan, Mikael

P 12/13 sammandrag Magnus, Mikael, Thamores

P 11/12 seriespel Daniel, Mikael

F 09/10 (2 lag) Anna, Gabbe, Mikael

P 09/10 seriespel Johan, Roger

P 08 seriespel Niklas, Daniel, Magnus,

P 06/07 seriespel Jonas

F 07/08 seriespel Mikael, Mattias

P 16 seriespel Daniel, Fahad

F 16 seriespel Johanna, Ida, Magnus

Div 6 Kirya, Felix

Div 4 Jimmy, Stoffe, Roger

Div 3 dam Mats, Marcus, Stefan, Sandra



# Säsongen 2021

Lag, träningsgrupper och övriga aktiviteter i vår verksamhet

- Stålkompisarna
- Fredagsbollen
- Motionsbingo
- Idrott för äldre
- HAIF-stugan



# RIKTLINJER FÖR FYSISK AKTIVITET 2020



- Barn och ungdomar**  
5-17 år
-  Minst 60 min moderat till hög intensitet aktivitet per dag, mestadels aerob fysisk aktivitet (FA).
  -  Högintensiv aerob FA och ben- och muskelstärkande träning ska genomföras minst 3 ggr/vecka.
  -  Begränsa andelen tid sittande och i synnerhet tid framför en skärm.
- 
- Vuxna**  
18-64 år
-  Alla ska utföra kontinuerlig FA bestående av 150-300 min moderat aerob FA eller 75-150 min högintensiv aerob FA/vecka.
  -  Muskelstärkande träning på moderat eller högre intensitet som involverar stora muskelgrupper, 2 eller fler dagar/vecka.
  -  Vuxna kan öka dosen av träning till över 300 min moderat intensitet eller över 150 min högintensiv aerob träning under veckan för ökade hälsovinster.
  -  Begränsa andelen sittande och ersätt med FA (oavsett intensitet). För att minska de negativa effekterna av långvarigt stillasittande rekommenderas ytterligare moderat- högintensiv aerob FA.
- 
- Äldre vuxna**  
65 år eller äldre
-  Varierad FA med fokus på funktionell balans och styrka på minst moderat intensitet minst 3 ggr/vecka. Målsättning att öka funktionell förmåga och minska risken för fallskador.
  -  Samma riktlinjer för stillasittande som för vuxna.







## VI är föreningen

Alla som på något sätt är med i verksamheten, antingen som aktiv, tränare, förälder, styrelse, eller på något annat sätt arbetar i eller för föreningen, är HOFORS AIF.

Det är VI TILLSAMMANS som gör föreningen till vad den är, och det är VI som skapar ett klimat och förhållningssätt till varandra där respekt, trygghet och tillit är rådande.

#viärhaif



- **Nästa ledarträff!**



**Lördag 24/4**

**Teori och praktik SPELARUTBILDNINGSPLAN**

**GFF**

**Urban Ivarsson**

### **Vision**

**Hofors AIF – Mer än en idrottsförening.**

### **Värdegrund**

Föreningens värdegrund bottenar i fyra grundpelare som är utgångspunkten för vad det innebär att vara en HAIFARE.

### **HAIF-hjärtat**

symboliseras av stolthet för föreningen, gemenskap och en ömsesidig respekt för varandra.

### **Ansvar**

Vi tar ett gemensamt ansvar för att skapa en miljö där vi gör varandra bättre och vill varandra väl.

### **Inspiration**

Vi vill inspirera till träning och utveckling som skapar trygga individer både på och utanför idrottsarenan.

### **Framtid**

Genom delaktighet och engagemang skapar vi en hållbar framtid både sportsligt och ekonomiskt.

### **Verksamhetsidé**

Hofors AIF ska erbjuda en bredd av aktiviteter för alla invånarna i Hofors kommun oavsett förutsättningar. Vi verkar för att ge alla möjlighet till en meningsfull fritid.



**#viärhaif**