

Mig og min mor

SIDE 10-21

Rollemodeller skal få piger på banen

SIDE 22

Lærere på banen for elevernes sundhed

SIDE 24

Gilleleje FK – Med vandet som nabo

SIDE 34



DBU SJÆLLAND



KAGEKONENS FODBOLDBAGERI

30

**GILLELEJE FK
– MED VANDET SOM NABO**

34

**"JEG HAVDE INGEN
STREET CREDIT"**

15



INDHOLD

- | | | | |
|-----------|--|-----------|---|
| 4 | Update | 22 | Rollemodeller skal få piger på fodboldbanen |
| 8 | Fodboldpas | 24 | Lærere på banen for elevernes sundhed |
| 10 | Mig og min mor | 26 | Hvem fortjener anerkendelse for sit frivillige arbejde? |
| 12 | Fodbolden har styrket vores naturlige bånd | 28 | Styrk frivilligheden i din klub |
| 15 | "Jeg havde ingen street credit" | 30 | Kagekonens fodboldbageri |
| 18 | Når fodbold er lig med familietid | 32 | KampKlar giver Flemming mere tid til fodbold |
| 20 | Når samværet er det vigtigste | 34 | Gilleleje FK – Med vandet som nabo |



**STYRK
FRIVILLIGHEDEN I DIN KLUB**

28



**NÅR FODBOLD
ER LIG MED
FAMILIETID**

18



FODBOLDEN HAR STYRKET VORES NATURLIGE BÅND

12

FORMÅL:

Sjællandsk Fodbold er et magasin til alle med interesse i fodbolden på Sjælland. Her kan du hente inspiration, få ideer og drage nytte af erfaringer fra andre fodboldklubber. Indholdet er primært henvendt til de mange frivillige i de sjællandske breddeklubber.

Eftertryk af publikationen er ikke tilladt uden tydelig kildeangivelse.

ÅRGANG: 75

ABONNEMENT:

Pris for et års abonnement er 200 kroner.
Henvendelse til mail beha@dbusjaelland.dk.

Bladet udkommer fire gange årligt

LAYOUT: Beige Grafisk Design.

REDAKTION:



Peter Otto Vest Hansen
Ansvarshavende redaktør
peve@dbusjaelland.dk



Maria Markussen
mama@dbusjaelland.dk



Casper Boe Jensen
cabj@dbusjaelland.dk

UDGIVER:

DBU Sjælland | Himmelev Bygade 64A | 4000 Roskilde
Tlf.: 4632 3366 | ISSN: 2245-9421
www.dbusjaelland.dk | www.facebook.com/dbusjaelland/

UPDATE



LAD OS STÅ SAMMEN OG SPILLE FODBOLD FOR EN GOD SAG

Lyserød Lørdag den 6. oktober markerer landsindsamlingen 'Støt Brysterne' med seks fodboldstævner, fordelt landet over. Alle kan være med uanset niveau og fodbolderfaring. I skal bare tilmelde et hold og spille på dagen.

Årets to sjællandske værtsklubber er:

- IF Bytoften - (Storkøbenhavn) (Begrænset pladser)
- Fodboldklubben Sorø Freja (Vestsjælland)

Støt indsamlingen – stil et hold

Du kan støtte indsamlingen ved at stille et hold bestående af 5 spillere og op til 3 udskifttere. Det koster 700 kroner pr. hold at deltage, og pengene går ubeskåret til Støt Brysterne 2018. ■



DBU SJÆLLANDS ADMINISTRATIONSCHEF STOPPER

DBU Sjællands administration skal have ny leder per 1. januar 2019. Efter snart 24 års ansættelse har administrationschef Jens Erik Reuber Jensen valgt at gå på pension. "Jeg har lovet min familie ikke at være på arbejdsmarkedet, når jeg fylder 70. Det kommer jeg ikke helt til at holde, men jeg håber, at min familie alligevel vil tilgive mig", siger Søm med et smil. Søm fylder nemlig 70 år dagen før sin 'sidste arbejdsdag'. DBU Sjællands bestyrelsesformand Jakob Koed peger på, at Søms afløser skal løfte en tung arv.

"En epoke i sjællandsk fodbold slutter. Nu går vi i gang med at finde en afløser, der kan løfte den tunge arv", siger Jakob Koed.

For at sikre en god overgang til en ny leder har Søm taget positivt imod bestyrelsens ønske om at yde bistand i forbindelse med overleveringen. ■

UPDATE

SPILLERERKLÆRING ER UDGÅET

Pr. 1. juli 2018 udgik spillererklæringen i forbindelse med klubsifter. Dette vil gøre processen omkring klubsifter enklere. Fremover vil en flytning af spillercertifikatet være den eneste måde et klubsifte kan foregå på. Med indførelsen af fodboldpas har spilleren ligeledes altid adgang til at se, hvilken klub hendes/hans spillercertifikat er tilknyttet - det kan gøres via apps som Driblr og DBU Fodbold App eller via Mit DBU.

Eksisterende spillere

Når en klub får en ny spiller, skal denne nye moderklub rekvirere spillerens DBU-spillercertifikat. Det sker hos den afgivende moderklub, og først når spillercertifikatet er modtaget i den nye moderklub, kan spilleren deltage for sin nye moderklub under forudsætning af, at pågældende er registreret og godkendt af lokalunionen.

Helt nye spillere

Hvis spilleren ikke tidligere har spillet i anden klub oprettes automatisk et DBU-spillercertifikat til spilleren, når han/hun registreres i klubbens KlubOffice og sendes til godkendelse i lokalunionen. ■



BREDESEMINAR 2018

Bliv inspireret, få fyldt værktøjs-kassen op og mød andre trænere, til DBU Sjællands Bredseminar, d. 10. november 2018.

Med fokus på særligt målmandens rolle og trænerens muligheder i forhold til kampudviklingen, er der masser af viden og konkrete værktøjer lige til trænings-banen at komme efter. Arrangementet afholdes lørdag den 10. november 2018 kl. 09.00-16.00 i AIK 65 Strøby Fodbold, Strøby Idrætscenter, 4671 Strøby. Ved spørgsmål kontakt Kirsten Christensen på mail kich@dbusjaelland.dk eller 4634 0731.

Deltagerpris kr. 600,00 pr. person.

VIDSTE DU AT

DANMARKS UNGDOM ER EUROPAMESTRE I FRIVILLIGHED

Næsten 40 procent af de danske unge har det seneste år deltaget i frivilligt arbejde. Deres indsats indbringer dem en førsteplads på frivillighedsbarometeret blandt europæiske unge. Det skyldes blandt andet, at de danske unge er ressourcestærke og har et højt uddannelsesniveau.

Kilde: Eurobarometer-undersøgelsen er foretaget for Europa-Kommissionen og hviler på spørgeskemabesvarelser fra 10.927 unge mellem 15 og 30 år fra de 28 EU-medlemslande.

UPDATE



SLUT MED BOLDFORVIRRING HOS KVINDER OG PIGER

Fra efterårssæsonen 2018 er det ikke længere være muligt at benytte en mindre og lettere boldtype hos U16 og U18 Piger samt kvinde-senior i lokalunionernes turneringer. DBU's bestyrelse har besluttet ikke at forlænge den dispensationsmulighed, der siden 2013 har gjort muligt at benytte en mindre og lettere boldtype hos U16 og U18 Piger samt kvinde-senior i lokalunionernes turneringer. Dermed skal kampene fra og med efterårssæsonen, med forbehold for eventuelle særregler i din lokalunion, afvikles med boldstørrelse 5.

70%

Af de nyudklækkede danske dommere i 1. halvår af 2018 er ikke fyldt 30 år.



TJEN PENGE TIL DIN KLUB

Nu kan din klub tjene penge samtidig med at I støtter en god sag. Red Barnet og DBU giver igen i år lokale foreninger mulighed for selv at designe en julekalender, som I kan sælge lokalt, så I let kan tjene penge til klubben.

En af fordelene ved julekalenderen er, at I ikke skal lægge noget udlæg ved bestilling, og I først afregner, når kampagneperioden slutter. I kan bestille kalenderne både med og uden returret. Vælger I at bestille med returret, kan I risikofrit tjene 15 kr. pr. solgt kalender. Og vælger I at bestille uden returret, tjener I 20 kr. pr. solgt kalender. Ved salg af 1.000 julekalendere – tjener I således 20.000 kr., hvis I har bestilt uden returret. Dertil kommer eventuelle indtægter fra de sponsorer, I sætter på kalenderen.

Salgsperioden for lodderne løber fra den 1. oktober til den 31. december 2018, så se mere og bestil 'Plads til alle julekalenderen' allerede i dag på dbu.dk.

Plads til Alle

Bag julekalenderen står Red Barnet og DBU, der siden 2011 sammen har kæmpet for, at endnu flere børn får adgang til foreningslivet. Med projektet 'Plads til alle' hjælper Red Barnet og DBU børn med at blive inkluderet i fritidslivet i Danmark. Når du køber eller sælger julekalenderen, støtter du Red Barnet og DBU's arbejde for hjælpe børn, der er afskåret fra foreningslivet af sociale, økonomiske eller kulturelle årsager.

Foto: Colourbox

SENIORSTÆVNE

DBU Sjælland har i år et helt nyt tilbud til henholdsvis kvinde- og herresenior. Et indendørs 1-dags stævne, med præmier til vinderne. Stævnet koster pr. hold 375 kr. og vil blive afholdt centralt på Sjælland d. 16. december 2018 (mere info vil tilgå på hjemmesiden snarest). Tilmelding sker via Klub-Office.

HVER TREDJE

Eller 247 ud af 834 deltagere på årets 13 Get2 Fodboldskoler i socialt belastede områder var piger.

UPDATE



INDEFODBOLDTURNERING 2018/2019

Hallerne er klar, boldene er pumpet, vi mangler kun Jer!

Tilmeldingen til årets indendørsturnering er åben, og du kan derfor allerede nu gå ind i KlubOffice og få tilmeldt jeres hold. For nogle betyder det at man kan melde sig ind i kampen om at blive Sjællandsmester 2019, for andre at man kan udfordre sit hold på en anderledes spilleform end udendørs.

Med mere end 1000 deltagende hold sidste år, er indendørs en populær form for fodbold og igen i år udbyder DBU Sjælland rækker på forskellige niveauer og helt fra U5 til og med M40+ og K29+.

Spørgsmål

Indefodbold U12 og yngre kan rettes imod Jesper Ran Pedersen på jerp@dbusjaelland.dk eller på 4634 0742

Indefodbold U13 og ældre kan rettes imod Lars Nielsen på larn@dbusjaelland.dk eller på 4634 0734. ■

KUN 3 'GENGANGERE' I DE LAVESTE UNGDOMSRÆKKER

Den såkaldte "gengangerregel" er blevet revideret og ændringerne træder i kraft forud for efterårssæsonen 2018. Reglen er blevet behandlet af Børn-Unge-Senior Udvalget (BUS-udvalget) i samspil med repræsentativt udvalgte medlemsklubber.

Ændringerne medfører, at det fra efterårssæsonen 2018 kun er tilladt at benytte tre såkaldte gengangere mod tidligere fem i ungdomskampe. Samtidigt er der også strammet op på fra hvilke rækker, der kan benyttes gengangere.

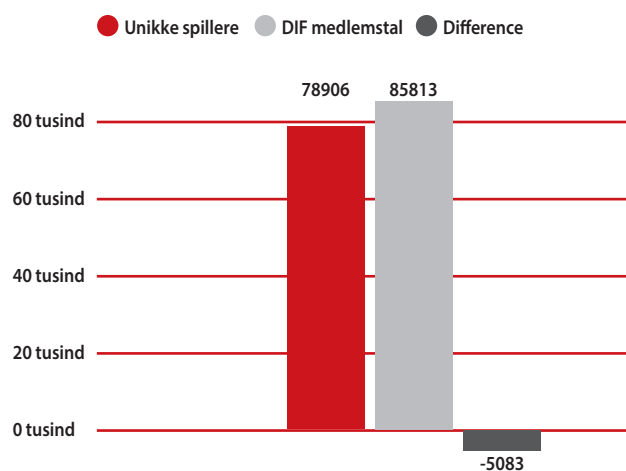
Ændringerne er endeligt vedtaget af DBU Sjællands bestyrelse på et møde den 15. maj 2018 efter en forudgående indstilling fra DBU Sjællands Børn-Ungdom-Seniorudvalg. ■

FAKTA OM FODBOLDPAS

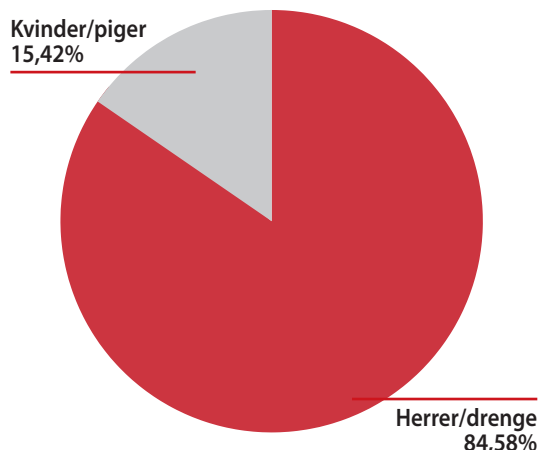
HUSK

Hvis man er fodboldspiller og gerne vil spille fodbold, så skal man aktivere sit fodboldpas.

REGISTREREDE FODBOLDSPILLERE PÅ SJÆLLAND MED AKTIVT FODBOLDPAS

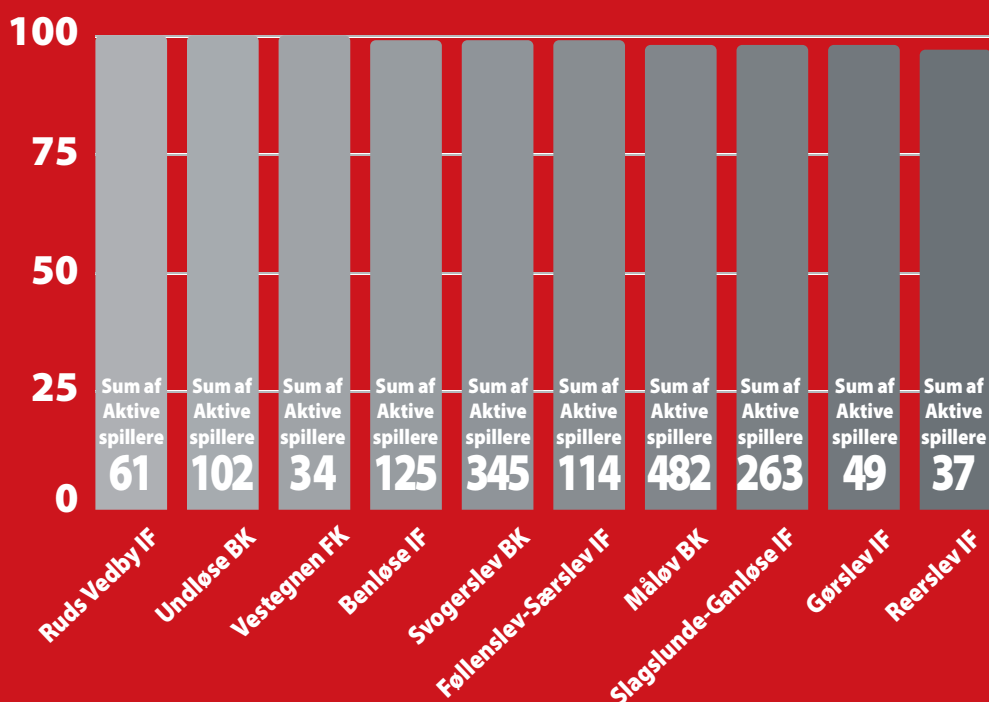


FORDELING AF KØN



Sum af
procentuel
aktivering af
fodboldpas

TOP 10 KLUBBER (>=30 SPILLERE) MED PROCENTUEL AKTIVERING, ALLE SPILLERE I KLUBOFFICE

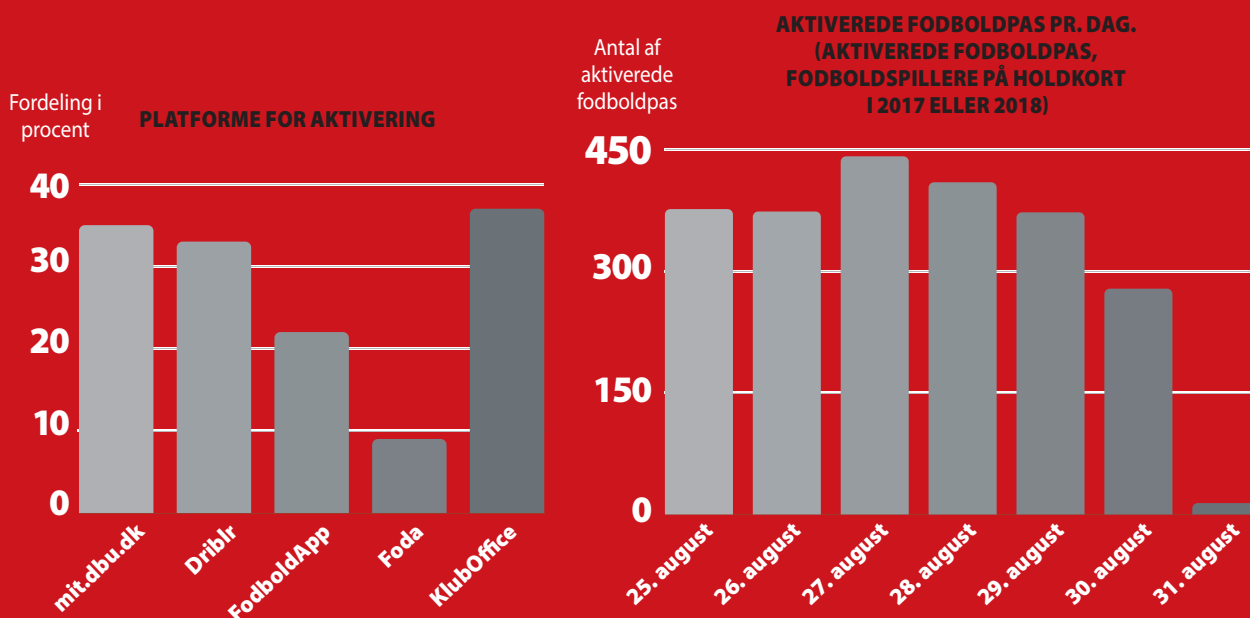


Data trukket d. 31. august 2018

FAKTA

SAMLET AKTIVERING AF FODBOLDPAS 81,01%

(AKTIVEREDE FODBOLDPAS, FODBOLDSPILLERE PÅ HOLDKORT I 2017 ELLER 2018)



FAKTA

Siden åbning af supporten d. 28. maj er der håndteret ca. 4500 opkald og 5000 e-mails vedrørende Fodboldpasset - vel at mærke ud over direkte henvendelser til lokalunionerne - og den generelle IT-support.

HAR DU ENDNU IKKE FÅET AKTIVERET DIT FODBOLDPAS? DU KAN NÅ DET ENDNU!

Er du eller dit barn fodboldspiller, eksisterer der med stor sandsynlighed en profil i forvejen.

Opret IKKE en ny profil. Tryk på 'Log ind' og 'Glemt adgangskode' i stedet.

Får du en fejl ved indtastning af din mailadresse, er du oprettet med en forkert e-mail.

Det kan din klub - eller Fodboldpas supportteamet hjælpe dig med at rette.

Du kan sagtens have flere brugere tilknyttet den samme e-mail. I så fald vil du, når du benytter 'Glemt adgangskode', få tilsendt separate oplysninger for alle de profiler, der er tilknyttet e-mailen.

Står der en forkert klub i dit Fodboldpas?

Hvis der står en forkert klub i dit Fodboldpas, skyldes det at du fortsat er registreret i klubbens KlubOffice.

Du skal i så fald tage direkte kontakt til den pågældende klub.

A black and white photograph of a woman with her hair in a ponytail, smiling and looking towards the camera. She is wearing a dark-colored soccer jersey. In the bottom right corner, her hands are visible holding a soccer ball. The background is a blurred outdoor setting with trees and a fence.

MIG *og min* MOR

Sjællandsk Fodbold sætter i dette lille tema fokus på forholdet imellem mor og barn i fodbolden. Både når det er sjovt og hyggeligt, når det er udviklende og udfordrende og ikke mindst, når det er anstrengende og hårdt.

Når du har læst serien, så håber vi, at du vil sende en kærlig tanke til din egen mor eller en anden særlig person, der har taget sig af dig. Vi vil gerne hylde de mødre, der gør en forskel i vores liv. Hvis du har en historie om din mor, som du gerne vil dele, så håber vi, at du vil dele historien under hashtagget #dbusjælland på Facebook og Instagram.

Af Casper Boe Jensen

Min mor har aldrig dyrket fodbold. Selv. Hun har aldrig trænet mig eller andre hold. Men min mor var mindst ligeså stor en del af mit fodboldliv som min far, træneren. Min mor var den der sørgede for, at jeg fik spist bare nogenlunde inden kamp og træning, den der sørgede for, at jeg huskede mine ting, den første til at spørge mig, hvordan det var gået til fodbold og til at minde mig om, hvorfor jeg spillede fodbold, de gange jeg ville give op.

Min mor har været min holdleder, kasserer i min klub, med på ture og masser af andre ting, som jeg aldrig så, men

som var så vigtigt for lige netop mit hold og min klub. I mange år troede jeg fodbold var noget mig og min far havde, og det var det også, men når jeg ser tilbage, så var min mor en ligeså stor del af det, som min far.

Det at være mor er noget særligt, jeg kan se det i min kones øjne, når min 2-årige datter kalder på hende. Den omsorg, kærlighed og empati, der er imellem barn og mor er bare noget helt unikt, men hvordan ser dette ud på fodboldbanen, i klubben eller på holdet?



FODBOLDEN HAR STYRKET VORES NATURLIGE BÅND

*”Man lærer bare hinanden at kende helt ind under huden”,
fortæller Sara Nielsen om at træne sin datter Sofie gennem fire år.*

Af Peter Otto Vest Hansen

Sara Nielsen og hendes datter Sofie (11) har et helt særlig bånd. Udover at være mor og datter, så er de også spiller og træner. Derhjemme har Sofie to søstre, men til fodbold skal hun ikke kæmpe om opmærksomheden med søstrene på 14 og 5 år. Sofie sætter særligt pris på turene til stævner og fodboldlejre.

”Jeg elsker bare at have min mor med. Bare sådan os to – det er virkelig rart. Når det kun er os to, uden resten af familien og lillesøster, der bare hænger på os og skriger og storesøster, som bare sidder med mobilen hele tiden”, fortæller Sofie.

Jeg møder Sofie og hendes mor på den sidste træningsdag inden sommerferien hos Ledøje-Smørum U11 piger. Spillerne er linet op på række, hvor de øver afleveringer. Sara lægger armen om en af de mindre piger på holdet, mens hun viser hende den rette benstilling ved en indersideaflevering. Hun går fra spiller til spiller og giver et godt råd eller et anerkendende smil.

Indtil for fem år siden spillede Sara selv fodbold. Men flere diskusprolapser og problemer med ryggen satte en stopper for Saras egne udfoldelser på banen. Godt et år senere fik hendes egen datter interessen for fodbold, og på trods af, at

der ikke var en pigeafdeling i klubben og kun to piger, der gerne ville spille, så var Sara optimistisk: ”Den griber jeg, selvfølgelig skal jeg det”. For Sara handlede det om at give noget videre til sin datter.

”Den glæde fodbolden kan give – den finder du ikke mange andre steder, og nu ved jeg bare, hvad den har givet mig, og jeg kan se, at den giver det samme til Sofie”, fortæller Sara Nielsen.

Siden da har Sofie og Sara kørt par-løb. Og i dag er det sådan, at Sofie ikke skal kigge meget på sin mor for at vide præcist, hvordan hun har det – og omvendt.

”Det bånd vi har fået via fodbolden har kun forstærket vores naturlige bånd”, forklarer Sara Nielsen.

Mor-kasketten må godt komme på

Men Sara fortæller, at det også være en balancegang at træne sin egen datter. En balancegang mellem at drage omsorg for Sofie og samtidig ikke at sætte hende over de andre piger.

”Vi har snakket rigtig meget om det der, for det er med at finde en balance, når man træner sine egne børn. Vi er jo alle sammen forældretrænere på holdet, og vi har alle sammen vores børn, og jeg

har snakket med Sofie om, at det ikke skal være sådan, at hun ikke kan blive rost. Jeg havde meget svært ved det i starten, fordi man tænker rigtig meget, at man ikke vil virke som om, at man foretrækker sit eget barn frem for andres”, forklarer Sara Nielsen.

Det gav sig til udtryk på mange forskellige måder. Sara fortæller for eksempel, at Sofie er den type spiller, der altid giver sig ”120 procent inde på banen”. Og mens en sådan spiller er enhver træners drøm, så kan det være svært at være mor samtidig med, at man varetager sine trænerforpligtelser for hele truppen.

”I starten skulle jeg vænne mig til det. Der var der nogle forældre der spurgte ’Sara, hvad med Sofie, skal jeg gå ind og hente hende?’ Og jeg vidste ikke rigtig, hvad jeg skulle, for jeg kunne ikke lige hente hende, fordi jeg skulle også lige afslutte kampen med de andre spillere”, fortæller Sara Nielsen.

Det samme var tilfældet, når der skulle uddeles roser eller når fidusbamsen skulle gives til en spiller. Sofie og Sara husker særligt en enkelt episode, hvor det blev sagt højt ’ej, du roser hende jo kun, fordi hun er din datter’.

”Det, må jeg indrømme, gav lige et

stik inde i mig, hvor jeg tænkte, sådan skal det ikke være at være forældretræner, så det betød, at Sofie ikke fik fidusbamsen – selv når hun havde fortjent den, fordi den der kommentar kom”, forklarer Sara.

Men med hjælp fra især forældrene omkring holdet har Sara i dag fundet en nogenlunde balance mellem mor-rollen og træner-rollen. Det har særligt drejet sig om at acceptere, at det nogen gange både er i orden og nødvendigt også at være mor på banen.

”Vi har en så god forældregruppe nu, at de ved udmærket godt, at Sofie hun ligger lige der, og så går jeg ind og henter hende, og så får jeg hende lige støvet af,

for så skal vi lige ‘pudses af’, før vi går ud til de andre. Det er okay at tage mor-kasketten på en gang i mellem”, siger Sara Nielsen.

Tæt tillidsbånd

I dag har Sara trukket sig lidt tilbage fra trænerrollen og har i højere grad en rolle som holdleder. Derfor er hun ikke længere direkte træner for Sofie. I starten frygtede hun, at det kunne dæmpe motivationen hos Sofie og de andre piger. For hvem skulle hun bruge energien på? Dem der vil det mest eller dem der har brug for mest støtte?

”Der har jeg bare fundet ud af, at jeg brænder bare så meget for det her, og hvis jeg kan give fodboldglæden videre til nogen, og så længe Sofie accepterer, at jeg er lidt mindre inde over hende og mere over nogle andre. Jeg kan heller ikke lade være med, når de spiller kamp, så lurar jeg lige over, hvad de

laver, fordi det er jo meget lidt af tiden, vi er delt op, og det samme med kampe Sofie. Nu er jeg jo ikke med som træner, men så kan jeg komme med som forælder, og det har været fantastisk”, siger Sara Nielsen.

Hvis der har været en situation til træning, så bruger mor og datter gerne transporttiden i bilen til at snakke situationen igennem.

”Vi bruger især vores tur på vej hjem i bilen til lige at lukke den, der kan det også godt være, at jeg lige får lukket den for hurtigt ved at sige; Ikke lige nu Sofie, nu må du lige vente. Det kan være, at der har været en episode eller det kan også være, at jeg bare roser hende”, fortæller Sara Nielsen.

For Sara har det været vigtigt at være med til at skabe et miljø med plads til alle – dygtige og mindre dygtige – hvor ingen bliver drillet, og hvor pigerne siger undskyld, hvis de træder over stregen. Og det synes at fungere, for i dag er der 30 piger på årgangen. Sofie syner, at missionen er lykkedes ganske godt.

”Nu er vi begyndt at grine lidt af og med hinanden – men intet er ment ondt – og vi har et virkelig godt sammenhold. Dem der er lidt nye – hvis de ikke har en ven med, så får de hurtigt en, og det er ikke noget med, at man bliver drillet, hvis man dårlig til noget”, fortæller Sofie.

Fortsætter næste side



**DET BÅND VI HAR FÅET VIA
FODBOLDEN HAR KUN FORSTÆRKET
VORES NATURLIGE BÅND**

– SARA NIELSEN –



Men vigtigst af alt føler Sara, at de mange timer sammen har bragt hende helt tæt på Sofie hinanden og har skabt et tillidsbånd, der rækker langt ud over fodbolden.

"Jeg tror inderst inde, at jeg har en pige, der vil komme til mig og sige rigtig mange ting – også i fremtiden – og du får opbygget et tillidsforhold, som du ikke har, hvis du ikke engagerer dig 100 procent i dine børns fritidsinteresser. Jeg siger ikke, at man skal, det kræver også rigtig meget af familien. Men jeg er næsten 100 procent sikker på, at hun vil komme til mig, hvis der er noget", siger Sara, der fortæller, at hendes mand har samme bånd til den yngste og den ældste af pigerne, som han har trænet.

"Man lærer bare hinanden at kende helt ind under huden", fortæller Sara Nielsen. Noget der har overrasket Sara er, at hun også får meget sparring og opbakning igen fra hendes datter.

"Sofie er kampdygtig til at komme og rose mig. Til at fortælle mig, hvor god jeg er som træner, at det er gode øvelser jeg laver. Og det skal jo gå begge veje – og hun er jo en god læremester for mig. Den havde jeg ikke lige set komme, men det skal jo gå begge veje, og nogle gange er hun også rigtig god for mig", siger Sara Nielsen.

Får energi

Når Sara Nielsen er med pigerne til kamp, så møder hun ikke mange andre kvindelige trænere. Det synes hun er en skam, selvom hun har en forståelse for, at det kan være svært at finde energien, når der skal passes arbejde, andre børn og så meget andet.

"Det kræver faktisk, at du tror på, at du kan. Det kræver, at du har lyst til at engagere dig i noget – uanset om du ved noget om fodbold eller ej. Du er nødt til også at bruge den energi det kræver at tilegne sig noget nyt. Jeg vil sige, at der er rigtig mange ting, jeg ikke har vidst. Jeg har også gået på fodboldkurser, fordi en ting er, at jeg selv kan spille fodbold, det er ikke ensbetydende med, at jeg er en god træner", siger Sara Nielsen.

For når det er sagt, så fortæller Sara Nielsen, at det at komme i fodboldklubben er lidt ligesom at få ladet batterierne op.

"Men det der gør, at jeg står heroppe hver gang, det er, at jeg får en eller anden en form for energi af det. Jeg kan være derhjemme og være skidt og tænke, hvor er jeg træt. Men hold da op, hvor jeg nyder at komme op og se Sofie og de andre pigers udvikling, få et kram af dem, og det der med at man kan mærke, at de sætter pris på, at man kommer", fortæller Sara Nielsen.

"Jeg havde INGEN STREET CREDIT – jeg starter bare på nul qua køn og hårfarve"

**"Jeg har skulle skabe respekten ved at vise, at jeg kunne spille fodbold qua mit køn",
siger Mette Jespersen, der er træner for hendes søn Niclas og Gislinge BK's U14 Dreng.**

Af Peter Otto Vest Hansen

Træningskampen er næsten slut hos Gislinge BK's U14 Dreng. I centerforsvaret på det ene hold erobrer Mette Jespersen bolden med et sikkert skulderskub og lægger en præcis aflevering op på den anden banehalvdel. Mette er nemlig noget så sjældent, som en kvindelig træner for et hold af teenagedreng.

"Jeg havde ingen 'street credit' – jeg starter bare på nul qua køn og hårfarve", siger Mette Jespersen med et grin om hendes første optræden som træner for sin søn Niclas' U14-hold.

I starten drejede det sig derfor om at sætte sig i respekt overfor spillerne.

"Jeg skulle skabe respekten også. Ved egentlig at vise, at jeg kunne spille fodbold qua mit køn. Jeg kunne mærke, at de til den første træning var ved at brække sig af grin. Stine (mor til en spiller, der var med i opstarten) stod der også, så vi stod to lyshårede piger, og de har bare tænkt, fordi vi godt lidt at pjatte og have det sjovt, så har de tænkt 'det kommer aldrig til at ske', men vi har bare været nødt til at skabe respekten, og det gik faktisk rimeligt nemt", siger Mette Jespersen.

"Åh nej, det er min mor"

At Mette skulle blive træner for hendes søn stod dog langt fra skrevet i stjernerne. For et halvt år siden stod hendes søn Niclas' hold uden træner. På samme tid overvejede Mette et tilbud om at blive assistenttræner for et kvindehold – en mere neutral rolle, der egentlig passede Mette ganske fint, da hun ikke havde været træner før. Mette overvejede ikke selv at byde sig til som træner for sønnens hold før en veninde, der er mor til en dreng på holdet, opfordrede Mette til at træde til. Faktisk satte hun det på spidsen ved at sige, at Mette



var den 'eneste mulighed', hvis holdet skulle fortsætte med at eksistere.

"Jeg skulle vælge mellem at være træner for et hold uden relationer eller sikre, at det her hold havde en træner', så var det egentlig et nemt valg", fortæller Mette Jespersen.

Til at starte med var Niclas skeptisk. Han tænkte: "Åh nej, det er min mor", men den skepsis blev hurtigt gjort til skamme. Mette har spillet fodbold siden hun var barn, og det faldt hende derfor naturligt at gå forrest på banen, når der skulle laves øvelser eller spilles kamp til sidst i træningen.

"I starten var han sådan 'ej, mor', men jeg sagde; 'du kan vælge mellem at det er mig og ingen', og han synes jo også, at det var ærgerligt, hvis der ikke blev noget. Og nu havde jeg egentlig ikke tænkt, at jeg skulle træne så længe, ja, jeg ved ikke rigtig, hvad jeg havde tænkt – tilsyneladende. Men det er svært at give slip igen, for der kommer en ansvarsfølelse, og man kan se, at de bliver bedre nu", forklarer Mette Jespersen.

Mette spiller fortsat selv fodbold. Derfor har det været vigtigt for U14 holdet, at hun har sine prioriteringer i orden.

"Nu starter jeg selv med at spille, og så står de allerede med bekymringen, hvad nu, hvis du skal spille en kamp samtidig med os, hvad vælger du så. Der har jeg lovet dem, at de kommer først", siger Mette Jespersen.

I dag er sagen dog en helt anden. Det vigtigste for spillerne var nemlig, at de fik en træner, der kunne gøre dem til bedre fodboldspillere.

"Det er egentlig meget fedt, fordi de trænere vi havde før, de havde ikke rigtig spillet fodbold. Men da hun så kom og lærte os en hel masse, der blev vi meget bedre, end vi havde været før. Men du har jo spillet fodbold i lang tid, og det går meget

godt, altså, alle der går på holdet er glade for det", forklarer Niclas mens han kigger på sin mor.

Er der ikke nogen træner med?

Men også modstanderne skulle vænne sig til den uvante oplevelse det var at møde en kvindelig træner. For eksempel har Mette oplevet at blive spurgt: "Er der ikke nogen træner med?", når hun ankom til en kamp.

"Nogle af spillerne er jo vokset mig over hovedet, og hvis vi lige står og snakker inden kampen går i gang, så kan de ikke se mig", siger hun med et smil og tilføjer:

"Jeg kan godt synes det er irriterende, når man mærker den der fordom (om at man er kvindelig træner), men ofte bliver de selv mest pinligt berørt; 'Nå, okay, ej det var ikke sådan ment', får de så fremstammet', fortæller Mette Jespersen.

Faktisk ser Mette kun en enkelt ulempe ved at være kvindelig træner. Hun kan ikke selv gå ind i omklædningsrummet, når drengene er lidt for længe om at sætte håret efter kamp.

"Jeg tror, at det opfattes som mere underligt, end hvis jeg havde trænet min datter. Men det er jo ikke værre, end at jeg spørger en af fædrene, om de ikke vil jage dem ud, hvis de lidt for lang tid om omklædningen. Men forældreopbakningen er enormt stor herude, og det hjælper utrolig meget", forklarer Mette Jespersen.

For nylig spurgte en af de frivillige i klubben om hun ikke ville have en trøje med påskriften 'Træner' på ryggen "Jo, det er måske en meget god ide", siger hun med et smil.



Mette fortæller samtidig, at de frivillige og forældrene i Gislinge BK i høj grad har hjulpet hende med at falde til klubben. Men det har også krævet, at hun selv har været opsøgende.

"Det er en ret social klub hernede, og det fungerer rigtig godt, og man hjælper hinanden. Sådan noget er også enormt motiverende – for en ting, det er at komme og træne, men man er også nødt til at engagere sig lidt i klubben for at mærke det sociale, fordi så står du faktisk heller ikke så alene om det. Og der er man nødt til at være lidt opsøgende, for jeg kan godt forstå, at der er nogen, der drukner lidt i det, hvis de holder sig væk fra alt det andet. Så lang tid tager det heller ikke. Der er kun den tid man selv træner, og så kan man også få rørt sig lidt og få lidt frisk luft. Nu sidder jeg bag et skrivebord dagen lang, så jeg synes det er rart at komme ud og få lidt luft i hovedet", siger Mette Jespersen med et smil.

"14-15 labrador-hunde"

Som træner for U14 drengene har Mette særligt oplevet en enormt stor taknemmelighed fra U14 drengene.

"Jeg tror, at det der er i det, det er, at der er et eller andet med mor og søn. Og så er de jo enormt taknemmelige for, at der er nogen, der gider at træne dem, så den taknemmelighed mærker man jo ved, at de kommer troligt, og at de er glade, det er jo ligesom at have en 14-15 labrador-hunde, der står og venter på, at man kommer og træner dem 'hvad skal vi så i dag', siger de", fortæller hun med et smil.

Og netop den glæde beskriver Mette som en fed følelse.

"Og den glæde. Nogen gange skal man gøre noget, og her giver man ikke bare til en eller anden tilfældig, her giver man til nogle, der gerne vil modtage, og det synes jeg faktisk er en fed følelse, at der er nogen, der bare er så taknemmelige over, at du gider at bruge tid på dem. Fordomme eller ej, så giver du noget til det lokale, og du sikrer, at der er noget at komme efter i den lokale klub."

Mette tror ikke, at hun var blevet træner, hvis hun ikke selv havde spillet fodbold.

"Jeg tænker, at jeg nok ikke ville have sprunget ud i det, hvis jeg ikke havde trænet fodbold før, fordi det kræver også noget viden, for du skal også kunne give noget, der har en relevans. Det nytter ikke noget, at du bare træner på dine blå øjne. Jeg tænker, at man er nødt til at have spillet fodbold først for at kunne give noget relevant viden videre", forklarer Mette.

Når Mette ikke er fodboldtræner, så er hun administrationschef i en virksomhed, der arbejder med miljø og logistik.



Derfor giver fodbolden et kærkomment afbræk fra skrivebordet – og endnu vigtigere en masse oplevelser sammen med sønnen Niclas.

"Det giver noget tid sammen i en travl hverdag. Der er ture til og fra kampe. Der er tiden til træning, som man selvfølgelig også deler med andre, men så kører man tre kvarter den ene og den anden vej i bil, hvor man får snakket og pjattet og får hygget. Det kan godt gå lidt meget op i arbejde og lektier og fritidsinteresser og alt muligt andet end tiden sammen, og det synes jeg faktisk er rigtig rart", siger Mette Jespersen.

Den 'uventede trænertjans' har også givet hende et helt andet indblik i hendes søns liv gennem kammeraterne.

"Det gælder også hans kammerater, hvad de mødes omkring, for de glemmer tit, at jeg er moderen, når vi kører til kamp. Når de snakker vidt og bredt på bagsædet – og jeg tænker 'lad dem bare'. Det giver mig en ide om, hvor han er henne, og hvordan han har det, og hvad de egentlig laver. Og den indsigt ville jeg ikke have på samme måde derhjemme, hvor hverdagen bare kører, for alle har travlt i dag. Jeg kan ikke huske, hvornår vi derhjemme bare har spillet fodbold i haven for hyggens skyld. Det her er bare legepladsen for alle, og det synes jeg er fedt", siger Mette Jespersen.

NÅR FODBOLD *er lig med* FAMILIETID



CHARLOTTE STRØMLUND (32)

NICOLINE JOSEFINE STRØMLUND (8)

"Spil bolden mor" – råber Nicoline på 8 år, så højt, at jeg uden at anstrenge mig sagtens kan høre det fra min bil, på p-pladsen 100 meter væk fra banen i Rødovre.

De er de eneste to på banen og boldene er fundet frem og gjort klar til senere, hvor banen vil være stuvende fuld af piger på Nicolines alder. Opfordringen er henvendt til Charlotte Strømlund, der svarer ved elegant at sparke bolden retur til sin datter, der farer afsted med den ved fødderne. Begge med et stort smil på læben.

Når mor bliver træner

Det seneste halvandet år har Charlotte Strømlund været træner for sin datters hold. Overgangen til at blive træner kom egentligt meget naturligt for Charlotte, der siden Nicoline startede til fodbold som 3-årig, har været omkring holdet.

Men hvordan er det så at have sin mor som træner? Nicoline svarer:

"Det kan godt være irriterende nogle gange, når hun råber ad mig. Men ellers er det meget fint. Hun er god til at finde på træning, synes jeg."

Om at være træner for sin datter fortæller Charlotte: "Jeg synes det er en rigtig god måde at være med på, og være med til at udvikle og præge sit eget barn. Det er en rigtig god måde at være sammen på og være en del af det, der fylder i sit barns liv".

Det er dog ikke altid det nemmeste at skulle være mor og træner samtidig, og for Charlotte kan der stadig opstå udfordringer ved at være både/og:

"Den udfordrende del er jo i det her er, at det er min datter og at man er træner for et hold, og nogle gange er forventningerne lidt højere til ens egen datter, og man presser hende måske mere, end man burde gøre, fordi man ved hun kan mere", forklarer Charlotte Strømlund.

Den svære balanceagt

Derudover er der den udfordring, som rigtig mange forældre, der har været træner for deres børn, vil kende til.

"Der er også balancen i, at de andre forældre ikke skal føle, at Nicoline bliver prioriteret mere end de andres børn, og den



synes jeg stadig ikke helt, at jeg har fundet", siger Charlotte Strømlund og tilføjer:

"Jeg synes, at man kommer til at vægte hende lidt lavere i forhold til de andre, netop fordi man ikke kan få den der på sig med, at ens barn har fordele. For eksempel fik hun, da hun var mindre, sjældent fidusbamsen, og det samme når vi skal kære årets spiller eller årets fighter, den giver man helst heller ikke sit eget barn"

Løsningen for Charlotte er at bruge sin medtræner, som også har en datter på holdet, og på denne måde gøre brug af hinanden, både for at undgå forfordeling, men i langt højere grad for at undgå det modsatte - at deres døtre enten får mere kritik end de andre på holdet eller bliver nedprioriteret.

Fodboldfamilien

For familien Strømlund er fodbold en del af hverdagen og fritiden. Charlottes mand og Nicolines far, er formand i klubben, samt træner for Nicolines storebror, som også spiller i klubben.

"Det er lidt et valg vi har taget, at vi alle har fodbolden, som en del af livet.

Vi har valgt at støtte op om børnenes ønske, at det var fodbolden, de gerne ville, og der har vi så valgt, at det er det vores familieliv handler om, hvor det for andre måske er noget andet der fylder", forklarer Charlotte Strømlund.

Og lige netop det, aktivt at vælge fodbolden til i en sådan grad, som familien Strømlund har gjort, er et tema, som Charlotte og hendes mand tit taler om:

"Vi snakker tit, mig og min mand, om hvad det betyder for børnene, at vi er en så stor del af det, og vi håber og tror på, at de vil tænke tilbage på en masse fede oplevelser som familie, og at deres mor og far har været med hele vejen."

Charlotte har selv tidligere været elite-basketballspiller, og for hende var idræt og foreningsliv en værdi, hun gerne ville give videre til sine børn. Men på en anden måde end Charlottes

te selv oplevede det, da hun var barn: "Mine forældre var ikke med på sidelinjen, og der føler jeg, at de gik glip af en masse".

Når mor er for meget

Når fodbold fylder så meget i familielivet, at klubhuset og børnene bliver besøgt ligeså meget som hjemmeadressen, så er det naturligt, at der også er tidspunkter, hvor Nicoline synes hendes mor kan være for meget, fortæller Charlotte:

"Man kan mærke når, man når de hårde perioder. Der læser Nicoline af hos sin far og siger, nu har mor bare været alt for

meget, og vores søn, Emil, lægger af på mig. Så man kan sige, at vi får knyttet et særligt bånd til hinanden, Nicoline og jeg, men det synes jeg faktisk også, at hun gør med sin far, fordi det er ham hun bruger til at læsse af på."

Derfor gør Charlotte og hendes mand også meget ud af at støtte hinanden og være med på sidelinjen, når den anden træner. For at kunne tale om, hvordan de kan blive bedre i deres coaching, både af resten af holdet og i forhold til deres egne børn.

Det hele værd

Charlotte er ikke i tvivl om at det at være træner for sit eget barn er det hele værd:

"Jeg vil til hver en tid anbefale det, specielt hvis man har interessen for det. Jeg fortryder på ingen måde, og har ingen planer om at stoppe. Jeg tror på, at jeg ved at være træner for Nicoline, kan være med til at gøre, at hun gider det endnu mere, og at hun synes det er fedt, fordi vi får en masse oplevelser sammen. Ikke kun på fodboldbanen, men også i det sociale og på ture."

Og spørger man Nicoline om hun kunne tænke sig sin mor som træner, så er svaret også klart og tydeligt.

"Ja!"

**"VI HÅBER OG TROR PÅ AT DE VIL
TÆNKE TILBAGE PÅ EN MASSE FEDE
OPLEVELSER SOM FAMILIE, OG AT
DERES MOR OG FAR HAR
VÆRET MED HELE VEJEN."**

– CHARLOTTE STRØMLUND –

NÅR SAM ER DET VI

Af Casper Boe Jensen

Det er to tætpakkede cykler, der kommer mig i møde på banerne hos Måløv Boldklub. Slæbende på dem er Emma på 6 år og hendes mor Ann-Stina Brinkmann. "Vi har ingen bil, og vi kommer direkte fra skole, og Emma har været hos sin far i weekenden", siger Ann-Stina, da hun ser mit let forundrede blik over den store opbakning, der slæbes afsted på de to gange to hjul.

Vi går ind i den nærliggende hal. Ann-Stina ulasteligt klædt i Måløv Boldklub-tøj fra top til tå og med spritnye fodboldstøvler mens Emma er iklædt en lyserød regndragt med gummistøvler. Emma sætter sig helt tæt ved sin mor, og det er tydeligt at se, at hun er glad for at se sin hende og træet efter en mandag, der har budt på skift fra far til mor og en lang skoledag.

Fra Pigeraket til fodboldspiller og træner

"Kan du huske vi var til pigeraketten? Og det syntes du var ret sjovt", spørger Ann-Stina sin datter, der nikker, som svar på hvorfor Emma valgte at starte til fodbold. Samme dag valgte Ann-Stina at melde sig som træner for sin datter, på trods af, som hun selv siger det: "Jeg havde ikke nogen forstand på fodbold overhovedet, som i slet ikke".

Men en kvik klubrepræsentant sagde efter pigeraketten, og de efterfølgende 3 prøvetræninger, at nu var det tid til at finde en træner. Eneste krav var, at det skulle være en af mødrene. "Og så endte det med at være mig", husker Ann-Stina tilbage: "For jeg syntes faktisk, at det kunne være en sjov udfordring".

Vil gerne involveres

Bag valget om at blive træner for sin datter, ligger ønsket om at involvere sig i sin datters liv, og spørger man Emma, så er hun da også glad for involveringen og for at det er hendes mor, der står på sidelinjen. "Jeg er glad for at have min mor som træner, fordi hun kender mig, og hun er en god træner", svarer Emma.

Den største udfordring

Som for mange andre forældre, der er trænere for deres børn, er det i mødet imellem at tilgodese holdet og sin datter samtidig, at de største udfordringer for Ann-Stina som forældretræner opstår. Ikke fordi hun er bange for, hverken forfordele Emma eller gøre det modsatte.

"Den største udfordring er, at det ikke er det hele, som Emma er

ANN-STINA BRINKMANN

MAVÆRET GTIGSTE

med til, hun vil gerne nogle gange sidde ude. Og det er det, som man må give køb på nogle gange, når man er træner og mor, så må man bare lade hende være og koncentrere sig om de andre", fortæller Ann-Stina Brinkmann og fortsætter:

"Hvis man ikke var træner samtidig og kun med på sidelinjen, så kunne man måske bedre skubbe til sit barn, men jeg har ikke tid til at stå og overtale hende, når jeg skal træne de andre."

Lige netop den problemstilling bliver også tydelig allerede inden dagens træning, hvor Emma ikke ønsker at skifte til træningstøj og således hele træningen er iført sit regntøj, om end dog med kondisko fremfor gummistøvler.

Under træningen bruger Emma, trods forsøg på overtalelse både fra sin mor og holdleder, langt den meste tid udenfor banen med at lege med udstyret, imens de andre piger render rundt med hendes mor og laver øvelser.

De vigtige værdier

For Ann-Stina handler det også om give nogle værdier videre til Emma. "Vi har altid været en meget aktiv familie, og det er helt sikkert en vigtig værdi for mig. At vi kommer ud og rører os og laver nogle ting sammen. Samtidig er det at være en del af forening og et fællesskab helt fantastisk. Det synes jeg også er rigtig hyggeligt og en god ting at lære", siger Ann-Stina Brinkmann.

For Emma betyder det, at hun er en del af et hold i Måløv BK, at hun også møder børn fra byens andre skoler. Dermed lærer hun andre børn at kende på tværs af Måløv. For Ann-Stina betyder det et større netværk i den by de bor i, en ikke ubetydelig afledt effekt, når man er alenemor med to børn og hverdagen hurtigt går med logistik.

"Mor helt for mig selv"

For Emma er det mest af alt det at være sammen med sin mor, der virker til at lokke hende med til fodbold i dag. Emma ved da også godt, hvad hun lige nu glæder sig mest til, når man spørger hende, om hun håber, at hun også har sin mor som træner om 5 år: "Om 5 år har jeg mor helt for mig selv, for der er min storebror gammel nok til at flytte hjemmefra", siger Emma.

Fodbolden ved hun dog ikke om hun stadig spiller, men det virker heller ikke til at være det vigtigste for hendes mor. Det vigtigste er, at de er sammen, aktive og er en del af et fællesskab.



EMMA BRINKMANN PEDERSEN
(6 ÅR)

Rollemodeller *skal få piger* på fodboldbanen

Der mangler piger på landets fodboldbaner. Et nyt projekt har derfor fokus på at få flere kvindelige trænere, for de skal være med til at vise, at fodbold bestemt også er for piger.

Af Michelle Thygesen. Foto DBU Sjælland

De leger, spiller og griner sammen på banen. Der er mandags-træning for klubbens yngste hold for piger i alderen 7-12 år i Fløng-Hedehusene Fodbold. Selvom alderen på holdet spænder bredt, har de svært ved at stille hold, og pigerne nyder derfor mest godt af de to ugentlige træninger.

En af holdets trænere er 15-årige Anna Roost Pedersen, der,

udover sin egen fodboldtræning med U15-pigerne, glædeligt tager et ansvar for at få flere piger på klubbens fodboldbaner.

"Pigerne skal føle, at fodbold også er for piger, og jeg vil gerne være med til at give nogle af de oplevelser, jeg selv har haft, videre," siger Anna Roost Pedersen.

Hun er sammen med en håndfuld andre piger fra klubben





en del af et projekt, der skal få flere piger til at snøre fodboldstøvlerne.

En af pigerne til dagens træning er Maya Regaard Larsen på syv år, der har gået til fodbold i ét år. Hun er glad for at spille sammen med andre piger på hendes alder, da det ikke er helt det samme at spille med de jævnaldrende drenge i klubben.

"Det er sjovt at spille fodbold, men det kunne være hyggeligt, hvis der kom flere piger, for så kunne vi spille kamp," fortæller den syv-årige pigespiller.

Fokus på flere kvindelige trænere

Der skal flere piger og kvinder i dansk fodbold. Sådan lyder målet med en ny indsats, hvor de tre fodboldklubber Tåstrupgård 1980 IF, Høje Taastrup IF-Fodbold og Fløng-Hedehusene Fodbold i samarbejde med Høje Taastrup Kommune og DBU Sjælland, er gået sammen om at lave et særligt uddannelsesprogram for at få flere kvindelige trænere, da det tiltrækker flere piger i klubberne. Og det er der en særlig grund til, forklarer Merete Scheelsbeck, der er formand for Fritids- og Kulturudvalget i Høje-Taastrup Kommune.

"Vi vil rigtig gerne have flere børn og unge ind i foreningsidrætten, fordi det udover god motion også giver masser af gode oplevelser og venskaber. Vi har valgt at gøre en særlig indsats i forhold til fodbold og piger for at give dem et socialt aktivt klubliv, og vi er rigtig glade for, at tre af vores lokale fodboldklubber nu har engageret sig og allerede har hvervet flere kvindelige trænere," siger Merete Scheelsbeck.

DBU arbejder også målrettet for, at flere piger og kvinder skal på banen. Senest har Kommissionen for flere piger og kvinder i dansk fodbold, som Diana Andersen er medlem af, netop udgivet en rapport med anbefalinger til netop at få flere piger og kvinder i dansk fodbold. Hun mener derfor, at fokus på flere kvindelige trænere er en god idé.

"Uanset om vi taler bredde- eller elitefodbold er rollemødder vigtige, og lige præcis rollemodeller er en væsentlig del af projektet. Og det er vigtigt at prioritere og ofre nogle ressourcer på området for, at målene, om flere piger og kvinder i dansk fodbold, kan indfries," forklarer Diana Andersen.

Trænere man ser op til

Tilbage på fodboldbanen er pigerne enige om, at det betyder noget, at trænerne er piger.

"Vi kan som piger lettere tale med pigespillere, fremfor hvis trænerne var drenge. Og jeg håber, jeg kan være en rollemodel for andre, for det betyder meget at inspirere og give noget af sig selv," siger Anna Roost Pedersen.

Hun er for tiden rollemodel for et lille hold piger i Fløng-Hedehusene Fodbold. Men hun håber, at projektet kan være med til at endnu flere piger får øjnene op for fodbold og foreningsliv.

"Det betyder meget, at pigerne møder op. Men det kunne være fedt med et helt hold. Det ville betyde meget for både spillere og trænere."

Lærere på banen for elevernes sundhed

Sjællandske lærere underviser i '11 for health'. Dermed får de et forløb med fodbold og sundhed med hjem til brug i 4. – 6. klasse.

Af Anne Tjell, DBU Kommunikation. Foto DBU

"Skyd! Det er lækkert spillet, Kasper." En gruppe lærere løber rundt med armene over hovedet og spiller fodbold, men de jubler og roser hinanden.

Det ligner langt fra en almindelig kamp, men er en del af pensum for at få lærerne til at tænke positivt på fodboldbanen. Smartboard og pegepind er nemlig skiftet ud med træningstøj for 40 sjællandske lærere, som i denne uge undervises i '11 for Health', som er et 11-ugers forløb med fodbold og sundhed for elever i 4.-6. klasse.

For at kunne tage konceptet med hjem til deres elever, er de fra dag et aktive på grønsværen med kreative opvarmningsøvelser, boldlege og sammenhold, som får smilet frem og pulsen op for både nybegyndere og erfarne fodboldspillere.

Fodbold i øjenhøjde med inaktive elever

En af deltagerne er lærer Kasper Haxthausen fra Tjørnegårdsskolen i Roskilde, som kun har ganske få erfaringer med fodbold som barn, hvor det ikke rigtig fængede.

"Jeg synes, fodbold er kedeligt! Men jeg håber, at jeg kan få nogle gode redskaber og inspiration til at få de elever, som har det ligesom mig, engageret i undervisningen," fortæller Kasper Haxthausen, som generelt oplever ud med at få sine elever motiveret til at bevæge sig og være fysisk aktive.

11 uger med dokumenteret effekt

Kasper Haxthausen og de øvrige lærere skal nu hjem og un-



dervise deres elever i 4.-6. klasse i to lektioner ugentligt gennem 11 uger.

Over 12.000 elever har allerede skiftet bekendtskab med konceptet. Med dokumenteret effekt øger '11 for Health' elevernes trivsel og viden om sundhed. Men det har også effekt på elevernes fysiske helbred, for eksempel i forhold til lavere blodtryk og fedtprocent.

Et langt forløb giver god effekt på sundheden

En anden deltager, pædagog Ditte Gyldenholm fra Skolen på Grundtvigsvej, glæder sig til at se, hvilken effekt det lange forløb har på hendes elever. Hun har allerede erfaringer som fodboldtræner og -spiller. Men hun håber alligevel, at kurset kan give hende helt ny viden og redskaber:

"Jeg glæder mig til at opleve, hvad '11 for Health's fokus på sundhed og trivsel kan gøre for eleverne, som traditionel fodboldtræning måske ikke kan. Derfor håber jeg, at det også kan være med til kan fange nogle af de elever, som måske ikke er så interesserede i fodbold."

Nye perspektiver på kedelig fodbold

Ved kursets afslutning har Kasper Haxthausen også fået nye erfaringer med fodbold:

"Jeg gik ind til kurset og så fodbold som noget, man spiller på store hold, og få, dygtige spillere brillerer, mens resten fremstår som tabere og bænkevarmere. Men jeg har fundet ud af, at fodbold kan være for alle på alle niveauer, og det kan samle eleverne, når man spiller på små hold med høj intensitet og godt humør".

FAKTA

'11 FOR HEALTH'

- DBU og SDU har med støtte fra Nordea-fonden indgået et samarbejde om '11 for Health'
- Mere end 12.000 elever har de seneste to skoleår gennemgået forløbet, og flere vil komme igennem i 2018-2020 med de nye '11 for Health'-undervisere'
- Målet er at komme ud til 30.000 skoleelever i 4., 5. og 6. klasse, 1200 skolelærere og 600 skoler.
- Forløbet gør en dokumenteret forskel for både drenge og piger og både for dem, der spiller fodbold i forvejen, og dem, der aldrig har rørt en fodbold
- Effekten viser sig ved positive resultater på elevernes fysiske form og sundhed, eksempelvis springkraft og balance, lavere blodtryk og fedtprocent
- Dertil kommer øget sundhedsviden og positiv virkning på trivsel og indlæring
- Eleverne i 4.-6. klasse undervises i to lektioner ugentligt i 11 uger
- En lektion fokuserer på fodboldfærdigheder, mens den anden har fokus på sundhedsbudskaber. Hver uge præsenteres en ny færdighed og et nyt budskab
- Eksempelvis skal eleverne øve boldkontrol og forsvarsspil i små grupper, mens de kan blive klogere på sundhed ved at drible uden om usunde fødevarer eller alkohol og tobak



Hvem fortjener **anerkendelse** for sit frivillige arbejde?

DBU Sjælland uddeler hvert år en række priser og legater til nogle af de mange ihærdige frivillige, der gør en uvurderlig forskel i de sjællandske fodboldklubber. Nu er det igen ved at være tid til at indstille kandidater til priserne.

Uanset om det er kridtmanden, holdlederen, træneren, bestyrelsesmedlemmet, fanklubformanden eller en helt femte, der fortjener at blive anerkendt for sin indsats i din klub, vil vi gerne høre om det. DBU Sjælland vil gerne hjælpe de sjællandske fodboldklubber med at

synliggøre og anerkende de mange frivillige, som gør et kæmpe stykke arbejde ude i klubberne. Det er vigtigt at anerkende alle de frivillige i hverdagen, men det er også vigtigt at hyld de frivillige, som igennem tiden eller mange år har gjort en ekstra stor indsats for sjællandsk fodbold. Det kan DBU Sjællands priser og legater være med til.

Det kræver kun tre ting:

1. Skriv en begrundelse for jeres indstilling af personen. Kun anmeldte kon-

taktpersoner kan indstille personer til priser og legater.

2. Mærk jeres e-mail med navnet på den pris og/eller det legat, som I ønsker at indstille personen til. Man kan kun indstille personen til en pris eller et legat.
3. Send indstillingen til beha@dbusjaelland.dk. Indstillinger skal være DBU Sjælland i hænde senest den 15. november. DBU Sjællands bestyrelse udpeger herefter legatmodtageren.

DBU SJÆLLANDS PRISER OG LEGATER

ERIK ASMUNDS REJSELEGAT

Opkaldt efter DBU Sjællands formand gennem 25 år, er dette legat et helt særligt legat, der hylder en frivillig der har mindst 10 års frivilligt arbejde i klubben bag sig.

Legatet består af en pengepræmie på 10.000 kroner, der er øremærket en rejse til udlandet for modtageren, og gerne i forbindelse med et af de danske landshold, eller til en anden spændende fodboldkamp. Rejselegatet har til formål at fremme og værdsætte de sjællandske og ulønnede fodboldledere og trænere, der har ydet en særlig indsats for fremme og udøvelse af sjællandsk og/eller dansk fodbold.

Krav

Følgende krav skal være opfyldt for, at din indstilling kommer i betragtning til Erik Asmunds Rejselegat:

- Ulønnet ildsjæl.
- Synlig ildsjæl som har mindst 10 års frivilligt arbejde i klubben bag sig.
- Ydet en særlig indsats for fremme og udøvelse af sjællandsk og/eller dansk fodbold.
- Eksemplarisk stykke frivilligt arbejde.
- Klubben skal være medlem under DBU Sjælland

GEPARD PRISEN

Titlen og prisen tildeles en ung ildsjæl, der har markeret sig ved en særlig indsats for en – eller flere foreninger (eksempelvis som leder, træner, instruktør, bestyrelsesmedlem, udvalgsmedlem, initiativtager eller lignende). Ved en særlig indsats menes der, at vedkommende lægger en tidsmæssig og arbejdsmæssig stor frivillig og ulønnet indsats i foreningens arbejde, som ligger ud over det normale og fortjener anerkendelse. Prisen er et skulderklap til en ung frivillig ildsjæl, der kæmper for at gå nye veje i en meget traditionsbundet kultur. Gepard prisen består af et diplom samt en check på 5.000 kroner.

Krav

Følgende krav skal være opfyldt for, at din indstilling kommer i betragtning til Gepard prisen:

- Ulønnet ildsjæl.
- Ung ildsjæl i alderen 15 til 35 år.
- Markeret sig ved en særlig indsats i fodboldklubben.
- Markant/initiativrig i forbindelse med projekter, specielle tiltag og lignende i klubben.
- Klubben skal være medlem under DBU Sjælland

SOMMERLAND SJÆLLAND BØRNELEDERPRIS

Sommerland Sjælland Børnelederpris er en lederpris, der sætter fokus på en ekstraordinær indsats i børnefodbolden. Prisen formål er at anerkende og synliggøre det store og uundværlige arbejde frivillige ledere udfører til fordel for børnefodbolden. Sommerland Sjællands børnelederpris består af et diplom samt en check på 5.000 kroner. Det er ikke afgørende om prismodtageren har sit virke som børneformand, børneansvarlig, årgangsleder, bestyrelsesmedlem eller lignende lederposter, men opgaven skal være ulønnet.

Krav

Følgende krav skal være opfyldt for, at din indstilling kommer i betragtning til Sommerland Sjælland Børnelederpris:

- Ulønnet ildsjæl.
- Alder er ikke afgørende.
- Idealist.
- "Synlig" – som minimum i lokalområdet.
- Markeret sig ved en særlig indsats for børnefodbolden (U12 og yngre) på Sjælland.
- Ildsjæl - markant/initiativrig i forbindelse med projekter, specielle tiltag o.l.
- Klubben skal være medlem under DBU Sjælland

ÅRETS FODBOLDLEDER

Denne frivillighedspris er ny og en smule anderledes end de øvrige legater DBU Sjælland uddeler. Efterfølgende vil man på DBUs repræsentantskabsmøde vælge én kandidat ud af de fem valgte fodboldledere fra Sjælland, Jylland, Fyn, Lolland-Falster, København og Bornholm, som bliver årets danske fodboldleder og indstilles til prisen som "Best Grassroot Leader" i UEFA.

Krav

Følgende krav skal være opfyldt for, at din indstilling kommer i betragtning til Årets fodboldleder:

- Skal have været aktiv som frivillig, ulønnet leder indenfor en fodboldklub og/eller lokalunion
- Skal have gjort en markant forskel for medlemmerne – ikke nødvendigvis gennem en lang årrække • Personen skal evne lederskab, dvs. motivere, være iderig, vedholdende og samle kræfterne i klubben
- Indstillingen må meget gerne være understøttet af andre klubber end den pågældendes egen

ÅRETS FODBOLDKLUB

Hvert år indstiller DBU Sjælland og de øvrige lokalunioner samt de jyske regioner en kandidat til prisen som Årets Fodboldklub i Danmark. De lokale vindere bliver automatisk indstillet til prisen som årets fodboldklub. Feltet skærpes efterfølgende ind til 4 nominerede klubber, hvoraf en bliver kåret som Årets Fodboldklub i Danmark. Vinderen indstilles desuden til Årets Idrætsforening hos DIF og UEFA's pris Best Grassroots Club.

Krav

Følgende krav skal være opfyldt for, at din indstilling kommer i betragtning til Årets Fodboldklub:

- Den gode historie, der kan inspirere andre klubber
- Klubben har gjort sig bemærket ved særlige initiativer, der styrker lokalområdet
- Klubben er involveret i projekter sideløbende med de traditionelle trænings- og turneringsudbud. Det kan være Fairplay-aktiviteter, fokus på - rekruttering og fastholdelse, fokus på træningskultur
- Klubben har gennemført ekstraordinære tiltag såsom integrationsprojekter, skolesamarbejde, erhvervssamarbejde, særlige tiltag for pigefodbolden, fri for mobning osv.
- Klubben udbyder uddannelsesstilbud til trænere, leder, spillere m.m.
- Klubben deltager i lokalunionernes turneringstilbud
- Klubben har en eller flere ledere, der kan associeres med ovenstående

STYRK

Vær med til at udforske og udvikle frivilligheden i din klub med

Af Simone Deisting Skej

Byder forældrene og de andre traditionelle frivillige ikke længere ind på opgaver i klubben? Hører I hele tiden undskyldningen: 'Jeg har ikke tid til at hjælpe'? Og er I således de samme få, der må trække læsset i klubben?

Hvis du kan svare ja til noget af det ovenstående, så er FrivilligUge 39 spændende for dig!

DBU Sjælland ønsker i denne uge nemlig at udforske og bidrage til at styrke frivilligheden, så vi sammen kan blive ved at gøre en forskel for tusinder af fodboldglade børn, unge og voksne på hele Sjælland.

FRIVILLIGHEDSWORKSHOPS

I samarbejde med en række klubber afholder vi tre workshopaftener geografisk fordelt på Sjælland, hvor du kan komme og høre inspirerende historier og få arbejdet konkret med dine idéer.

På workshoppen får du blandt andet:

- Ideer til, hvordan I kan engagere pensionister fra lokalområdet, da de er den befolkningsgruppe der meget åbne for rekruttering. De er vokset op i en tid, hvor det var en grundværdi at tage ansvar for samfundet. Odsherred Golfklub fortæller deres succeshistorie.
- Få simple og konkrete værktøjer til succesfuld rekruttering af frivillige. Red Barnet deler deres erfaring om hvordan de gang på gang lykkes med at rekruttere frivillige til deres projekter.

På aftenerne vil vi udover at give jer inspiration til måder at arbejde med frivillighed på, også for alvor hjælpe jer i gang med udviklingen, når vi sammen arbejder med konkrete værktøjer, som kan bidrage til rekruttering af nye frivillige i klubben.

Hvis I er flere fra klubben kan I for alvor få arbejdet igennem med jeres idéer, så tag endelig din klubkollega, en interesseret forælder/bedsteforælder/spiller eller en helt tredje under armen.

De tre værtsklubber er:

- Esrum IF, tirsdag den 25/9-2018.
- Ringsted IF, onsdag den 26/9-2018.
- Himmelev-Veddelev BK den 27/9-2018.

Tilmelding sker ved at skrive til frivilligkoordinator
Simone Skej på mail sims@dbusjaelland.dk

 **GIV
EN HÅND**
- OG GØR EN FORSKEL

FRIVILLIGHEDEN I DIN KLUB

masser aktiviteter og god karma den sidste uge i september.

Få hjælp til at rekruttere frivillige ude i din klub

Vi ved, at en af de største barrierer for ikke at være frivillig er manglende viden om opgaver samt mangel på at blive spurgt! Det vil vi hjælpe jer med at lave om på!

Derfor rykker DBU Sjællands ambassadører i denne uge ud til forskellige sjællandske fodboldklubber. Her vil de sammen med en af jer fra klubben gå rundt på grønsværen og snakke med forældre/bedsteforældre/spillere med videre om vigtigheden af at give en hånd med i klubben.

Afhold Åbent hus/ Frivillig fredag

Frivillig Fredag foregår den 28. september i foreninger hele landet over. Gør som mange andre foreninger og åbn klubben op for eksisterende og nye medlemmer og frivillige. Inviter for eksempel de frivillige til hyggeligt samvær og hyl dem eller inviter klubbens forældre, det lokale gymnasium, plejehjem eller andre forbi til en frivilligaften - det er en oplagt mulighed for både at motivere de eksisterende frivillige og rekruttere nye.

Hjælp til afvikling og promovering af arrangementer kan fås hos projektkoordinator Simone Skejøl: sims@dbusjaelland.dk



”DET VAR EN SPÆNDENDE AFTEN, FORDI MAN FIK NOGLE INPUT TIL NYE MÅDER AT ARBEJDE MED FRIVILLIGHEDEN PÅ. AT VI KAN INSPIRERE HINANDEN PÅ TVÆRS AF KLUBBERNE OG HJÆLPE HINANDEN MED AT STYRKE FRIVILLIGHEDEN, SER JEG KUN SOM NOGET POSITIVT. EN AFTEN SOM I AFTEN FREMMER KLART SAMARBEJDET MELLEM KLUBBERNE.”

– DELTAGER PÅ FRIVILLIGHEDSWORKSHOP I VIPPERØD SIDSTE ÅR



Kagekonens fodboldbageri

Fodbold og hygge hænger sammen, og hvad er mere hyggeligt end hjemmebag? – Sjællandsk Fodbold har i sæsonen 2018 allieret sig med Helle Rimmer, selvudnævnt kagekone, tidligere deltager i "Den Store Bagedyst" og ejer af Rimmers Køkken.

"Jeg har været på rov" – udbryder Helle Rimmer glad, da jeg træder ind i den store flotte have, Helle og hendes mand har brugt det meste af sommeren i. "Forskellen er bare, fra dengang jeg var barn, at denne gang har jeg fået lov", smiler Helle og viser mig de flotte æbler, som i dag skal bruges i bagværket.

Dagens opskrifter kendetegner egentlig Helles tilgang meget godt. Hun er ikke bange for at tage klassiske kager under kærlig behandling eller finde på noget helt nyt, alt efter hvad hun lige finder på.

Madeleines

Derfor er det også sjovt, at vi lige netop i dag skal lave en kage som, "og det er meget vigtigt" understreger Helle, skal bages

i en muslingeskal-form. For hvis der er noget Helle ikke går særligt op i, så er det, at alt skal være ens og have samme form, ja nærmere tværtimod.

Helle er dog også temmelig sikker på at den første kage, kendt som Madeleines, når alt kommer til alt, godt kan laves uden en muslingeform. "Jeg er sikker på at madeleinesne' er pænt ligeglade med om de er bagt i en muslingeform", griner hun og sætter straks den første omgang i ovnen.

"Til gengæld så er det faktisk lidt vigtigt, at man spiser dem ikke alt for længe efter de er lavet. For de kan godt gå hen blive lidt tørre. Så lad være og bage dem og lad dem stå i flere dage, men spis dem gerne lidt lune".

OPSKRIFT PÅ APPELSIN, BLÅBÆR OG HASSELNØDDE MADELEINES:

Ingredienser:

190 g sukker
3 æg
190 g mel
1 ½ tsk bagepulver
2 tsk vanillesukker
50 hasselnøddemel
1 usprøjtet appelsin, revet skal (en stor appelsin, da vi skal bruge saften også)
0,75 dl appelsinsaft
90 g smeltet smør
1 lille bakke blåbær

Metode:

- Hak hasselnødder i den lille hakker til stavblenderen. Behøver ikke være 100% finthakket
- Riv skallen af appelsinen og pres appelsinsaften
- Smelt smørret ved lav varme
- Pisk sukker og æg hvidt og skummende. Tilsæt appelsinskallen
- Bland mel, bagepulver, hasselnøddemel og vanillesukker og rør i dejen ad et par omgange, skiftevis med appelsinsaften
- Vend den smeltede smør forsigtigt, men samtidig grundigt i dejen
- Fyld evt på sprøjtepose og læg på køl 1/2 times tid for at få smørret til at stivne lidt igen
- Sprøjtes i madeleine forme. Pres en enkelt eller to blåbær ned i dejen. Bages ved 180-200 grader i 0-15 min til de er smukt gyldne
- Smager allerbedst lune og bør spises samme dag. Evt overskydende dej sættes bare på køl til dagen efter. Kan godt holde sig koldt et par dage



OPSKRIFT PÅ ÆBLEMUFFINS MED MANDLER:

Ingredienser:

375 g mel
4 tsk bagepulver
2 tsk vanillesukker
90 g koldt smør
220 g sukker
150 g mælk
150 g creme fraiche
2 æg

Æblefyld:

3 æbler med god syre
½ usprøjtet citron, revet skal og saft
75 g sukker (måske mere eller mindre)
2 tsk vanillesukker
75 g friskhakket mandelmel

Evt. Æblesirup:

6-10 æbler, presset æblesaft

ÆBLEMUFFINS MED MANDLER

Dagens anden opskrift udspringer af Helles barndom, hvor hun gerne gik på æblerov hos naboerne. "For vi havde kun mirabeller, og dem fik jeg så mange af, at jeg i dag nærmest ikke kan tåle synet, så får jeg ondt i maven". Men æblerne blev hun ikke trætte af.

Samtidig er det en opskrift, som passer godt til den årstid vi går ind i, æblerne modnes og typisk har man næsten flere, end man selv kan nå og spise. Så hvad er bedre end at invitere fodboldholdet på muffins bagt af æbler fra haven, det er noget, der skaber samvær og hygge.

Metode:

- Lav en æblesirup, hvis du har lyst ellers ikke. - Kør æbler gennem din juicer. Kog æblesaften ind (uden at tilsætte sukker), indtil den begynder at 'boble tykt'. Tager nemt op til en times tid
- Æblefyldet: Skræl æblerne og skær dem i både eller tern. Kog dem op med lidt vand, citronsaft og sukker (tilsæt sukkeret lidt efter lidt. Mosen må gerne være lidt syrlig. Tilsæt citronskal og vanillesukker som ekstra smagsgivere. Hak mandelmelet i den lille hakker til stavblenderen og brug det som jævner og smagsgiver. Stil til side til afkøling
- Sæt ovnen på 200 grader
- Bland mel, bagepulver og vanillesukker. Nuldr smørret i melet og rør sukkeret i med en grydeske
- Tilsæt æg og crème fraicheblandingen og rør hurtigt og omhyggeligt dejen igennem, stadig med en grydeske. Pisker du dejen, vil den miste pusten og blive kompakt (don't ask why)
- Hæld en skefuld dej i en muffinform. Hæld en god teskefuld æblefyld i midten og dæk mosen med endnu en skefuld dej. Pynt til sidst med mandelflager
- Bages ca 20-25 min (størrelsen bestemmer tiden) ved 200 grader
- Lige når dine muffins er kommet ud af ovnen, hæld en lille spsk sirup hen over. Giver saft og syre

HELLE RIMMER

Helle Rimmer er i dag selvstændig med Rimmers køkken, hvor hun tager land og rige rundt for at dele ud af sin glæde ved madlavning og bagning. Helle Rimmer kan kontaktes på hendes Facebook side "Rimmers køkken", hendes opskrifter kan findes på cookpad.com/dk (søg på Rimmers køkken), ligesom at Helle Rimmer kan opleves i forskellige sammenhænge, blandt andet i samarbejde med Miele.

Derudover er du/l meget velkommen til at kontakte helle på hendes Facebook side hvis du/l gerne vil høre om muligheden for at få hende ud og lave noget mad sammen.



KampKlar

giver Flemming mere tid til fodbold

Med holdværktøjet KampKlar har Hjerting IF's træner-team for U11 Piger fået mere tid på banen fremfor ved skrivebordet. Samtidig er både forældre og klub bedre opdateret med information.

Af Ina Tofterup

Kontingentlister, som skal skrives og afleveres til kassereren. Kampflytninger, der skal kommunikeres videre til spillere og forældre. Spillerbeskeder pr. telefon og sms med afbud til træning og kamp. Trænerjobbet i en helt almindelig klub, Hjerting IF ved Esbjerg, har helt almindelige udfordringer med skrivebordsarbejde som i alle andre almindelige klubber. Men i Hjerting IF har man succes med at benytte DBU's gratis holdværktøj, KampKlar, til at få bugt med de administrative opgaver med et snup-tag.

"Nu foregår stort set alt via KampKlar og meget helt automatisk, så trænerne kan få bedre tid til dét, de er allerbedst til, nemlig at træne, smiler Hjerting IF's pigeadministrator", Flemming Bro Lund.

Styr på medlemslister og kontingenter

Flemming Bro Lund er revisor i sit civile job og han erkender, at han nok er lidt miljøskadet. Han var for et par år siden - som daværende pigetræner - frustreret over, at det var så bøvlet og uoverskueligt at håndtere kontingentlisterne til kassereren og ledte gennem længere tid efter en løsning.

"Så hørte jeg om KampKlar og at spillerlisten herfra blev taget direkte fra klubbens medlemssystem, helt automatisk", forklarer han om den første indgangsvinkel til DBU-værktøjet.

Han prøvede det af med succes og sidenhen har klubben kombineret brugen af KampKlar med online indmel-

delsesfunktionen, hvilket optimerer både KampKlar-spillerlisten og kontingentoversigten for klubben. Så har man nemlig hele tiden et overbliksbillede på, hvem der egentlig går til fodbold og har betalt kontingent. Men er KampKlar så et værktøj for kassereren? Langt fra, det er nemlig træneren og holdet, der er i fokus.

Masser af kommunikation med overblik

KampKlar er nemlig i høj grad et kommunikationsværktøj mellem trænere og spillere/forældre. På Flemming Bro Lunds "eget" pigehold har træner-teamet prøvet forskellige muligheder af og så er der blevet evalueret på, hvad der virkede bedst.

"Til at starte med lagde vi for eksempel alle træninger ind i aktivitetsplanen,

men det blev for uoverskueligt for os, så det har vi lavet om igen", lyder det fra Hjerting IF-ildsjælen.

Derimod har han gode erfaringer med at lave afstemninger på, om man skal tilmelde til et bestemt stævne og han benytter spilleropdelingen i alder og farvekodegrupper efter for eksempel niveau eller erfaring. Også opgavefordelingen fungerer fint i Hjerting IF's KampKlaroversigt, ligesom spillernes opdaterede kontaktoplysninger altid er lige ved hånden.

"KampKlar er ret intuitivt at arbejde i og det er ret svært at lave deciderede fejl, så det får bestemt topkarakter i brugervenlighed", er dommen fra Hjerting-lederen.

For træner-teamet betyder det, at der er meget bedre overblik over for eksempel beskederne fra spillere og forældre, fordi de er samlet et sted og ikke spredt ud over forskellige sms'er og papirlapper. Desuden har hele træner-teamet samme overblik og ikke kun en enkelt træner, der skal holde styr på alt.

FAKTA

HVAD ER KAMPKLAR

KampKlar er et gratis online værktøj, som hjælper trænere/holdledere med at administrere opgaver og styre kommunikationen på et hold. Turnerings- og spillerdata opdateres helt automatisk!

KampKlar tilgås på smartphone via DBU's Fodbold App eller pr. computer via Mit DBU på DBU Sjællands hjemmeside.

En digital forældregeneration er født

De typiske forældre anno 2018 er relativt digitalt velbevandrede. De er flasket op med Skoleintra og smartphones, så KampKlar er bare en naturlig forlængelse. Sådan er i hvert fald opfattelsen i Esbjerg-forstaden Hjerting.

"Vi har fra klubbens side ikke lagt skjul på, at online indmeldelse og KampKlar er obligatorisk for forældrene, men

vi har faktisk stort set kun mødt opbakning”, siger Flemming Bro Lund.

Både forældre og trænere melder tilbage om tilfredshed med, at man hurtigt skaber sig overblik over aktiviteter på holdet og ikke mindst, at overblikket er lige ved hånden. Spillere og forældre skal kun orientere sig et sted – KampKlar – i forhold til børnenes aktiviteter i fodboldklubben.

”KampKlar er en naturlig del af DBU’s Fodbold App og langt de fleste forældre har nærmest mobilen med sig overalt, så det er jo egentlig ret ligetil”, smiler Flemming.

Klubben har naturligvis respekt for, at ting tager tid og derfor er kampplan til køleskabet endnu ikke helt aflivet. Men den er upraktisk, for en enkelt kampflytning gør den uaktuel, mens KampKlar hele tiden byder på det ajourførte program.

KampKlar har nemlig automatisk integration med alle data fra DBU’s andre systemer, så kampændringer, spillernes kontaktoplysninger og den slags er hele tiden opdateret og meget lidt skal manuelt tastes ind. Så snart en kampændring har fået et opdateringsklik i KampKlar af

FAKTA

FÅ ET GRATIS KAMPKLAR-KURSUS I DIN KLUB

IT-kurserne Klubbens IT-værktøjer og KlubOffice Økonomisupport er nu gratis for klubberne. Klubbens IT-værktøjer er et kursus, hvor trænere i klubben kan få samlet undervisning af en DBU-instruktør i bl.a. KampKlar.

Bestil kurset på www.dbusjaelland.dk

træneren, kan spillere og forældre se de nye oplysninger.

Sådan var det ikke med det holdværktøj, som mange i klubben tidligere benyttede sig af. Her skulle alt håndteres manuelt og opdateres løbende. Med KampKlar får man en stor del af det administrative trænerarbejde foræret og det sætter trænere pris på.

KampKlar er fremtiden i Hjerting IF

Siden den spæde KampKlarstart som

pigetræner er Flemming Bro Lund kommet ind i klubbens bestyrelse som pigestrateg og han er primus motor bag klubbens KampKlar-drømme.

Endnu er det ikke alle hold i klubben, der benytter sig af gratis-værktøjet KampKlar, men det er klubbestyrelsens ønske, at det bliver sådan på sigt. Derfor har man holdt et trænerkursus med en DBU-instruktør, der præsenterede KampKlar med udgangspunkt i en skræddersyet løsning til Hjerting IF.

”Efter kurset har vi forsøgt at holde gryden i kog ved, at de mere KampKlar-rutinerede trænere agerer mentorer for de nye trænere, der gerne vil i gang”, forklarer Flemming Bro Lund om Hjerting IF’s måde at implementere systemet.

Klubben arbejder bevidst hen i mod at give trænere mere tid til arbejdet på banen, samtidig med at man på de indre linjer får bedre styr på medlemslister og kontingentkroner. Med KampKlar ser man muligheden for begge dele. Win win.



Brugervenlighed: ”Alle spillere og forældre har hele tiden deres kommende fodboldaktiviteter i lommen via KampKlar på mobilen, mener Flemming Bro Lund”



Gilleleje FK

Med vandet som nabo

Sjællandsk Fodbold har været på besøg i Gilleleje FK til en snak om hvad det betyder for en fodboldklub at være del af det populært kaldte, "vandkants" Danmark.

Af Casper Boe Jensen

Bilens kurs er sat stik nord, faktisk så meget nord, at vi stort set ikke kan komme længere nord på Sjælland. Endestati-

onen er Gilleleje FK, en klub med vandet i baghaven. Dette bliver da også meget tydeligt, som GPS'en i forrude "tid til destination" nærmer sig de 0 og skærmen efterhånden er ligeså blå, som den er grå.

Sjællandsk Fodbolds udsendte har sat formanden for Gilleleje FK, Stefan Mogensen, i stævne til en snak om den helt særegne geografiske placering af klubben i det sjællandske fodboldlandskab, og hvilken betydning det har for klubben. En placering som den nordligst placerede fodboldklub i DBU Sjælland med mere vand, end fastland omkring sig, og med en god times kørsel til DBU Sjællands kontor i Himmelev.

Det er ikke til og se det, hvis man ikke lige ved det

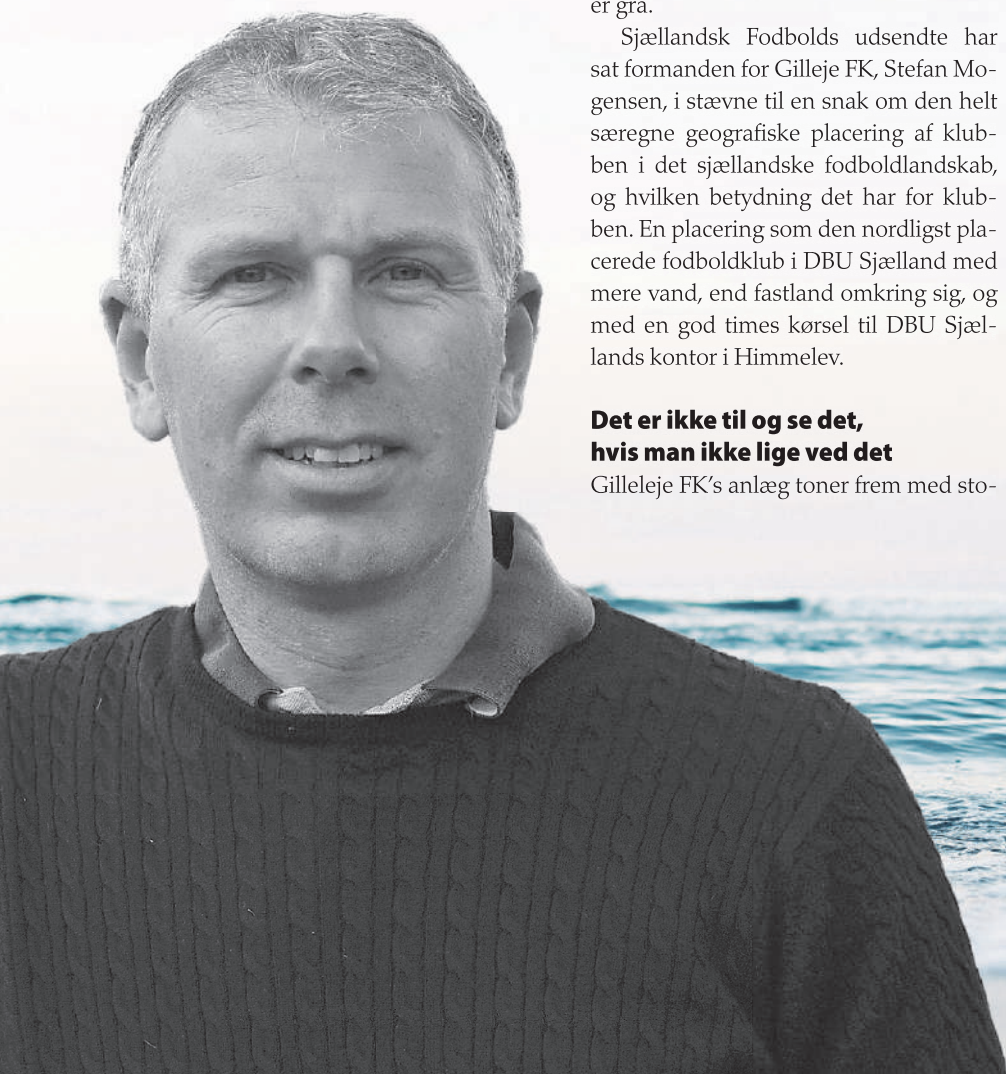
Gilleleje FK's anlæg toner frem med sto-

re flotte baner, to flotte klubhuse, det nye og det "originale", og hvis man ikke lige vidste, at der blot var 500 meter til vandet, så er det ikke til at vide, at vi står helt på kanten af den sjællandske ø.

Der er heller ikke noget vand at se fra anlægget, men der er dog et par banner-reklamer på klubbens opvisningsbane, der afslører at vi er lidt tættere på vandet, end mange andre klubber. På flere af banner-reklamerne er det nemlig de lokale fiskekuttere, der har fået plads, foruden de lidt mere konventionelle sponsorer, som store supermarkeds-kæder og lignende man kunne falde over, i en hvilken som helst anden klub.

Gilleleje er mere

Stefan Mogensen, der de seneste 7 år har siddet for bordenden i bestyrelseslokalet, har selv spillet fodbold i Gilleleje FK





siden han var 6 år gammel. Han er med andre ord en indfødt, og for ham er Gilleleje mere og andet end bare sommerhuse og flotte strande.

"For mange er Gilleleje en sommerhusby, men Gilleleje er mere. Der er masser af forenings- og idrætsliv, vi har vel mere end 100 forskellige foreninger, og derudover er der et godt handelsliv, og der sker noget i byen" fortæller Stefan Mogensen og fortsætter: "Samtidig er vi et lokalsamfund, hvor de fleste kender hinanden, noget vi som klub ser som en stor fordel".

Byen støtter op

For Gilleleje FK handler det om at vende det til noget positivt at være fra et lokalsamfund, helt derude hvor mange først kommer, når sommeren er over Danmark og badestrandene skal udnyttes.

"Vi oplever at byen støtter op om os og det fællesskab, som vi arbejder for. Klubben er en del af lokalsamfundet og mere end blot nogle, der modtager penge. Det gør en enormt glad at opleve den opbakning, og der synes jeg, at vi kan noget helt særligt i vores fodboldklub og vores by" – smiler formanden, inden han stolt nævner, at der til klubbens sidste sponsorcup var intet mindre end 90 tilmeldte – alle sponsorer eller personer med tilknytning til sponsorer i klubben.

Udfordringerne

Adspurgte om udfordringerne ved at

være placeret som DBU Sjællands nordligste klub, svarer Stefan Mogensen efter lidt betænkningstid.

"For os er det jo et vilkår og en del af det og spille fodbold og bo i Gilleleje, at vi for eksempel nogle gange har lidt lange køreture til udekampene, og at der ikke lige er så mange fodboldhold i nabobyerne, som andre steder. Men det gør os ikke noget. Til gengæld har vi da oplevet hold, der ikke kommer den anden vej. Et andet vilkår, som gør sig gældende for os, er at vi i øjeblikket kun har 1 seniorhold, og der ville vi da gerne have flere. Men vi ser at mange fraflytter byen, når de når 'senior-alderen', da de skal til andre byer på Sjælland og studere, mange af dem til København."

Og selvom det kan ærgre formanden at se de unge mennesker tage turen til København for at studere, så ser han det som en helt naturlig del af det at være fra Gilleleje, og som ham selv, kommer nogle da også retur igen efter endt studietid.

Fremtiden i vandkanten

Gilleleje FK består i dag af cirka 340 medlemmer og faktisk har der været en befolkningstilvækst på 300 over de seneste 12 år, således at der i dag bor cirka 6600 personer i Gilleleje. Derfor er det da også en formand, der ser lyst på fremtiden for klubben i vandkanten:

"Vi har arbejdet meget med at få skabt den her fællesskabsfølelse, siden vi trådte ind som ny bestyrelse for syv år

VI OPLEVER AT BYEN STØTTER OP OM OS OG DET FÆLLESSKAB SOM VI ARBEJDER FOR.

- STEFAN MOGENSEN -

siden. Det er også vores mission fremadrettet at gøre endnu mere, med ture, fællesspisning og fællestøtninger på tværs af årgange", siger Stefan Mogensen.

Samtidig vil vi også fremadrettet gøre meget ud af at være en central del af lokalsamfundet og skabe de her gode relationer, som skal til i en by som vores. Det er jo relationerne, der i sidste ende driver det." Konkluderer Stefan Mogensen, inden han tømmer kaffekoppen og bevæger sig ud på de efterhånden fyldte baner, hvor der er gang i to 8-mands kampe.

Måske er det meget sigende for lige netop fællesskabet i Gilleleje FK, at formanden ikke når mange skridt imellem håndtryk, klap på skulderen, smil og sjove bemærkninger, som han bevæger sig henover banerne for at indtage sin plads på sidelinjen, som helt almindelig tilskuer og forælder.





VI SES PÅ
BANERNE!