

2018/2019

HJÆLPETRÆNER-MAPPE

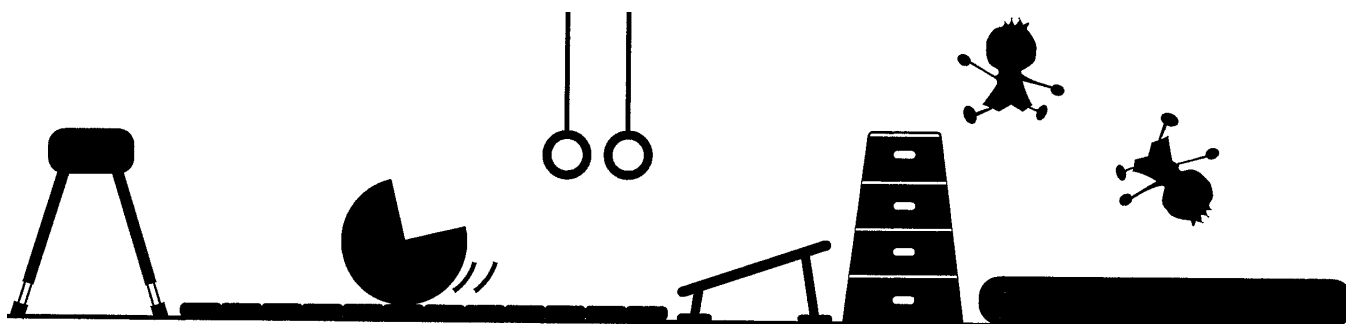


VALBY IF - GYMNASTIK

NAVN _____

Indholdsfortegnelse

En god start...	3
Bestyrelsen 2016/2017	3
Om VIF	4
VIF's målsætning	4
Forældreforeningen	4
Hjælpetræner i VIF	5
Backup - Vikar	6
Kurser	6
Vejledning	7
Økonomi	8
Årets hjælpetræner	9
Tilmelding, betaling, holdlister m.m.	9
Redskaber og modtagning	11
Mødetid m.m.	11
Opvisninger	12
Førstehjælp (kopi fra instruktørmappen)	13
Bekymring for et barns trivsel	14
Ved tyveri eller trusler	14
Forsikring	14
Kommunikation	14
Billeder	15
Sæsonstart	15
Skolernes ferie & fridage	15



En god start...

Du sidder med en ny udgave af Valby IF's hjælpetrænermappe. En mappe, som alle instruktører og hjælpetrænere – nye som gamle – gerne skulle have mest muligt gavn af.

I mappen finder du både praktiske informationer, men også hjælp og gode idéer. Mappen kan således fungere, som en opslagsbog og være til hjælp i det daglige foreningsarbejde. Yderligere information kan findes på vores hjemmeside: www.valbyif.dk.

Valby IF er din forening, hvor du har stor mulighed for at få dine ønsker igennem. Så er der en idé, du går og tumler med, noget du ønsker, eller noget du mener, burde være anderledes, så henvend dig til bestyrelsen – vi vil gøre, hvad vi kan, for at finde en løsning.

Vi glæder os til den nye sæson og håber, at vi sammen får mange gode oplevelser i Valby IF.

BESTYRELSEN 2018/19

Bestyrelsen kan kontaktes via bestyrelsen@valbyif.dk. Vi bestræber os på at svare mails dagligt. Ligeledes kan bestyrelsen kontaktes via formand og kasser Michael Gløde på nedenstående tlf. nummer. ALT henvendelse ang. dit hold bør dog gå gennem de instruktøransvarlige, Mona Carlslund, Nicki-Gean Lefevre eller holdts kontaktperson. Vi beder jer om IKKE at udlevere nedenstående telefonnumre til forældrene, men har de brug for at henvende sig til bestyrelsen, bør de skrive til bestyrelsen@valbyif.dk.

Bestyrelsesmedlemmer

Michael Gløde, +45 21441441	Administrative opgaver, kasserer
Mie Jacobi Heinskov	Uddannelse, foreningstøj
Mona Carlslund	Instruktørkontakt, sæsonplanlægning
Julie Hagen Bøgevig	Sociale tiltag
Nicki-Gean Lefevre	Instruktørkontakt, netværkssamarbejde IT,
Thomas H. Andersen	Hjemmeside og Facebook

Suppleanter og VIF Supportere

Pernille H	VIF Supportere, kurser
Søren Vinther	Koder og nøgler til VAS og Handssted
Henrik Olsen	Redskaber og førstehjælpskasser

Faglige konsulenter

Anders Keun Nielsen	Redskaber
Tina Krogh	Sæsonplanlægning, administrative opgaver

Om VIF

Valby Idrætsforening er en gymnastikforening hovedsagligt med børnegymnaster. Foreningen holder til i Valby med træning i prøvehallen og på lokale skoler i Valby.

I denne sæson holder vi til på Hansted skole, Prøvehallen, Vigerslev Allé Skole og i DGI-Byen.

Vi er en forening, der blev startet af en gruppe forældre i 1999. Året før startede DGI-Storkøbenhavns "Storby-projekt", der blev iværksat, fordi undersøgelser viste, at storbyens børn var de mindst aktive børn i landet. Projektet havde det mål for øje at få flere børn til gymnastik, og det er med den baggrund VIF startede, og i den ånd vi gerne vil fortsætte mange år fremover. I år har vi lavet et lidt specielt tiltag og er gået med i en landsdækkende drengesatsning for at få flere drenge til gymnastik.

VIF's målsætning

Foreningens oprindelige formål er under inspirerende former at give bydelens borgere mulighed for motion, leg og bevægelse i givende samvær med andre, og foreningen håber, at Valby Idrætsforening – VIF – bliver samlingspunkt for børn og voksne. Der skal motioneres, og skabes mulighed for at børn og voksne kan dygtiggøre sig indenfor gymnastikken, men fællesskab, hygge og samvær skal der også være tid og plads til.

Som årene er gået er ovenstående formål rent faktisk opnået – vi giver mulighed for sjov motion til børn og voksne, vi udbyder en kvalitativ undervisning i gymnastik, og vi synes, at instruktørerne gør et inspirerende og meget flot stykke arbejde. Derfor vil de kommende år byde på udvikling og dynamik, hvor vi som bestyrelse sammen med instruktørerne, foreningens gymnaster og forældre, vil arbejde for at skabe et stærkere fællesskab og et højt fagligt undervisningsniveau i Valby IF.

Kontaktperson og VIF-Supportere

Der er ikke i år tilknyttet en kontaktperson til de enkelte hold – helt konkret fordi det ikke har været muligt at få bestyrelsesmedlemmer nok til opgaven. Derfor har bestyrelsen en instruktørkontakt eller en holdleder som I bedes henvende jer til, hvis der er noget omkring jeres instruktørrolle eller jeres hold i foreningen. Ligeledes har Valby IF oprettet VIF Supportere, bestående af frivillige familier der står klar til at hjælpe med praktiske opgaver.

Initiativet går ud på at bidrage til samarbejdet mellem bestyrelse, instruktører og forældre i Valby IF, så vi anvender vores ressourcer og styrker bedst muligt. Formålet fra vores side er at VIF supportere kan hjælpe til med mange af de praktiske opgaver, der er i løbet af en sæson, således du som instruktør kan fokusere på træningen. Om det er hjælp til opvisningstøj, bidrag til opbygning af redskabsbane på dit hold, kagebagning til juleafslutning eller håndtering af 'praktikken' i forhold til opvisningen, arrangere ekstra træninger, weekendture, det praktiske vedr. stævner eller noget helt andet, det er op til dig.

Forældrene har været yders positive over dette nye tiltag og står klar til at hjælpe. Kontakt VIF supportere via bestyrelsen@valbyif.dk.

Hjælpetræner i VIF

Følgende sider giver et indblik i, hvad det indebærer at være hjælpetræner i VIF. Kort opstillet ser vores forventninger til dig som hjælpetræner således ud:

Vi forventer at du som hjælpetræner:

- 1 Læser denne hjælpetrænermappe igennem sammen med dine forældre.
- 2 Du bidrager til at give gymnasterne en rigtig god oplevelse til træningen.
- 3 At du har en god kontakt til gymnasterne og kender deres navne.
- 4 At du melder afbud til din instruktør, hvis du er forhindret i at deltage i træningen.
- 5 At du kan skabe dig et overblik i træningen og hjælper de børn, der er kede af det eller, der har slået sig og trøster dem.
- 6 At du kan skabe et overblik og blande dig med de børn, der "laver ballade".
- 7 At du i løbet af sæsonen bliver i stand til selvstændigt at stå for opbygning en på forhånd aftalt redskabsbane og kunne lave en forsvarlig modtagning.
- 8 At du deltager i de planlagte opvisninger.
- 9 At du er positiv indstillet og hjælper i foreningssammenhænge, hvor du kan.
- 10 At du har en god kontakt og en god tone i samarbejde med din instruktør.
- 11 At du svarer på e-mails, sms'er eller ringer tilbage på telefonopringninger.
- 12 At du deltager på kurser efter aftale.
- 13 At du deltager på instruktørdage/møder, generalforsamling og foreningsdage.

Udover dette håber vi, at du som hjælpetræner sammen med dine forældre vil komme med gode ideer og give bestyrelsen for Valby IF konstruktiv feedback, hvis der er noget, I synes ikke er hensigtsmæssigt. Vi er til for at hjælpe og lytte til jer.

Det er instruktørerne der har det overordnede ansvar for holdet, mens det er hjælpetrænerens rolle, at supplere i træningen. Hvor meget hjælpetræneren skal lave og stå for på holdet aftales indbyrdes mellem instruktørkontakten, instruktøren og hjælpetræneren. Det er vigtigt at du som hjælpetræner ikke påtager dig større opgaver end du kan overkomme. Hvis du bliver usikker eller synes der er noget du ikke er tryk ved eller forstår, så tal med dine forældre om det og henvend jer sammen til instruktøren.

I kan også henvende jer til bestyrelsen på bestyrelsen@valbyif.dk.

Af instruktørerne forventer vi:

- 1 At de læser deres instruktørmappe igennem.
- 2 At de læser hjælpetrænermappen igennem.
- 3 At de giver deres gymnaster en rigtig god oplevelse til træningen.
- 4 At de udbyder en kvalitetsfuld træning med henblik på børnenes motoriske udvikling.
- 5 At de har en god kontakt til deres gymnaster og kender deres navne.
- 6 At de melder afbud til deres gymnaster og hjælpetrænere i god tid.
- 7 At hvis de benytter en vikar til træningen er alle hjælpetrænere informeret om dette i god tid inden træningen.
- 8 At de har en god kontakt, og er et godt forbillede for jer som hjælpetrænere.
- 9 At de deltager i VIF's opvisning sammen med jeres hold, og gerne i flere opvisninger.
- 10 At de er positiv indstillet og hjælper i foreningssammenhænge, hvor de kan.
- 11 At de kontakter bestyrelsen, hvis de oplever problemer eller vanskeligheder på jeres hold. Enten med børn eller forældre.
- 12 At de svarer på e-mails, sms'er eller telefonopringninger.
- 13 At de deltager på relevante kurser.
- 14 At de deltager på instruktørdage/møder, generalforsamling og foreningsdage.

Backup - Vikar

Som noget nyt vil vi i år arbejde med, at hvert hold har en backup-instruktør, der kan træde til, hvis en instruktør bliver syg eller på anden vis forhindret i at komme til en træning. Alle instruktører opfordres derfor til at udarbejde en "Vikar-mappe" med en holdoversigt og en træningsplanlægning, som "vikaren" kan benytte. Alle hjælpetrænere skal vide besked i god tid, hvis der er en vikar der overtager træningen. Ligeledes bør instruktøren tale med hjælpetrænerne om hvad der skal ske i den træning, hvor der er vikar.

Kurser

For at opretholde et højt fagligt niveau i VIF er det nødvendigt, at instruktørerne og også du som hjælpetræner løbende uddanner dig. Derfor ser vi gerne i foreningen, at alle både hjælpetrænere og instruktører har lyst til at uddanne sig.

Vi har sendt dig et kursusforslag, som vi tænker ville være et godt kursus for dig. Tal med nogle af de andre hjælpetrænere om at I evt. kan tage af sted sammen på kursus. Tal også med dine forældre om det og meld tilbage til os om du hvilket kursus du ønsker at deltage på.

Du har selvfølgelig ingen udgifter i forbindelse med kurset. Transporten til kurset betaler du i første omgang selv. Du finder en rimelig transportform, hvilket ikke er 1. klasse med DSB eller et fly til Jylland. Efter kurset dækker foreningen dine transportudgifter ved, at du afleverer dine bilag til Michael Gløde. Bliver du kørt i bil, vil dine forældre kunne få kørselspenge efter statens takst. Hvis I er flere, der skal følges på et kursus, opfordrer vi til, at I kører sammen.

Tilmelding kurser

For spørgsmål eller tilmelding til kurser m.m. skal du skrive til bestyrelsen@valbyif.dk

1. Tilmeld dig et kursus ved at besvare vores mail eller ved at sende en mail til ovenstående adresse med kursusbeskrivelsen af det kursus du gerne vil på.

Vi tilmelder dig kurset og skriver til dig, når du er tilmeldt. Du hører derefter ikke mere fra os, men modtager informationer via mail fra arrangøren om tid og sted og nærmere oplysninger.

Når du har været på kursus

Efter kurset har fundet sted, er det meget vigtigt, at du sender følgende til vores kasserer Michael Glöde:

1. Kopi af et gyldigt kursusbevis samt et kopi af kursusprogrammet og deltagerlisten.
2. Eventuelle kvitteringer på transport.

Dette skal du aflevere hurtigst muligt og helst førstkommande hverdag efter kurset da dette er afgørende for, om vi kan få tilskud til kurset. Efterfølgende vil du modtage de penge, du har lagt ud. Pengene vil blive indsat på det kontonummer, du har påført din instruktørkontrakt.

Hvis du ikke afleverer de ovennævnte bilag, forbeholder vi os retten til at modregne beløbet i dit "honorar". Det samme gør sig i øvrigt gældende, hvis du har tilmeldt dig et kursus og udebliver uden grund eller afbud.

Vejledning

Vi har en vision om at skabe en vejlederordning for alle vores hjælpetrænere, hvor en erfaren instruktør kommer og ser hvordan du fungerer på holdet og efterfølgende giver dig nogle gode råd, ideer m.m. til hvordan du kan blive en endnu bedre hjælpetræner. Du og dine forældre vil selvfølgelig blive orienteret om dette inden. Du aftaler dette med din instruktørkontakt og din instruktør på holdet.

Økonomi

Vi har i den nye bestyrelse, tiltrådt april 2018, drøftet at omlægge omkostningsvederlaget således, at dette er fastsat efter, hvor mange hold man er hjælpetræner på. Ved sæsonstart vil du sammen med Michael Glöde udfylde en kontrakt.

Vederlaget dækker udgifter til tøjvask, musik, telefon, tøj o.a. i forbindelse med instruktørjobbet. Vederlaget er skattefrit, og vi skal ikke have kvitteringer fra dig.

Hjælpetrænerhonorar

Omkostningsvederlag udbetales ved sæsonafslutning, hvis man er hjælpetræner på et hold. Er man hjælpetræner på flere hold udbetales det i 2 rater ved jul og sæsonafslutning.

Derudover har alle instruktører, instruktørbørn og hjælpetrænere fri kontingent på et hold i foreningen. Dette repræsenterer også en værdi. Mini-hjælperer har ikke fri kontingent.

Opvisningstøj

I kontingentet er der afsat 150 kr. pr. gymnast til opvisningstøj inkl. fragt m.m. Hvis opvisningstøjet kommer til at koste mere, skal gymnasterne selv betale det resterende beløb. Hvis dette er tilfældet skal det på forhånd aftales med bestyrelsen. Som hjælpetræner må du ikke stå for bestillingen af opvisningstøj med mindre dette er aftalt med bestyrelsen. Men du må meget gerne være med til at vælge opvisningstøj til jeres hold.

Udgifter til jule- og sæsonafslutning

Vi opfordrer til at man ved jule og sæsonafslutning benytter de mange viif-supportere til at bage kage, købe juice, pakke snackposer m.m. Hjælpetrænere må ikke have et udlæg med mindre dette er aftalt med bestyrelsen. Hjælpetrænerne må ikke stå for at indkøbe noget til afslutninger med mindre dette er aftalt med deres forældre og bestyrelsen.

Årets hjælpetræner

Som hjælpetræner har du mulighed for at blive årets hjælpetræner. Denne titel gives til en eller flere hjælpetrænere, der i årets løb har gjort en ekstra indsats og samtidigt udviklet sig meget gennem året. Det er din instruktør der sammen med bestyrelsen indstiller dig til denne titel. Med denne titel følger en lille anerkendelse ved årets gymnastikopvisning.

Der er ligeledes mulighed for at din instruktør kan indstille dig til at deltage på det årlige Vingstedkursus.

Holdbeskrivelser, facebook m.m.

Alle holdbeskrivelser, fordeling af træningstider, og beskrivelser af instruktører og hjælpetrænere kan ses på Valby IF's hjemmeside og facebook. Der bliver taget et billede af dig på instruktørmødet. Dette er primært for, at vores medlemmer har en chance for at læse om de forskellige hold, tale med deres børn om hvilke hold, de kunne tænke sig at gå på samt at forældre har en mulighed for at stille spørgsmål til bestyrelsen.

Instruktørerne har en lukket Facebook gruppe som dine forældre gerne må være med i, så de kan følge lidt med på, hvad der sker i foreningen.



Prøveperiode, tilbagebetaling af kontingent

For alle medlemmer gælder en prøveperiode på tre uger fra sæsonstart – hvilket vil sige tre træningsgange fra første træning. Hvis man fortryder indenfor denne periode kan man ved henvendelse til bestyrelsen få sit kontingent retur såfremt, der er et andet medlem på ventelisten, der kan overtage pladsen.

Hvis man efter den nævnte prøveperiode og inden 3 måneder vælger at stoppe, kan man med en begrundelse for ikke at fortsætte på holdet henvende sig til bestyrelsen og høre, om det er muligt at få en del af sit kontingent retur, såfremt der er venteliste på holdet. Efter tre måneder skal der helt særlige omstændigheder til at få noget af sit kontingent tilbage betalt. Disse sager behandles individuelt i bestyrelsen.

Børn, der kommer fra ventelisten, og starter på et hold har ligeledes samme fortrydelsesret som ovenstående medlemmer. Flytter de fra et andet hold i foreningen, kan de dog ikke komme tilbage på det hold, de er fraflyttet.

Holdbegrænsning

Til de fleste af vores hold har vi mange, der ønsker en plads. Det kan derfor være nødvendigt at sætte antals-begrænsninger på holdet. Det er instruktøren i samarbejde med bestyrelsen, der bestemmer, hvor mange gymnaster, der skal være plads til på det enkelte hold. Foreningen stræber dog efter, at de fleste hold har min. 26 gymnaster på holdet.

Holdlister og ventelister

Din instruktør vil inden første træning få udleveret holdlister. Hjælp gerne din instruktør med, at holde øje med, om alle de gymnaster, I har på jeres liste også møder op til træning - eller hvis der møder børn/voksne op, der ikke er påført den udleverede liste.

Hvornår lukker et hold

Indimellem har vi desværre ikke altid nok gymnaster til et hold. Hvis der ikke er deltagere nok til at finansiere et hold, er det bestyrelsen sammen med instruktørerne, der beslutter, om et hold skal lukkes. Hvis et hold skal lukkes bliver du kontaktet af en fra bestyrelsen.

Redskaber og modtagning

Vi forventer at du sammen med din instruktør gør jeres gymnaster opmærksomme på, at de skal håndtere vores redskaber ordentligt. Ligeledes at du som hjælpetræner ikke "leger" på redskaberne mens der gives beskeder m.m. af instruktøren. Du skal være et forbillede for jeres gymnaster.

Du skal altid aftale med din instruktør hvilke redskabsbaner du har ansvaret for og må ikke stå og modtage ved en bane, hvis du ikke inden har fået lært/vist hvordan modtagningen korrekt skal foregå. Ligeledes skal du have anvist hvordan din kropsstilling bør være i en korrekt modtagning, således at du ikke løfter rundt på jeres gymnaster og derved selv får skader.

Du må som hjælpetræner ikke alene uden hjælp slæbe store måtter ind og ud til div. redskabsbaner. Der aftales præcist med din instruktør, hvad du må og ikke må i forhold til din alder, højde og erfaring.

Redskaber bedes stå som anvist i hallen når I forlader træningen. Dette også selvom redskaberne ikke står som anvist når I ankommer til træningen. Hjælp altid med at rydde op inden du går hjem.

Mødetid m.m.

Det er vigtigt at du altid møder forberedt til træningen. Det vil sige at du altid møder senest ca 15 min før træningsstart. Du er altid omklædt og hvis du har aftalt med din instruktør at der er opgaver du står for, så har du forberedt disse hjemmefra.

Sørg altid for at sige goddag til gymnasterne og deres forældre når de ankommer til træningen. Hvis du modtager en besked ang. gymnasten så husk altid at videregive denne til din instruktør inden træningsstart. Sørg ligeledes altid for at sige tak for i dag inden du går hjem, således at din instruktør ved at nu smutter du.

Under træningen er det vigtigt at du er et godt forbillede for jeres gymnaster. Derfor er det vigtigt at du ikke står og snakker eller leger på redskaberne mens der gives beskeder. Ligeledes kan det være en stor fordel at du sætter dig hos de børn, der har tendens til at fjolle og ikke at høre efter, således at du hjælper instruktøren med at skabe ro i hallen.

Hvis der er børn der bliver kede af det under en træning ved at de enten slår sig eller savner deres forældre er det bl.a. også din opgave at trøste dem og tale med dem. Hvis du får brug for hjælp så gå hen til din instruktør og spørg om hjælp til problemet.

Opvisninger

Det forventes, at alle børnehold i VIF deltager i foreningens forårsopvisning. Ligeledes opfordres alle hold til at deltage i DGI-Storkøbenhavns forårsopvisning, der afholdes i marts måned.

Valby IF's opvisning afholdes den 6. april 2019 i DGI-byen.

Det forventes, at alle instruktører og hjælpetrænere deltager i det årlige opvisningsmøde. Datoen udsendes i starten af 2019.

Opvisningen er ikke konkurrence og for de fleste hold gælder det bare om at vise, hvad man har lavet i løbet af sæsonen. Hvert hold har 15 min. på gulvet, dette er inkl. redskabsbaner ud og ind.

Som hjælpetræner forventer vi at du er tilstede sammen med dit hold på hele opvisningsdagen og hjælper gymnasterne med at finde rundt m.m.

Nærmere information om opvisningen kommer på opvisningsmødet primo 2019.

Instruktørdag og møder

Vi forventer at du møder til vores årlige foreningsdag for alle instruktører og hjælpetrænere. Ligesom det er vigtigt at du kommer til de møder du bliver indkaldt til, dette gælder også generalforsamlingen. Er du forhindret bedes du melde afbud så snart du modtager indbydelsen til sådanne events.



Førstehjælp (kopi fra instruktørmappen)

Nedenfor kan I læse lidt om førstehjælp – det er din instruktørs ansvar at have styr på dette, men det kan være en god ide at I sammen med jeres forældre, har læst nedenstående.

I alle træningslokaler/haller, vil der inden sæsonstart blive suppleret op, således at der er en lille forbindingskasse med det mest nødvendige udstyr. Skulle der ske større skader/ulykker, end hvad plaster, vand, isposer og omsorg kan klare, skal barnet selvfølgelig transporteres til en skadestue.

Hvis det ikke er akut, så vent til træningen er slut og vurder i samråd med forældrene, hvad der skal gøres. Er der brug for at ringe til 112, så lad altid en instruktør blive ved resten af holdet. På hold med kun en instruktør, overlad ansvaret for barnet til ambulancefolkene, og bliv selv ved holdet.

Medbring altid holdlisten til din træning, så du kan komme i kontakt med forældrene!

Ved mistanke om forstuvede fødder eller andet:

- Rest:** Stands aktiviteten, så det forstuvede led kommer i ro.
- Compression:** Læg et fast tryk på det skadede område; dette forhindrer blodudsivninger under huden. Senere kan det kombineres med isposer; f.eks. ved hjælp af et elastikbind.
- Ice:** Brug en ispose fra forbindingskassen. Den skal knækkes eller kastes mod gulvet, så den aktiveres. Der skal is på det skadede område minimum 20 minutter af gangen. Læg et tynd klæde (T-shirt eller lign.) mellem huden og isposen for at undgå forfrysninger på huden.
- Elevation:** Lad foden/armen hvile højt, helst over hjertehøjde.
- Mobilisering:** Det første døgn skal det skadede område holdes i ro. Derefter er mulige blodudsivninger stoppet, og det er nu vigtigt, at man mobiliserer leddet for at aktivere vene og lymfepumper. Dette gøres bedst med rolige kontrollerede bevægelser. Ved svære forstuvninger eller mistanke om skadet ledbånd kontaktes fysioterapeut eller læge før mobilisering påbegyndes.

Det sker heldigvis sjældent, at børn forstuver deres led, da de stadig er meget smidige. Hvis der er tale om, at noget er brækket i foden/håndleddet, går det for det meste ud over evnen til at bevæge tæerne/fingrene. Ved kraftig næseblod er det godt at give dem en sodavands-is, hvis det er muligt at skaffe en sådan.

Bekymring for et barns trivsel

Bliver du opmærksom på, at et barn på holdet ikke har det godt, tit græder eller du tænker at de har brug for en voksen at tale med, skal du staks tale med din instruktør om dette.

Ved tyveri eller trusler

I tilfælde af tyveri fra omklædningsrum eller hallen i forbindelse med træning kontaktes bestyrelsen eller Valby Nærpoliti straks herefter for at anmelde dette.

Valby Nærpoliti tlf.: 36 30 14 48

I tilfælde af at uvedkomne personer opholder sig og virker truende overfor jer eller jeres gymnaster skal jeres instruktør kontakte bestyrelsen eller politiet på ovennævnte telefon nr. eller ved akut behov for hjælp i situationen på Alarm: **112**.

Hvis uvedkomne personer med en generende adfærd opholder sig i forbindelse med jeres træning, bedes jeres instruktør straks kontakte bestyrelsen. Vi kan tage fat i det lokale SSP netværk. SSP netværket har til opgave at være opsøgende overfor unge i gade/lokalmiljøet og forebygge problemer og kriminalitet. SSP netværket er et samarbejde indgået mellem politi, skole og social forvaltning.

Forsikring

Instruktører, hjælpetrænere og bestyrelsesmedlemmer er dækket af en forsikring via DGI, hvis uheldet er ude og noget går i stykker. Derfor må du aldrig invitere en ven eller veninde med som hjælper til træningen med mindre dette er aftalt med din instruktør.

Hvis gymnasterne kommer til at ødelægge noget, er det deres egen ansvarsforsikring eller ulykkesforsikring, der skal dække dette.

Kommunikation

Ved sæsonstart vil du få udleveret en liste over alle instruktører og hjælpetrænere i foreningen. Derfor er det vigtigt at dine kontaktoplysninger er korrekte. Hvis du får ny mailadresse, flytter eller får nyt telefonnummer skal du huske at sende disse nye informationer til bestyrelsen@valbyif.dk.

Ved sæsonstart vil du sammen med dine forældre blive inviteret til et opstartsmøde i foreningen. På dette møde vil der blive skrevet kontrakt med dig som hjælpetræner og du og dine forældre vil have mulighed for at stille spørgsmål m.m.

Vi vil fra bestyrelsen være tilstede ved jeres første træning og komme på besøg igen i løbet af sæsonen. Derudover er du og dine forældre altid meget velkommen til at kontakte os med stort og småt via bestyrelsen@valbyif.dk.

Foreningens hjemmeside, www.valbyif.dk, indeholder mest information til medlemmer og forældre. Der vil løbende blive lagt nyheder op på hjemmesiden og på foreningens Facebookside.

Billeder

Hvis I gerne vil tage billeder af jeres træning og jeres hold og benytte disse på sociale medier eller lign. skal I bede gymnasternes forældre om tilladelse til at vise billederne i et "offentligt rum".

Sæsonstart

Sæsonstart er løbende i september 2018, tal med din instruktør om hvornår jeres hold starter. Opstartsmøde/brunch søndag den 2. september kl. 11-13 i kulturhuset.

Skolernes ferie & fridage

Alle skoler/haller	Efterårsferie, den 13.- 21. oktober (uge 42)
Alle skoler/haller	Juleferie, den 22. december - 3. januar 2019
Alle skoler/haller	Vinterferie, den 9. – 17. februar (uge 7)
Alle skoler/haller	Påskeferie, den 13. april. – 22. april (uge 16)

Som udgangspunkt er der ikke træning i skoleferierne, da vi ikke bør sætte børn og forældre i den klemme at de ikke kan komme til træning pga. ferie. Ligeledes er der ikke adgang til skolerne i ferierne.

Vi arbejder på at lave frivillig spring og gymnastikskoler i skoleferien, hvis vi kan få adgang til hallerne og I instruktører bakker op om dette. Sådanne arrangementer vil bl.a. blive tilbudt vores lange ventelister, således at de også kan få lov at snuse til gymnastikken.