



IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



Informasjon til foreldrekontakter





IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



Innhold

Velkommen som foreldrekontakt.....	3
Dugnader	4
Kiosk og hallansvar i Granehallen.....	5
Kiosk	5
Hallansvar	6
Sekretariat	7
Informasjon til foresatte om dugnader i Grane	9
Dugnad Granehallen	10
Dugnad Granehallen	11
Dugnad Granehallen	12
Oppskrift GRANEVAFLER.....	13





IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



Velkommen som foreldrekontakt

Vi setter stor pris på alle som bidrar i Grane, og spesielt viktige er foreldrekontaktene. Vi trenger engasjerte foreldre! Dette heftet inneholder nyttig informasjon for deg som foreldrekontakt, så gjør deg godt kjent med det.

Jobben til en foreldrekontakt er å være et bindeledd mellom trener og foreldregruppe i tillegg til å delegere oppgaver i forbindelse med dugnad som laget skal organisere.

Ved starten av hver sesong sendes det ut en oversikt med datoer der alle dugnadene er fordelt på alle lag. Det er lurt å sette opp dugnadslister for alle dugnadene i begynnelsen av sesongen så foreldrene kan få oversikt over når de skal stille opp på dugnad. Maler til dugnadslister finnes nederst i dette dokumentet.

Det er også viktig å presisere at foreldrene må bytte innbyrdes hvis datoene ikke skulle passe. Hvis hele foreldregruppa har oversikt over samtlige dugnader kan de lettere se hvem de kan bytte vakt med.

Husk å sende påminnelser om dugnad en uke eller noen dager i forkant av dugnaden.

Når et lag har ansvar for arrangementet i hallen er det påkrevd at hallansvarlig kjenner brannvernrutiner og rømningsveier. Grane organiserer gjennomgang og opplæring i dette ved sesongstart, og det er viktig at det er flere personer på hvert lag som kjenner rutinene så ikke den samme må være hallansvarlig hver gang.

Mange foreldregrupper lager Facebook- Messenger- eller What's app-grupper. Det gjør ofte kommunikasjonen enklere og mer effektiv. Som foreldrekontakt har du et særskilt ansvar for at slike grupper ikke brukes til å kritisere trenere, oppmenn eller enkeltspillere, det kan være nyttig å minne om dette når gruppa etableres.

De fleste trenerne bruker Spond til kommunikasjon om treninger og kamper, laguttak osv. I mange tilfeller er både foreldre og spillere på Spond, og den samme varsomheten når det gjelder hvilke ytringer som kommer, gjelder her.

Hver enkelt foreldregruppe avgjør helt selv hvordan de ønsker å kommunisere og på hvilke plattformer.



IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



På Grane sine hjemmesider ligger det informasjon om lagene, trenerne og styret i Grane håndball. Informer gjerne om siden, og oppfordre foreldre til å bruke den.

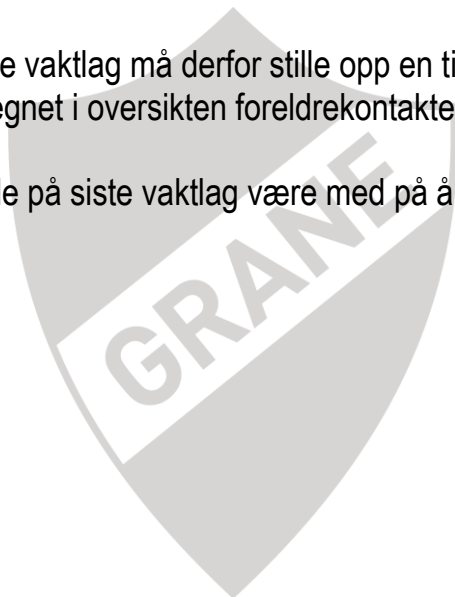
Dugnader

Det er tre typer dugnad i Grane; dugnader i Granehallen, Granes klubbdugnad og eventuell dugnad til inntekt for eget lag. Nedenfor følger en detaljert beskrivelse av oppgavene i Granehallen, det er også et informasjonsskriv til foreldre og foresatte om dugnadsarbeidet og forslag til dugnadslister som kan sendes eller deles ut til foreldrene.

Som regel kommer lagene som skal spille 30-45 minutter før kampene begynner. Der betyr at tilrigging må være ferdig minst 30 før første kamp, eventuelt at man klargjør kvelden i forveien hvis det er et stort arrangement.

De som er satt opp på første vaktlag må derfor stille opp en time før første kamp. Som regel er denne timen medregnet i oversikten foreldrekontakten får.

Etter arrangementet skal alle på siste vaktlag være med på å rydde, vaske og tømme søppel. Da går jobben fort.





IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



Kiosk og hallansvar i Granehallen

Ved alle arrangementer skal det være en kioskansvarlig og en hallansvarlig.

Hallansvarlig må møte 45 minutter før første kamp i hallen. Nøkler til hallen fås av Hans Erik Rødssæteren. Disse må hentes hjemme hos han. Telefon 95 48 00 59.

Kiosk

Kioskansvarlig møter hallansvarlig i god tid før kampstart og klargjør kiosken. Foreldrekontakten har ansvar for at det lages vaffelrøre tilsvarende 1 liter per spiller. Vurder litt hvor mange kamper og hvor lang kioskvakten er. Gjør deg kjent med branninstruksen som henger på ytterveggen i kiosken, så du vet hva du må gjøre hvis det skulle skje noe.

- Noen ganger lages det kaker i tillegg til vaffelrøre. Kakene skal da leveres i kiosken av de som har fått ansvaret for dette 15 min. før kampene starter
- Man henter pengeskrin i det lille rommet til venstre for trappen. Tell pengene og signer for innhold på oppgjørsskjema
- Kok opp pølsevann, start kaffemaskin og vaffeljern. Husk å sett på vifte til høyre på veggen for kaffetrakter – det er viktig å huske vifta så ikke brannalarmen går når man steker vafles
- Pølser og pølsebrød ligger i frysenskap inne i kiosken hvis ikke det er i kjøleskapet. Tin pølsebrødene på svak varme i ovnen
- Eventuelle rundstykker deles og smøres med smør, salat, agurk, 1 skive ost, 1 skive skinke og pakkes doble i gladpack
- Hvis det er toast, gjør klar noen få, og lag flere på bestilling
- Andre typer varer som frukt, nøtter e.l. gjøres klare i glass e.l.
- Grane bruker Vipps, plakat henger på kioskvindu.
- Ved dommerhonorar el. kontakt Hans Erik Rødssæteren mob. 95 48 00 59

Ved stenging av kiosken



IK Grane Arendal Håndball



Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap

- Husk å tømme søppel fra tribuner, garderober, toaletter og kiosk. Kastes i kontaineren bak hallen, kortveggen. Nye poser ligger i skuff ved fryser
- Etterfylle brus, sjokolade ol.
- Pengeskrinet med oppgjørslapp (se oppgjør av kassa) skal låses inn tilbake i samme rom. Pengene skal være telt opp, og oppgjøret legges i en brødpose sammen med oppgjørsskjema i skrinet
- Slå av lys og komfyr, trekke ut stikkontakter på kaffetrakter og vaffeljern Husk å skru av vifta. Vask utstyret og benkene.
- Oppgjør av kassa - kontantsalg skrives på skjema, underskrives av 2 personer. Pengeskrinet med penger og bilag settes i hylla i rommet under trappa.

Har man utlegg så føres det inn på oppgjørsskjema og penger tas fra kassa.

FORLAT KIOSKEN PEN OG RYDDIG.

Hallansvar

Det viktigste ansvaret til hallansvarlig handler om sikkerhet i hallen. Dersom brannalarmen skulle utløses, evakuering, om det skjer en ulykke som krever ambulanse e.l. skal hallansvarlig være leder i hallen.

Hallansvarlig skal kjenne til brannvernrutiner og rømningsveier. Det organiseres gjennomgang av dette ved sesongstart og ved behov. Branninstruks henger på ytterveggen i kiosken.

- Sjekk at lys er på i garderobene, at det er papir på toalettene og at det er poser i søppelbøttene. Tørkepapir og doruller finner dere i rommet ved siden av lystavla, nøkkel til dispensere henger i nøkkelskapet i kiosken.
- Lås opp nødutgang. Det er 1 nødutgang som må låses opp med en gang man kommer. En er stor grå metalledør i hallen.



IK Grane Arendal Håndball



Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap

- Sett fram en mopp, hvis det skulle bli sølt noe på banen. Mopp finnes i rommet til høyre når du kommer inn i hallen fra gangen. Ved behov for rene mopper, finner man dem i bøttekott ute ved utstysrommene (i enden av hallen og inn til høyre)
- Sjekk at målene er sikret med bolter til gulvet. Boltene ligger på rommet til høyre med en gang man kommer inn i hallen fra gangen (der moppen står) De små målene skal festes med kjetting i veggen.
- Ved turneringer for 6-8 og 9-10-åringer må det rigges til to baner på tvers. Legg en tjukkas i midten av hallen og sett benker til spillere og trenere til hver bane
- Når arrangementet er ferdig sjekkes garderobene for søppel o.l., lysene slukkes.
- Lås de to nødutgangene før hallen forlates, lås alle dørene som man har åpnet. Hallansvarlig er alltid den siste som forlater hallen. Lever nøkkelen til Hans Erik Rødsæteren.

Sekretariat

Sekretariatets oppgave er å administrere det sportslige, altså kampene. Sekretariatets oppgaver blir viktigere jo eldre spillerne er. På vanlige kamper skal det alltid være minst 2 stk i sekretariatet.

Sekretariatet bør være på plass en halv time før kampene starter for å stille inn tavla, og sette opp riktig Live-registrering

Fram til spillerne er 10 år gamle skal ikke resultatene registreres noe sted. Da er sekretariatets oppgave å sørge for at kampene starter og slutter på riktig måte.

Fra spillerne er 12 år skal det legges Time out-kort til hver av trenerne. Hvis det brukes i første omgang, må de få det tilbake til andre omgang

Hent førstehjelpskoffert i kiosken og ha i sekretariatet under kamp

Spill gjerne musikk før kampene starter og i pausen – bruk gjerne mikrofonen til å ønske velkommen, reklamere for kiosken osv. På turneringer skal sekretariatet annonsere neste kamp 5 minutter før pågående kamp er ferdig



IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



Det er dommerne som leder kampene, og de er avhengige av god kommunikasjon med sekretariatet.

På miniturneringer der det spilles på liten bane skal det være en hovedsekretær.

Fra spillerne er 11 år kan resultatene registreres på måltavla i hallen.

Fra spillerne er 12 år brukes måltavla i hallen og resultatene registreres i Håndball Live i en enkel versjon av programmet. Det vil si at kun lagets mål registreres, ikke den enkelte spiller.

Fra spillerne er 13 år brukes standard versjon av Håndball Live i kampene, i tillegg til måltavla i hallen. Da bør det være 2 eller 3 personer i sekretariatet, der de har en oppgave hver.

Det gis opplæring i bruk av måltavla og Live-registreringen ved behov.

De som er på den siste vekten hjelper til med å rydde hallen og tribunen





IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



Informasjon til foresatte om dugnader i Grane

I Grane håndball er foreldre/foresatte en viktig brikke. Det viktigste er at man følger opp sine håpefulle både på trening og kamp, og bidrar til håndballglede, samhold og god sportsånd.

For å få maskineriet til å gå rundt må alle også være med å bidra med dugnadsarbeid i forbindelse med kamper i Granehallen. I tillegg har Grane en felles klubbdugnad. Det varierer litt fra år til år hva den består i, men som oftest er det salg av et eller annet slag.

Forrige sesong solgte spillerne små porsjonsposer med potetgull fra Sørlandschips som er en av Granes hovedsponsorer. Pengene for dette salget går til Grane håndball og brukes til å dekke utgifter til drift av Granehallen, påmeldinger til seriespill, utstyr osv. Det er går ikke til drift av Damelaget, men til drift av breddeidretten.

(Lag) har fått ansvaret for følgende arrangementer i Granehallen sesongen xxxx/xxxx:

- Dato / klokkeslett (Antall personer)
-

Med det antall spillere som i dag er med på innebærer det at alle blir satt opp på minst 2 vakter (se vedlegg). Dette bør være mulig å få til for oss alle - og blir en satt opp på en dag en ikke kan..... ring en av de andre hyggelige foreldrene og spør om dere kan bytte 😊

Alle som skal på vakt må også stille med 2 liter Grane vaffelrøre (se vedlagte oppskrift).



IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



Dugnad Granehallen

Kiosk kl	Foreldrene til:	Tlf priv	Mobil 1	Mobil 2

Sekretariat	Foreldrene til:	Tlf priv	Mobil 1	Mobil 2

Hallansvarlig	Foreldrene til:	Tlf priv	Mobil 1	Mobil 2

HUSK! Alle må ta med seg 2 liter vaffelrøre (GRANEVAFLER)



IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



Dugnad Granehallen

Kiosk kl	Foreldrene til:	Tlf priv	Mobil 1	Mobil 2

Sekretariat	Foreldrene til:	Tlf priv	Mobil 1	Mobil 2

Hallansvarlig	Foreldrene til:	Tlf priv	Mobil 1	Mobil 2

HUSK! Alle må ta med seg 2 liter vaffelrøre (GRANEVAFLER)



IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



Dugnad Granehallen

Kiosk kl	Foreldrene til:	Tlf priv	Mobil 1	Mobil 2

Sekretariat	Foreldrene til:	Tlf priv	Mobil 1	Mobil 2

Hallansvarlig	Foreldrene til:	Tlf priv	Mobil 1	Mobil 2

HUSK! Alle må ta med seg 2 liter vaffelrøre (GRANEVAFLER)



IK Grane Arendal Håndball

Glede – Utvikling – Trygghet – Mangfold - Felleskap



Oppskrift GRANEVAFLER

4 egg
4 dl sukker
10 dl hvetemel
4 ts bakepulver
4 ts vaniljesukker
250 gram smeltet smør
7 dl melk

Vaffelrøren er på 2 liter. Den helles over i to melkekartonger og merkes med dato.

Hvis lagene ønsker sundere vafler kan de lage og selge Granes sportsvafler. Det bør opplyses om det er de tradisjonelle Granevaflene eller sportsvaflene som selges.

Granes sportsvafler

3 dl lettkokte havregryn
3 dl vann
½ ts salt

Kokes til havregrøt

4 egg
4 dl hvetemel
4 ss sukker
4 ts Bakepulver
4 ts vaniljesukker
2-3 ts kardemomme
100 gr smeltet margarin
7 dl melk

Rør godt sammen, hell den på melkekartong og mer med dato