

# HANDBOK

Bildandet av ny handbollsförening  
Handbollförbundet Väst

Rev 1.2

## Innehållsförteckning

|                                                                                                  |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| 1. Inledning .....                                                                               | 3 |
| 2. Skapa handbollsförening, steg för steg.....                                                   | 3 |
| 3. Ytterligare information som kan vara bra att veta – vid bildande av en handbollsförening..... | 5 |
| Vad är Riksidrottsförbundet, RF, vad är RF-SISU.....                                             | 5 |
| Kontakt med kommunen och träningstider .....                                                     | 5 |
| Minihandboll .....                                                                               | 5 |
| Vad kan HFV stötta med materialmässigt.....                                                      | 5 |
| Utbildningar.....                                                                                | 6 |
| Första träningarna .....                                                                         | 6 |
| Söka bidrag .....                                                                                | 6 |
| Avgiftsbefrielser.....                                                                           | 6 |
| Rekrytering .....                                                                                | 6 |
| 4. Första föräldraträffen .....                                                                  | 6 |
| 5. Första träningarna.....                                                                       | 7 |
| 6. Första matchen, eller sammandraget.....                                                       | 7 |
| 7. Första årsmötet.....                                                                          | 8 |

# 1. Inledning

Denna handbok är ett hjälpmedel för bildandet av en ny handbollsförening. Den ger en guide och vägledning hur man går tillväga för att skapa en ny förening och tips på vad man ska tänka på. Allt från skapandet av styrelse, komma igång med föreningen hos Riksidrottsförbundet (RF) och Svenska Handbollförbundet (SHF), digitala verktyg som IdrottOnline och Profixio, till första träningen och checklistor och på vad en förening bör tänka på under ett verksamhetsår.

Saknas det information som anses stå med i denna handbok så kontakta gärna HFV. Kontaktuppgifter finns på <https://www.handbollvast.se/hf-vast/kontakt/kansli>

Detta ovan och mycket mer.

Lycka till!

## 2. Skapa handbollsförening, steg för steg

I processen att bilda en förening är det några saker som måste göras för att få organisationsnummer av Svenska Handbollförbundet. Nedan är vägen till en ny förening inom handbollen.

Steg för steg att bilda handbollsförening.

1. Interesseanmälan för uppstart av förening inkommer till HFV som kan ha föregåtts av exempelvis prova-på träningar.
2. Informationsmöte med HFV för nybildande av förening.  
Kontakta HFV för att boka ett möte, där vi informerar om de formella krav som finns samt möjligheterna som erbjuds.
3. Föreningen behöver kontakta kommunen (fritidskontoret) angående rutiner för erhållande av träningstider, bidrag, m.m.
4. Bildandemöte som måste protokollföras. Protokollet måste undertecknas och krävs bl.a. för inträdesansökan till Riksidrottsförbundet (RF) och bankkontakter.
  - a. Val av interimsstyrelse, minst 3 personer
  - b. Val av firmatecknare
  - c. Val av Idrottsansvarig, ska anges vid medlemsansökan till RF
  - d. Fastställande av stadgar för föreningen. [RFs stadgemall för idrottsföreningar](#).
  - e. Beslut måste tas och protokollföras om att ansöka om medlemskap i Svenska Handbollförbundet (SHF) och därigenom även RF.
5. En ekonomisk planering (budget) för första verksamhetsåret bör tas fram i ett tidigt skede. <https://www.handbollvast.se/hf-vast/forening/starta-ny-forening>
6. Kontakta en bank för erhållande av Bankgiro, vilket är ett krav vid medlemsansökan till RF.
7. Ansök om medlemskap i SHF och därigenom RF. <https://www.rf.se/bidrag-och-stod/bilda-idrottsforening/ansokan-medlemskap-specialidrottsforbund>  
Välj Svenska Handbollförbundet och Klicka på "Ny förening", och följ instruktionerna noggrant. OBS, ni ska inte ange något organisationsnummer/föreningsnummer i detta skede.
8. Skaffa FrejaID  
Minst en person i föreningen behöver i ett tidigt skede skaffa FrejaID för att senare kunna använda **IdrottOnline** som är ett digitalt verksamhetssystem som

utgör basen för kommunikation och administration mellan medlem, idrottsförening, specialidrottsförbund och RF-SISU distrikten.

<https://frejaeid.com/skaffa-freja-eid/>

9. IdrottOnline.

För att även kunna ansöka om LOK-stöd och nyttja SISU Idrottsutbildarnas utbildningar så behöver ni aktivera IdrottOnline för er förening.

<https://www.rf.se/bidrag-och-stod/it-tjanster/idrottonline/aktivera-idrottonline>

10. Ansökan om startbidrag

Nystartad har möjlighet att ansöka om startbidrag från SHF, för närvarande är summan 50.000 kr. Startbidraget söks på IdrottOnline ([Idrottonline.se](https://www.idrottonline.se)), under rubriken "Idrottsmedel", klicka sedan på "Ansökningar".

**OBS! För att göra denna ansökan behövs IOL-rollerna: ordförande, kassör eller idrottsmedel firmatecknare.**

Startbidrag ska återskattas i IOL vid projektens slut.

11. Stöd från HFV

- a. **Startpaket** - som nystartad förening får man ett startpaket med bl.a. 20 bollar, koner, västar, m.m. av HFV.
- b. **Ledarutbildning** - HFV erbjuder nya föreningar grundutbildningar, ex TU1.
- c. **Avgiftsbefrielse** - nya föreningar betalar inte några tävlings- och medlemsavgifter till HFV de första två åren, förutom medlemsavgiften till SHF.
- d. **Träningsupplägg /träningar** - det finns en länksamling med övningar för nya ledare och barn.
  - i. [Handbollsskolan](#)
  - ii. [Handboll i skolan](#)
  - iii. [Handboll i skolan - Lekar](#)
- e. **Extern tränarhjälp** - första fem träningarna kan HFV vid behov ordna tränare som kommer och stöttar på plats.
- f. **Stödfunktioner** - HFV stöttar vid behov som uppstår för fortsatt överlevnad hos nya föreningar, på föreningarnas villkor. **Avsikten är att personerna på platsen ska ta över ansvaret och driva klubben själva.**

12. Profixio

Profixio är ett system för tävlings- och domaradministration, samt det system som ligger till grund för det arbete som sker i matchsekretariaten. Läs mer här:

<https://www.handbollvast.se/hf-vast/tavling/profixio>

För att koppling mellan förening och Profixio ska kunna ske måste integration tillåtas i IdrottOnline. Detta aktiveras i IdrottOnline under "Administration", klicka sedan på "Integration" och sedan "Inaktiverade integrationer". Markera kryssrutan för Profixio, avsluta sedan med att klicka på rutan "Återaktivera". Profixio ska då synas under "Aktiverade Integrationer" för att vara aktivt.

**OBS! Får enbart göras av föreningens IOL-huvudadministratör.**

13. LOK-stöd/kommunalt aktivitetsbidrag

LOK (Lokalt aktivitetsstöd) är en viktig ekonomisk grund för föreningarnas verksamhet. <https://www.rf.se/bidrag-och-stod/lok-stod>

Kontakta er kommun för kommunala aktivitetsbidrag.

14. Bestäm vilka plattformar ni vill använda er av. Ex Laget.se, SvenskaLag.se, Facebook, Instagram, m.m

- a) Upprätta medlemsregister. Medlemsregistret i vald programvara ska synas med IOL.

- b) Närvarorapportering för LOK-bidrag
- c) Roller i föreningen bör uppdateras i IOL för att access ges till rätt personer

15. Första årsmötet inom 12 månader

- a. Datum, plats, kallelse.
- b. Verksamhetsberättelse och ekonomisk redovisning
- c. Revision
- d. Verksamhetsplan och budget
- e. Valberedning

16. Övrigt

- a. All lagenmälan inom svensk handboll till kommande säsong ska ske senast 1 maj.
  - i. Anmälan till minihandboll och handbollsfestivaler får dock ske löpande
- b. Läs igenom [Checklistor i föreningen](#) för en handbollsörening.
- c. Årshjul inom föreningen <https://www.handbollvast.se/hf-vast/forening/starta-ny-forening>

### 3. Ytterligare information som kan vara bra att veta – vid bildande av en handbollsörening

#### Vad är Riksidrottsförbundet, RF, vad är RF-SISU

- Vad kan SISU hjälpa till med
  - Idrottskonsulenterna är engagerade personer som har ett genuint intresse för att varje förening mår bra och utvecklas dit de vill. De utgår alltid från föreningarnas behov och nuläge, kan ge stöd och hjälp till hur föreningar kan arbeta vidare i olika frågor, ge tips om material och verktyg som kan stödja föreningarna i sitt utvecklingsarbete samt även vara ett administrativt stöd i hur man till exempel rapporterar sin folkbildning. SISU Idrottsutbildarna kan även ibland erbjuda ekonomiskt stöd. Som till exempel att ta kostnader för material, hyrd lokal, studiebesök, expertmedverkan med mera.
    - Ta kontakt med er konsulent här: <https://www.rfsisu.se/>

#### Kontakt med kommunen och träningstider

- Kommunen är den ni ska kontakta för att få tillgång till hallar.
  - Behöver ni hjälp med att få kontakt eller diskutera träningstider så är HFV behjälpliga med att stötta er.

#### Minihandboll

- Om ni vill få minihandbollsmål och linjer monterade i er hall, kontakta HFV så har vi färdiga kostnadsförslag till kommunen.

#### Vad kan HFV stötta med materialmässigt

- Vi erbjuder ett startpaket med bollar, västar, koner, mm för att er förening ska kunna komma igång med handbollsträningarna.

## Utbildningar

- HFV erbjuder en massa olika tränarutbildningar för olika nivåer. Ta kontakt med HFV för aktuella utbildningar i ert närområde. <https://www.handbollvast.se/hf-vast/utbildning>
- HFV kan erbjuda nya föreningar grundutbildningar för att få relevant handbollsledarutbildning för att träna ett handbollslag. Kostnader kan läggas på den nya föreningen som ett lån som betalas tillbaka när startbidraget erhålls.

## Första träningarna

- HFV har en länksamling med exempel på träningar och övningar för nya ledare och barn.
  - [Handbollsskolan](#)
  - [Handboll i skolan](#)
  - [Handboll i skolan - Lekar](#)
- De första fem träningarna kan HFV vid behov stötta med utbildade tränare på plats.

## Söka bidrag

- Varje vår släpper Svenska handbollsförbundet bidrag att söka. Aktuella bidrag kan man se här: <https://svenskhandboll.se/handboll-i-sverige/forening/bidrag--stod>
- Innan ansökan av startbidrag görs måste föreningens bankgironummer registreras i IOL, under Administration/Föreningsinfo. Detta kan dock bara göras av RF. Mail skickas till [lok@rfsisu.se](mailto:lok@rfsisu.se), uppge org.nummer, RF-nummer och Bg-nummer.

## Avgiftsbefrielser

- Nya föreningar betalar inte några laganmälningsavgifter till seriespel de första två åren.

## Rekrytering

- Rekrytering av barn och ungdomar, tex skolbesök, HandbollNU, m.m.
- Rekrytering av ledare och föräldrar, se Kap 5 nedan

# 4. Första föräldraträffen

”Man får aldrig en andra chans att göra ett första intryck”

Gör en agenda för träffen, förslag på punkter att ta upp:

- Presentera er som ingår i ledarstaben
- Vision & Värdegrund för förening
- Svenskalag, Laget.se, eller vilken plattform ni använder. Nämn även om ni lägger upp bilder på barnen på Facebook.
  - Via vilken kanal, hemsida, mm ni informerar föräldrarna på.
- Truppen, hur många är ni och vill ni bli fler?
- Uppförande träningar
- Kost & Vila
- Styrketräning, skador och rehab
- Ni gör detta för barnens skull, för att barnen ska ha roligt

- Behöver ni hjälp med skjuts, ekonomiansvarig, stöttning på och utanför planen. Ju fler föräldrar som engagerar sig i laget desto bättre.
- Visa er säsongsplanering. Planer för träningstider, minihandboll, matcher för säsongen, eventuella cuper
- Lagkassa. Eventuellt behöver ni samla in pengar för att köpa in material som tejp, kylpåsar, skadelindor, mm
- #schysstmatch inom föreningen
- Övrig information

## 5. Första träningarna

”Man får aldrig en andra chans att göra ett första intryck”

Tänk på:

Planera träningen i god tid. Planera för att det kan komma färre och fler barn än tänkt, så upplägget av träningen kan passa olika antal barn.

Ha bollar, konor och annat material redo inför träningspasset

Ha kul! Se till att barnen vill komma även nästa träning.

### Vad kan vi från Handbollförbundet hjälpa till med:

Vi kan tillhandahålla material

- väska med 20 bollar, 2x10 västar, 20 konor finns att tillgå från förbundet. Vi har också en Challenge-låda som är från konceptet Hand the ball vilket innehåller många olika övningar som man kan använda sig av.

Vi har en övningsbank som vi kan dela med oss av, denna bank innehåller en massa träningsförslag och tips inför era träningar det första året.

- [Handbollsskolan](#)
- [Handboll i skolan](#)
- [Handboll i skolan - Lekar](#)

Extern tränarhjälp, första fem träningarna kan HFV vid behov ordna tränare. Ta kontakt med HFV för mer information.

## 6. Första matchen, eller sammandraget

Att åka på den första matchen eller sammandraget är alltid spännande.

Tänk på:

- Ta med matchkläder, västar och bollar

Handbollförbundet Väst [Info@handbollvast.se](mailto:Info@handbollvast.se)

- Domarna är oftast nybörjare
- Information om Minihandboll eller Handbollfestival
  - <https://www.handbollvast.se/hf-vast/tavling/minihandboll>
    - [Information Minihandboll HFV](#)
    - [Regler Minihandboll](#)
    - [Information Ledare Minihandboll](#)
  - <https://www.handbollvast.se/hf-vast/tavling/handbollfestival>
    - [Arrangera Handbollfestival](#)
- Reglerna är anpassade till nybörjare
  - [Regler Minihandboll](#)
- Ha kul! Varför inte värma upp med motståndarnas lag
  - Ta med en högtalare för att spela lite uppvärmningsmusik på

## 7. Första årsmötet

För det första årsmötet för föreningen så ta hjälp av de skrivna processerna "Framtidens Handbollsörening" och "Checklistor i föreningen" som går att ladda ner på HFVs hemsida.

<https://www.handbollvast.se/hf-vast/forening/starta-ny-forening>