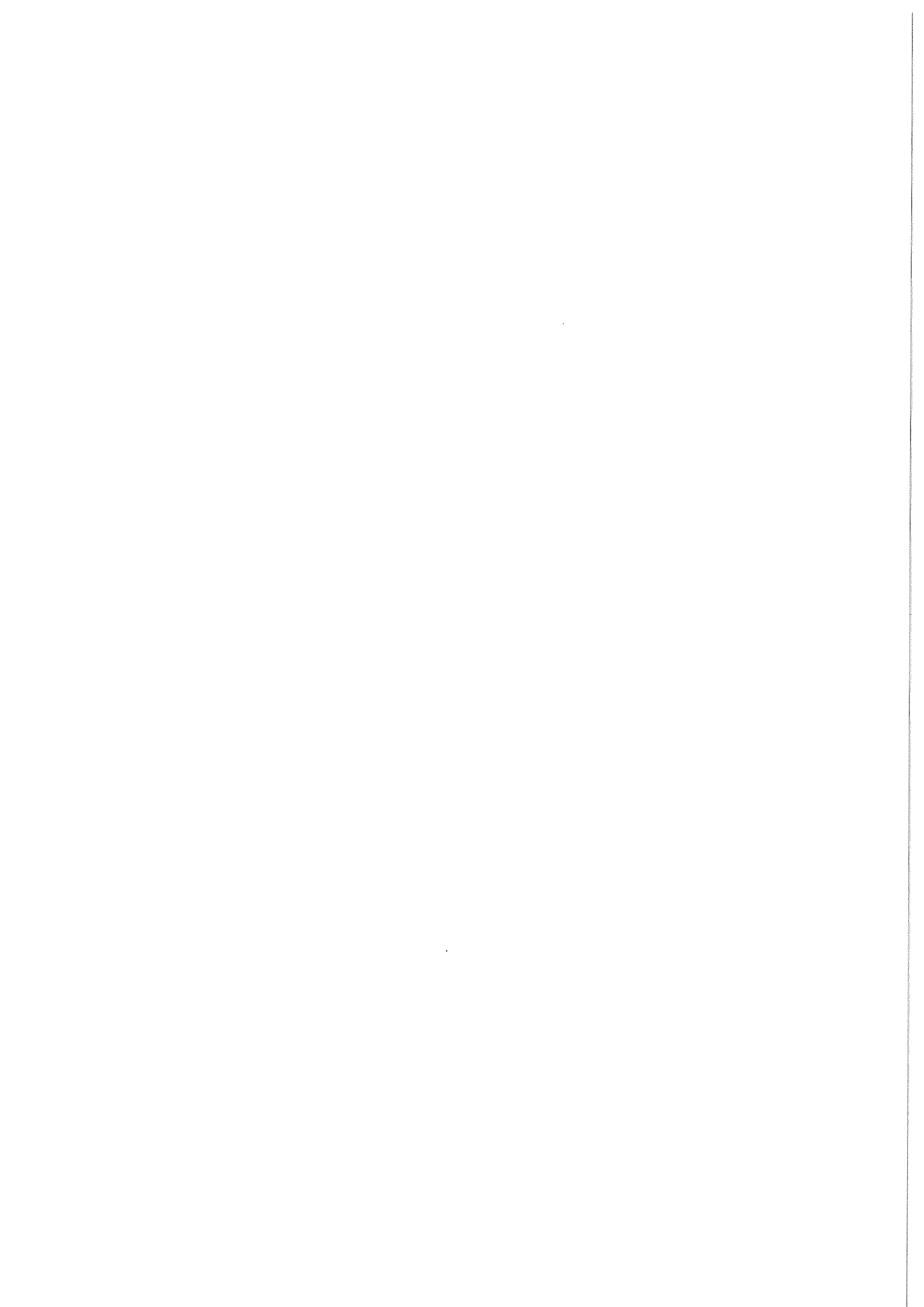


## 2015/1030 IPIR

IDROTTSFÖRVALTNING				ÄRENDEKORT			
IPIR							
Diariernr:	2015/1030			Status:	02-Handläggare tilldelad		
Upplagd:	2015-09-22			Status dat:	2015-09-22		
Avdelning:	Utvecklingsavdelningen			Avslutad:			
Diarieplan:	04.01			Kund:			
Ärendetyp:	Allmänt			Fast.bet:			
Handläggare:	Jenny Åhsberger			Hänv.dnr:			
Sekreteress:	Ingen Sekreteress			Betn:			
Meddelande:				Notering:			
Delegation:				Förvaras:			
Projekt:				Avs/Mott:	FUB Stockholm och Mälarhöjdens IK (MIK)		
Ärende:	Ansökan om idrottsbonus 2015. Samarbetsprojekt mellan FUB Stockholm och Mälarhöjdens IK. JAG KAN VARA MED, 2015-09-22			C/o:			
				Adress:			
				Postadress:			
				Land:			
				Epost:			
				Kontakt:			
				Tel bost/arb:	/		
				Tel fax/mobil:	/		
	Hid	I/U	Händelse	Datum	Info	Notering	
1	2015.2476	I	Handling	2015-09-22	Ansökan om idrottsbonus 2015. Samarbetsprojekt mellan FUB Stockholm och Mälarhöjdens IK JAG KAN VARA MED.2015-09-22, FUB Stockholm och Mälarhöjdens IK (MIK)	Utvecklingsavdelningen 2015-09-22	



# JAG KAN VARA MED

Ansökan Idrottsbonus

STOCKHOLMS STAD Idrottsförvaltningen	
Dnr:	04.01/1030
s-nr:	2015
Inkom:	15-09-22
Till:	UVA JUC
Löpnr:	2476

## Projektets syfte

'Jag kan vara med' är ett samarbetsprojekt mellan FUB Stockholm och Mälarhöjdens IK Fotboll (MIK).

Projektet har som syfte att aktivera så många lågt- och icke-fysiskt aktiva barn och unga med intellektuella funktionsnedsättningar som möjligt. Minst 24 nya aktiva.

Varför är detta viktigt?

Fördelarna med en aktiv livsstil är tydlig sammanfattat i "Idrott och motion bland ungdomar i Stockholm" presenterat 2015-02-19 av Magnus Åkesson, Folkhälsoutvecklare Idrottsförvaltningen, Stockholms stad. Under rubriken "Varför vill Stockholms stad att fler skall idrotta/motionera?" står det

- "Motverkar, lindrar och i vissa fall botar en mängd sjukdomar
- T.ex. hjärt- och kärlsjukdomar, diabetes typ II, fetma, depression, vissa cancerformer mm
- Stärkt immunförsvar
- Ökad bentäthet och muskelmassa
- Bättre koordination, balans, kondition och allmän ork
- Minskade sjukvårdskostnader"

Barn och unga med intellektuell funktionsnedsättningar har en ökad risk att bli inaktiva.

Det är roligt med lagidrott och fotboll är en av världens enklaste sporter att komma igång med. Laget ger gemenskap och nya vänner. Det är också så att fotbollen är världens populäraste idrott och dominerar en del samtal på skolgården. Här finns möjlighet att bryta utanförskap genom att möjliggöra för barn och unga med intellektuell funktionsnedsättning att vara med.

MIK har erfarenhet av att integrera målgruppen i föreningsverksamhet genom MIK All Stars. Föreningen har också startat Sveriges första lag för spelarna med synnedsättning. MIK All Stars startades 2014 i samarbete med FUB Stockholm och har gett erfarenhet och en träningsmetod som bygger på individuell utveckling, delaktighet och glädje. Laget har idag 12 ordinarie spelare - 6 tjejer och 6 killar - i åldrar 8-15.

Eftersom transport är ett hinder för deltagandet tar vi i och med detta projekt verksamheten ut till särskolorna. Starten planeras på Södermalmsskolan där en kontakt med korttidstillsyn enheten har etablerats tack vare Idrottsförvaltningens Fritid för alla seminarium.

Med början på en särskola kan vi därefter sprida verksamheten vidare. UEFA Bas utbildat fotbollstränaren Mark Blake kommer leda projektet. Tack vare egenföretagandet är han relativt flexibel gällande tid och plats - två vanliga hinder gällande denna målgrupp.

För att fler unga skall bli fysiskt aktiva och fortsätta vara det i längre utsträckning skall vi först ta reda på önskemål genom samtal och intervjuer med skolpersonalen och de unga själva. Varje barn får en individuell utvecklingsplan (IUP).

Projektet leds enligt metoden praktisk projektstyrning (PPS) och präglas av empati, delaktighet och samarbete.

### **Projektets mål**

1) 24 nya aktiva barn och ungdomar

Vi ska fråga och hjälpa aktivera 24 barn och ungdomar under projektet.

2) Att ta fram individuella utvecklingsplaner för ungdomar med intellektuell funktionsnedsättningar. Barn och unga skall känna sig sedda och blir bemötta utifrån deras individuella behov.

### **Hur många fysiskt inaktiva kommer ni att nå år 1?**

Målet är 4

### **Hur många fysiskt inaktiva kommer ni att nå år 2?**

Målet är 10

### **Hur många fysiskt inaktiva kommer ni att nå år 3?**

Målet är 10

### **Målgrupp**

*Beskriv vilken målgrupp ni vill nå? Kön, ålder, ev specifik funktionsnedsättning.*

Barn och unga med intellektuell funktionsnedsättning ca.8-15 som går i särskoleklass. Vi strävar efter en jämn könsfördelning som i MIK All Stars.

*Varför vill ni nå målgruppen?*

Hälsa. Inkludering. Innanförskap.

### **Lokal och område**

*Från vilket/vilka områden kommer ni rekrytera er målgrupp?*

Stockholm stad

*Har ni någon idé om var ni kommer bedriva verksamhet?*

Särskolorna i Stockholm stad med start på Södermalmsskolan.

### **Träffar med målgruppen**

*Vilka tider tror ni att er målgrupp vill ha aktiviteterna?*

Kl. 15-16. Efter skolan. Innan hemgång.

*Hur många gånger kommer ni ha träffar med er målgrupp under år 1?*

7 tillfällen november-december 2015.

*Hur många gånger kommer ni ha träffar med er målgrupp under år 2?*

40

*Hur många gånger kommer ni ha träffar med er målgrupp under år 3?*

40

### **Samarbetspartners**

*Vilka kommer ni samarbeta med och vilken funktion kommer era samarbetspartners ha i projektet? Vad kommer de att göra praktiskt i projektet?*

Mälarhöjdens IK Fotboll kommer samarbeta med FUB Stockholm och Södermalmsskolan för kunskap och rekrytering. Vi konsulterar också Stockholms Handikappidrottsförbund.

### **Metod**

*Beskriv metoden hur ni ska nå fysiskt inaktiva*

Vår målgrupp finns i sarskolorna. Genom MIK All Stars har vi utvecklat en fungerande träningsmetod som bygger på individuell utveckling, delaktighet och glädje.

### **Tillmötesgå målgruppen**

*Beskriv hur ni kommer att möta de fysiskt inaktivas önskemål*

Genom dialog och individuella utvecklingsplan. Intervjuer med unga icke-aktiva kommer hjälpa fastställa vad målgruppen har för egentliga önskemål om att vara aktiva så att vi kan utforma aktiviteterna utifrån dessa önskemål

### **Budget**

Se

### **Efter projekttiden**

*Kan verksamheten fortsätta efter projekttiden och i så fall hur?*

Ja. Verksamheten kan fortsätta:

- på skolan
- i lokala föreningar.

### **Bilagor**

- Budget
  - Föreningens stadgar
  - Värdegrund
  - Ekonomisk redovisning från senaste årsmöte
- [www.sportnik.com/group/26820/page/136309985](http://www.sportnik.com/group/26820/page/136309985)

**Att uppgifterna är korrekta och sanningsenliga intygas**

**Ort/datum**

Hägersten, 17 september 2015

Ordförande, Mälarhöjdens IK Fotboll



---

Namnförtydligande

**Klas Fältström**

Kassör, Mälarhöjdens IK Fotboll



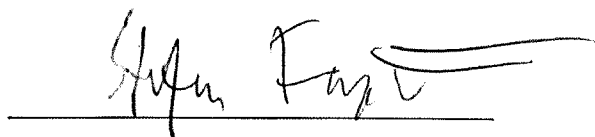
---

Namnförtydligande

**Magnus Schmiedtke**

Södermalm, 17 september 2015

Verksamhetschef, FUB Stockholm



---

Namnförtydligande

**Stefan Fagerström**

BUDGET: JAG KAN VARA MED

version 16 september 2015

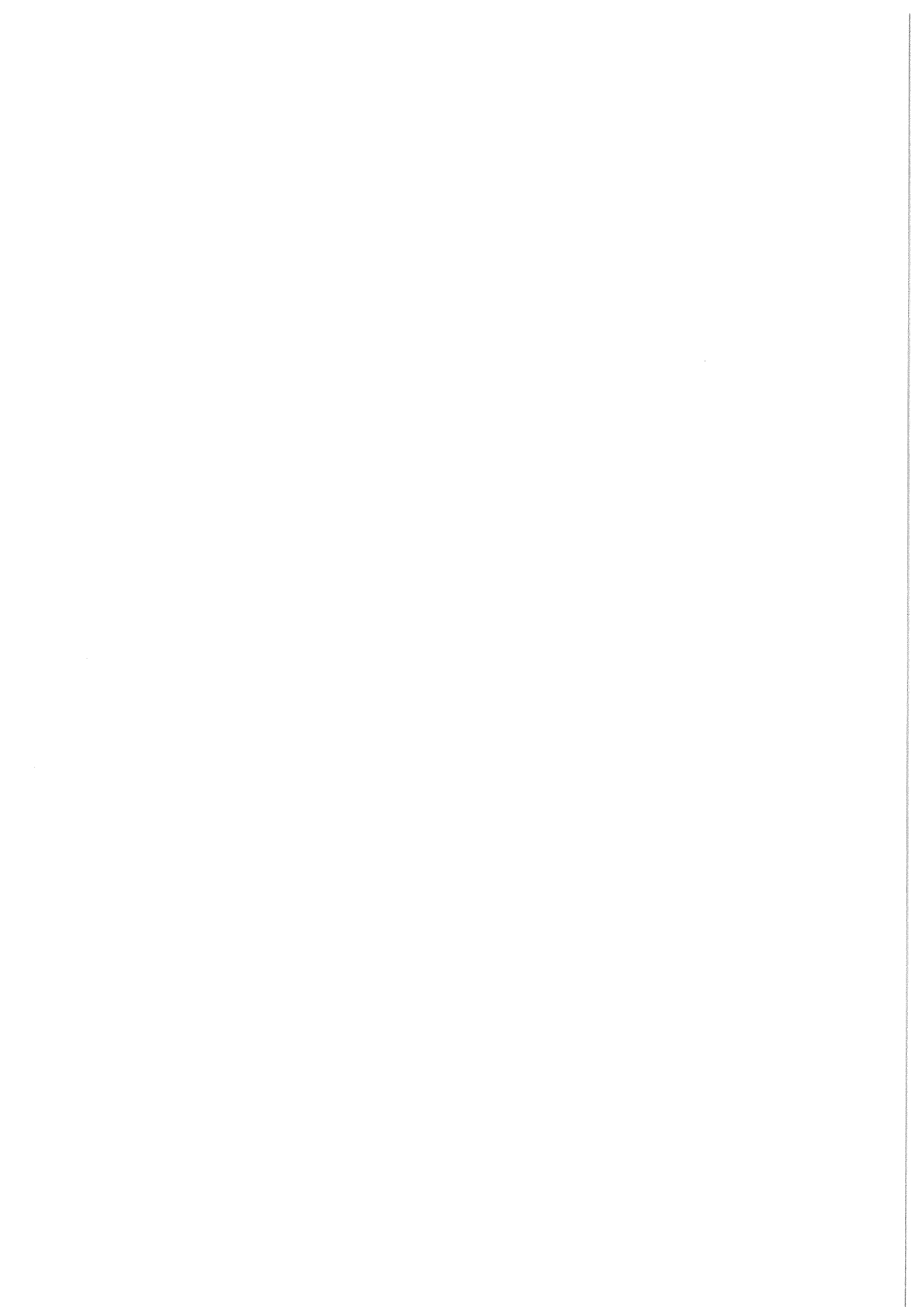
FINANSIERING	SEK ÅR1	SEK ÅR2	SEK ÅR3	ANTECKNING
IDROTTSBONUS	30 000	140 000	140 000	
STIFTelser	0	40 000	40 000	
EGEN FINANSIERING				Ideellt arbete
INTÄKTER				
<b>TOTALT</b>	<b>30 000</b>	<b>180 000</b>	<b>180 000</b>	

KOSTNADER	SEK ÅR1	SEK ÅR2	SEK ÅR3
TRÄNING	12 600	72 000	72 000
PROJEKTLedNING	8 820	28 800	28 800
RESOR	1 540	46 300	46 300
LOKALHYRA	0	3 000	3 000
REVISION	1 200	1 200	1 200
TOTALT MINUS IDEELLT ARBETE	24 160	151 300	151 300
IDEELLT ARBETE	5 040	28 800	28 800
<b>TOTALT</b>	<b>29 200</b>	<b>180 100</b>	<b>180 100</b>

Snittkostnad per år: 129 800

SPECIFIKATION

KAN VARA MED	TILLFÄLLE	TIMMAR/TILLFÄLLE	TIMMAR TOTALT	PERSONER	SEK	TOTALT	ANTECKNING
TRÄNING: PASS ÅR 1	7	2	14	2	360	10 080	Nov-dec 2015
TRÄNING: PASS ÅR 2	40	2	80	2	360	57 600	40 tillfällen under året
TRÄNING: PASS ÅR 3	40	2	80	2	360	57 600	40 tillfällen under året
TRÄNING: FÖRBEREDSELER ÅR 1	7	1	7	1	360	2 520	Inklusive individuella utvecklingsplan
TRÄNING: FÖRBEREDSELER ÅR 2	40	1	40	1	360	14 400	
TRÄNING: FÖRBEREDSELER ÅR 3	40	1	40	1	360	14 400	
RESOR: TRAKTAMENTE ÅR 1	7	1	7	2	110	1 540	Standardtraktamente
RESOR: TRAKTAMENTE ÅR 2	40	1	40	2	110	8 800	
RESOR: TRAKTAMENTE ÅR 3	40	1	40	2	110	8 800	
RESOR: DELTAGARE ÅR 1					0	0	
RESOR: DELTAGARE ÅR 2	1	1		50	750	37 500	Typ landskampskväll för spelare + 1 medföljare + 3 ledare
RESOR: DELTAGARE ÅR 3	1	1		50	750	37 500	
PROJEKTLedNING ÅR 1	7	3,5	24,5	1	360	8 820	30% av år1 kostnaden
PROJEKTLedNING ÅR 2	40	2	80	1	360	28 800	16% av år2 kostnaden
PROJEKTLedNING ÅR 3	40	2	80	1	360	28 800	16% av år3 kostnaden
REVISION ÅR 1	1	2	2	1	600	1 200	
REVISION ÅR 2	1	2	2	1	600	1 200	
REVISION ÅR 3	1	2	2	1	600	1 200	
IDEELLT ARBETE ÅR 1	7	1	7	2	360	5 040	En timme per ledare per träningsstillfälle
IDEELLT ARBETE ÅR 2	40	1	40	2	360	28 800	
IDEELLT ARBETE ÅR 3	40	1	40	2	360	28 800	
TOTALT ÅR 1						29 200	
TOTALT ÅR 2						177 100	
TOTALT ÅR 3						177 100	
<b>TOTALT</b>						<b>383 400</b>	17% projektleddning





## Vision

Vår vision är att Mälarhöjden IK Fotboll skall vara en attraktiv och välskött förening med många aktiva och engagerade medlemmar. Vi önskar även förstärka samverkan och utbytet mellan olika lag och verksamheter inom Mälarhöjden IK Fotboll. Vi vill också att Ekbacken, Axelsbergs IP, och den kringliggande hälsoparken som planeras som en del av Projekt Axelsberg skall bli Mälarhöjden IK Fotbolls naturliga samlingsplats. Tillsammans skapar vi en samlingsplats för våra medlemmar, vilket bidrar till ökad klubbkänsla och fler engagerade medlemmar.

## Verksamhetsidé

Vår verksamhetsidé är att erbjuda barn, ungdomar och vuxna en möjlighet att vara aktiva i Mälarhöjden IK Fotboll. Vi skall ha en stor barn- och ungdomsverksamhet och seniorlag på både dam- och herrsidan. Mälarhöjdens IK Fotboll vill erbjuda alla medlemmar en meningsfull fritid och gemenskap. Detta gäller oavsett om man spelar fotboll för att det är kul, om man vill satsa på en fotbollskarriär eller om man är aktiv i föreningen som tränare eller ledare.

Genomförande av såväl vision som verksamhetsidé bygger på stort engagemang och ideellt arbete från våra medlemmar.

## Värdegrund

Mälarhöjden IK Fotbolls värdegrund vilar på att alla kan spela fotboll och ha kul tillsammans. ***Så många som möjligt – genom hela livet.*** Fundamenten i värdegrunden är följande.

- **Kamratskap**

Vi tror på allas lika värde, kamratskap och respekt. I Mälarhöjden IK Fotboll vill vi att alla aktiva, ledare och tränare skall få möjlighet att vara delaktiga i gemenskapen i ett lag och att känna lagkänsla.

- **Glädje**

Vi vill att det skall vara roligt att spela fotboll - på träning, matcher, träningsläger och cuper.

- **Rent spel**

Vi verkar för ett sportsmannamässigt uppträdande både på och utanför fotbollsplanen.

- **Utveckling**

Vi vill att våra tränare skall vara välutbildade och erbjuder fortlöpande utbildning. Det bidrar till våra barn och ungdomars utveckling. Vi stöttar också de spelare och tränare som har höga ambitioner med sin fotboll.

- **Samverkan**

Vi vill ha en god samverkan med våra grannar i Mälarhöjden och kringliggande stadsdelar. Vi välkomnar medlemmar som kommer från närområden. Vi vill också samverka med andra organisationer, t ex fritids- och ungdomsgårdar, politiker, andra klubbar, föreningar, näringsliv m fl.

- **Kommunikation**

Vi vill verka för en öppen och transparent beslutsprocess inom Mälarhöjden IK Fotboll. Vi vill ha en öppen dialog både inom och utom föreningen där alla känner till Mälarhöjden IK Fotbolls vision, verksamhetsidé och värdegrund och att vi tillsammans formar vår framtid.

## Våra verksamhetsområden

- Barn
  - Ungdom
  - Fotbollskolorna, inklusive MIK-Extra för de som vill träna mer
  - Mixade lag, t ex All Stars och Sound
  - Senior
  - Mammor/pappor
  - Veteranen och Walking fotboll
  - Ekbacken/Projekt Axelsberg
  - Nationalstadion för synskadade
-

# STADGAR FÖR MÄLARHÖJDENS IDROTTSKLUBB

Mälarhöjdens Idrottsklubb, MIK, ideell förening, har sin hemort i Stockholms kommun.

Klubben bildades den 20 mars 1924 och ombildades den 20 augusti 1926.

Klubbens organisationsnummer är 802002-3985.

## ALLMÄNNA BESTÄMMELSER

### § 1 Ändamål

Föreningen driver sin idrottsliga verksamhet i sektionerna fotboll, , friidrott, gång, innebandy, orientering, skidor och tennis.

Föreningen har som ändamål att bedriva sin idrottsliga verksamhet i enlighet med ” Idrottsrörelsens verksamhetsidé”, samt med särskild målsättning att: genom utövning av idrotts- och friluftsliv verka för höjande av medlemmarnas andliga och fysiska fostran samt att främja en god kamrat- och idrottsanda.

Föreningen skall i sin verksamhet aktivt verka för en dopningsfri idrott.

### § 2 Sammansättning

Föreningen består av de fysiska personer som upptagits som medlemmar i sektionerna.

### § 3 Tillhörighet mm

Föreningen är medlem i följande specialidrottsförbund ( SF ): Svenska Fotbollsförbundet, Svenska Friidrottsförbundet, Svenska Gång- och Vandrarförbundet, Svenska Handikappförbundet, Svenska Innebandyförbundet, Svenska Orienteringsförbundet, Svenska Skidförbundet och Svenska Tennisförbundet.

Och är därigenom ansluten till Sveriges Riksidrottsförbund ( RF )

Föreningen tillhör dessutom Stockholms Idrottsförbund ( DF ) och de specialidrottsdistriktsförbund ( SDF ) i Stockholm som representerar MIK:s idrottsliga verksamheter.

Föreningen är skyldig att följa dessa organisationers stadgar, tävlingsbestämmelser, övriga bestämmelser och beslut fattade av överordnat idrottsorgan.

På begäran av RS eller vederbörande SF-.SDF- eller DF-styrelse är föreningen skyldig att ställa föreningens handlingar till förfogande samt lämna av dessa organ begärda uppgifter.

#### § 4 Beslutande organ

Föreningens beslutande organ är årsmötet, extra årsmöte och styrelsen.

#### § 5 Firmateckning

Föreningens firma tecknas av ordföranden, kassören och sekreteraren var och en för sig .

#### § 6 Verksamhets- och räkenskapsår

Föreningens verksamhetsår och räkenskapsår omfattar tiden fr o m den 1 januari t.o.m. den 31 december.

För skidsektionen gäller dock verksamhets- och räkenskapsåret tiden 1 oktober – 30 september.

Tennissektionens verksamhets- och räkenskapsår omfattar tiden fr o m den 1 augusti t.o.m. den 31 juli.

#### § 7 Stadgetolkning m m

Uppstår tvekan om tolkningen av dessa stadgar, eller om fall förekommer som inte är förutsedda i stadgarna, hänskjuts frågan till nästkommande årsmöte. I brådskande fall får frågan avgöras av styrelsen.

Medlem förbinder sig genom sitt medlemskap i föreningen att i fråga om tillämpningen av dessa stadgar inte väcka talan vid allmän domstol . Tvist om tillämpningen av stadgarna skall i stället avgöras i enlighet med inom idrotten angiven ordning.

#### § 8 Stadgeändring

För ändring av dessa stadgar krävs beslut av årsmötet med minst 2/3-delar av antalet avgivna röster.

Förslag till ändring av stadgarna får skriftligen avges av såväl medlem som styrelsen eller sektionensstyrelse.

#### § 9 Upplösning av föreningen

För upplösning av föreningen krävs beslut av årsmöte med minst 2/3-delar av antalet avgivna röster.

Förslag till upplösning av föreningen får skriftligen avges av medlem, kommitté, sektion eller styrelse och skall vara föreningens officiella adress tillhanda senast trettio ( 30 ) dagar före årsmötet.

I beslut om upplösning av föreningen skall anges att föreningens tillgångar skall användas till bestämt idrottsfrämjande ändamål.

Beslutet, jämte bestyrkta avskrifter av styrelsens och årsmötets protokoll i ärendet, samt revisionsberättelse jämte balans- och resultaträkningar, skall omedelbart tillställas vederbörande SF.

## FÖRENINGENS MEDLEMMAR.

### § 10 Medlemskap

Medlemskap beviljas av sektionsstyrelsen eller av den som styrelsen delegerat beslutanderätten till.

Medlemskapet utövas aktivt genom deltagande i MIK:s idrottsliga verksamhet eller passivt genom själva medlemskapet. Med idrottslig verksamhet avses idrottsutövning, tränarverksamhet och ledarskap.

Ansökan om medlemskap får avslås endast om det kan antas att vederbörande kommer att motarbeta föreningens ändamål eller intressen.

Beslut att avslå medlemsansökan skall fattas av styrelsen. I beslutet skall skälen redovisas samt anges vad den medlemskapssökande skall iaktta för att överklaga beslutet. Beslutet skall inom tre dagar från dagen för beslutet skriftligen tillställas den som fått avslag på sin ansökan.

Beslut om vägrat medlemskap får överklagas av den berörde enligt reglerna i RF:s stadgar.

### § 11 Utträde

Medlem som vill utträda ur föreningen skall skriftligen anmäla detta till sektionsstyrelsen och anses därmed omedelbart ha lämnat föreningen.

Medlem som inte har betalat medlemsavgift för två på varandra följande verksamhetsår får anses ha begärt sitt utträde ut föreningen. Medlemskapet upphör i sådant fall genom att personen avförs från medlemsförteckningen.

### § 12 Uteslutning m m

Medlem får inte uteslutas ur föreningen av annan anledning än att denne har försummat att betala av föreningen beslutade avgifter, motarbetat föreningens verksamhet eller ändamål. Eller uppenbarligen skadat föreningens intressen.

Beslut om uteslutning får begränsas till att omfatta viss tid. Sådan tidsbegränsad uteslutning får som mest omfatta sex månader från beslutsdagen.

Om tillräckliga skäl för uteslutning inte föreligger får föreningen i stället meddela medlemmen varning.

Beslut om uteslutning eller varning skall fattas av föreningens styrelse och får av den berörde överklagas enligt reglerna i RF:s stadgar.

## § 13 Medlems rättigheter och skyldigheter

Medlem

- har rätt att delta i sammankomster som anordnas för medlemmarna ,
- har rätt till information om föreningens angelägenheter,
- skall följa föreningens stadgar och beslut som fattas av föreningsorgan samt följa i § 3 nämnda organisationers stadgar, bestämmelser och beslut ,
- har inte rätt till del av föreningens behållning eller egendom vid upplösning av föreningen,
- skall betala medlemsavgift samt de övriga avgifter som beslutats av föreningen.

Hedersmedlem med ständigt medlemskap är befriad från årsavgift.

## § 14 Deltagande i den idrottsliga verksamheten

Medlem har rätt att delta i föreningens idrottsliga verksamhet under de former som är vedertagna inom idrotten och på samma villkor som gäller för övriga medlemmar.

Medlemskapet i en sektion berättigar medlem att också deltaga i andra sektioners verksamhet, men med iakttagande av eventuellt gällande specialbestämmelser.

Medlem får inte delta i tävling eller uppvisning utan medgivande av styrelsen eller, om denna så bestämt, av sektionsstyrelsen. Om tävlingen eller uppvisningen arrangeras utanför Sverige, skall också vederbörande SF ge sitt samtycke, såvida SF inte beslutat om en annan ordning.

Är arrangören inte ansluten till det SF som är organiserat för att omhänderha den idrottsgren vilken tävlingen eller uppvisningen gäller, får medlemmarna delta endast om detta SF godkänt tävlingen eller uppvisningen.

# ÅRSMÖTET OCH EXTRA ÅRSMÖTE

## § 15 Tidpunkt, kallelse

Årsmötet, som är föreningens högsta beslutande organ, hålls före utgången av mars månad på tid och plats som styrelsen bestämmer.

För sektion med annat verksamhetsår än kalenderåret bestämmer respektive sektionsstyrelse om tidpunkten för årsmötet i sektionen.

Kallelse till årsmötet skall av styrelsen senast tre veckor före mötet tillställas medlemmarna via respektive sektionsstyrelse. Vidare skall kallelse jämte förslag till föredragningslista anslås i klubblokal eller på annan lämplig plats. Har förslag väckts om stadgeändring, nedläggning eller sammanslagning av föreningen med annan förening eller fråga om väsentlig betydelse för föreningen eller dess medlemmar skall det anges i kallelsen.

Verksamhets- och förvaltningsberättelser, revisorernas berättelser, verksamhetsplan med budget samt styrelsens förslag och inkomna motioner med styrelsens yttrande skall finnas tillgängliga för medlemmarna senast en vecka före årsmötet. I kallelsen skall anges var dessa handlingar finns tillgängliga.

## § 16 Förslag till ärenden att behandlas av årsmötet

Såväl medlem som sektionsstyrelse och styrelsen får avge förslag att behandla av årsmötet.

Förslag från medlem eller sektionsstyrelse skall vara styrelsen tillhanda senast tre ( 3 ) veckor före årsmötet. Styrelsen skall till årsmötet avge skriftligt yttrande över förslaget.

## § 17 Rösträtt samt yttrande- och förslagsrätt på årsmötet

Medlem som har betalat förfallna medlemsavgifter och under mötesåret fyller lägst 16 år har rösträtt på möte.

Rösträtten är personlig och får inte utövas genom ombud.

Medlem som inte har rösträtt har yttrande- och förslagsrätt på mötet.

## § 18 Beslutsmässighet

Mötet är beslutsmässigt med det antal röstberättigade medlemmar som är närvarande på mötet.

## § 19 Beslut och omröstning

Beslut fattas med bifallsrop ( acklamation ) eller om så begärs efter omröstning ( votering )

Med undantag för de i § 8 första stycket och § 9 nämnda fallen avgörs vid omröstning alla frågor genom enkel majoritet. Enkel majoritet kan vara antingen absolut eller relativ.

Val avgörs genom relativ majoritet. Med relativ majoritet menas att den ( de ) som erhållit högsta antalet röster är vald ( valda ) oberoende av hur dessa röster förhåller sig till antalet avgivna röster.

För beslut i andra frågor än val krävs absolut majoritet, vilket innebär mer än hälften av antalet avgivna röster.

Omröstning sker öppet. Om röstberättigad medlem begär det skall dock val ske slutet.

Vid omröstning som inte avser val gäller vid lika röstetal det förslag som biträds av ordföranden vid mötet, om han är röstberättigad. Är han inte röstberättigad avgör lotten. Vid val skall i händelse av lika röstetal lotten avgöra.

Beslut bekräftas med klubbslag.

## § 20 Valbarhet

Valbar till styrelsen och valberedningen är röstberättigad medlem av föreningen. Arbetstagare inom föreningen får dock inte väljas till ledamot av styrelsen eller till revisor i föreningen.

## § 21 Ärenden vid årsmötet

Vid årsmötet skall följande behandlas och protokollföras:

1. Fastställande av röstlängd för mötet
2. Fråga om mötet utlysts på rätt sätt
3. Fastställande av föredragningslista
4. Val av ordförande och sekreterare för mötet
5. Val av protokolljusterare och rösträknare
6. a) Styrelsens verksamhetsberättelse för det senaste verksamhetsåret,  
b ) Styrelsens förvaltningsberättelse ( balans- och resultaträkning ) för det senaste räkenskapsåret.
7. Revisorernas berättelse över styrelsens förvaltning under det senaste verksamhets-/räkenskapsåret.
8. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen avser.
9. Fastställande av medlemsavgifter.
10. Fastställande av verksamhetsplan samt behandling av budget för det kommande verksamhets-/räkenskapsåret
11. Behandling av styrelsens förslag och i rätt tid inkomna motioner.
12. Val av
  - a) föreningens ordförande för en tid av ett ( 1 ) år
  - b) sekreterare/kassör i föreningen vartannat år för en tid av två ( 2 ) år
  - c) en representant för varje sektion för ett ( 1 ) år
  - d) en ( 1 ) revisor jämte suppleant för en tid av ett ( 1 ) år. I detta val får inte styrelsens ledamöter delta.
  - e) Tre ( 3 ) ledamöter i valberedningen för en tid av ett ( 1 ) år, av vilka en utses att vara ordförande



- f) Beslut om val av ombud till SDF-möten.  
13. Övriga frågor.

Beslut i fråga av större ekonomisk betydelse för föreningen eller medlemmarna får inte fattas om den inte finns med i kallelsen till mötet.

## § 22 Extra årsmöte

Styrelsen kan kalla medlemmarna till extra årsmöte.

Styrelsen är skyldig att kalla till extra årsmöte när en revisor eller minst en tiondel av föreningens röstberättigade medlemmar begär det. Sådan framställning skall avfattas skriftligen och innehålla skälen för begäran.

När styrelsen mottagit begäran om extra årsmöte skall den inom 14 dagar utlysa sådant möte att hållas inom två månader efter erhållen begäran. Kallelse med förslag till föredragningslista för det extra årsmötet skall tillställas medlemmarna senast sju dagar före mötet eller kungöras inom samma tid i ortspressen. Vidare skall kallelsen med förslag till föredragningslista anslås i klubblokalen eller på annan lämplig plats.

Underlåter styrelsen att utlysa eller kalla till extra årsmöte får de som gjort framställningen vidta åtgärder enligt föregående stycke.

Vid extra årsmöte får endast det som föranlett mötet tas upp till behandling.

Om rösträtt på extra årsmöte och om beslutsmässighet vid sådant möte gäller vad som sägs i 17 och 18 §§.

## VALBEREDNINGEN

### § 23 Sammansättning, åligganden

Valberedningen består av ordförande och två ( 2 ) ledamöter valda av årsmötet.

Valberedningen skall senast tre ( 3 ) veckor före årsmötet tillfråga dem vars mandattid utgår vid årsmötet, om de vill kandidera för nästa mandatperiod.

Senast en ( 1 ) vecka före årsmötet skall valberedningen meddela sitt förslag.

## REVISORER

### § 24 Revision

Revisorerna har rätt att fortlöpande ta del av föreningens räkenskaper, årsmötes- och styrelseprotokoll och övriga handlingar.

Föreningens räkenskaper skall vara revisorerna till handa senast en månad före årsmötet.

Revisorerna skall granska styrelsens förvaltning och räkenskaper för det senaste verksamhets- och räkenskapsåret samt till styrelsen överlämna revisionsberättelse senast 14 dagar före årsmötet.

## STYRELSEN

### § 25 Sammansättning

Styrelsen består av ordföranden samt den av årsmötet valda sekreteraren och kassören samt de av årsmötet valda representanterna för sektionerna. Styrelsen skall bestå av kvinnor och män.

Styrelsen utser inom sig vice ordförande, vice sekreterare och vice kassör.

Vid förhinder för ordinarie sektionsrepresentant att delta i styrelsemöte äger sektionsstyrelsen rätt att uppdra åt annan sektionsrepresentant att delta i mötet. Avgår sektionsrepresentant före mandattidens utgång äger sektionen rätt att uppdra åt annan sektionsrepresentant att delta i styrelsen fram till nästa årsmöte.

Styrelsen får utse person till adjungerad ledamot. Sådan ledamot har inte rösträtt men kan efter beslut av styrelsen ges yttrande- och förslagsrätt. Han får utses till befattning inom styrelsen.

### § 26 Styrelsens åligganden

När årsmötet inte är samlat är styrelsen föreningens beslutande organ och ansvarar för föreningens angelägenheter.

Styrelsen skall – inom ramen för RF:s , vederbörande SF;s och dessa stadgar – svara för föreningens verksamhet enligt fastställda planer och tillvarata medlemmarnas intressen.

Det åligger styrelsen särskilt att

\* tillse att för föreningen gällande lagar och bindande regler iakttas,

- \* verkställa av årsmötet fattade beslut,
- \* planera, leda och fördela arbetet inom föreningen,
- \* ansvara för och förvalta föreningens medel,
- \* tillställa revisorerna räkenskaper m m enligt 24 §, samt
- \* förbereda årsmötet.

Ordföranden är föreningens officiella representant. Ordföranden skall leda styrelsens förhandlingar och arbete samt övervaka att föreningens stadgar och övriga för föreningen bindande regler och beslut efterlevs. Har ordföranden förhinder skall vice ordföranden träda in i ordförandens ställe. Styrelsen skall besluta om fördelning av arbetsuppgifterna i övrigt. Har inte annat beslutats ankommer nedan angivna uppgifter på sekreteraren och kassören.

#### *Sekreteraren*

- förbereda styrelsens sammanträden och föreningens möten,
- föra protokoll över styrelsens sammanträden,
- se till att föreningens handlingar hålls ordnade och förvaras på betryggande sätt,
- se till att fattade beslut verkställts,
- om ordföranden inte bestämmer annat, underteckna utgående handlingar,
- årligen upprätta förslag till verksamhetsberättelse för föreningen.

#### *Kassören*

- \* se till att medlemmarna betalar beslutade avgifter till föreningen
- \* se till att föreningen söker bidrag från stat, kommun och idrottsorganisationer m. fl.
- \* svara för föreningens bokföring vilket innebär skyldighet att föra bok över föreningens räkenskaper,
- \* årligen upprätta balans- och resultaträkningar,
- \* utarbeta underlag för budget och budgetuppföljning,
- \* se till att föreningens skatter, avgifter och skulder betalas i rätt tid,
- \* i förekommande fall upprätta och avge allmän självdeklaration, särskild uppgift,
- \* kontrolluppgifter, uppbördsdeklarationer och övriga föreskrivna uppgifter inom skatte- och avgiftsområdet,
- \* föra medlemsförteckning,
- \* föra inventarieförteckning, i vilken också av föreningen förvärvade priser införs,
- \* se till att såväl föreningens medlemmar i föreningens verksamhet som föreningens byggnader, idrottsmateriel, priser och övriga tillhörigheter är försäkrade på ett betryggande sätt.

## § 27 Kallelse, beslutsmässighet och omröstning.

Styrelsen sammanträder på kallelse av ordföranden, eller då minst halva antalet ledamöter har begärt det.

Styrelsen är beslutsmässig när samtliga ledamöter kallats och då minst halva antalet ledamöter är närvarande. För alla beslut krävs att minst hälften av styrelsens samtliga ledamöter är ense om beslutet. Vid lika röstetal har ordföranden utslagsröst. Röstning får inte ske genom ombud.

I brådskande fall får ordföranden besluta att ett ärende skall avgöras genom skriftlig omröstning eller vid telefonsammanträde. Om särskilt protokoll inte upprättas skall sådant beslut anmälas vid det närmast därefter följande sammanträdet.

Vid sammanträde skall protokoll föras. Protokollet skall justeras av mötesordföranden. Avvikande mening skall antecknas till protokollet.

## § 28 Överlåtelse av beslutanderätten

Styrelsen får överlåta sin beslutanderätt i enskilda ärenden eller i vissa grupper av ärenden till sektion, kommitté eller annat organ eller till enskild medlem eller anställd.

Den som fattat beslut med stöd av bemyndigande enligt föregående stycke skall fortlöpande underrätta styrelsen härom.

## SEKTIONER

### § 29 Bildande och nedläggande av sektion

Beslut om bildande eller nedläggande av sektion fattas av föreningens årsmöte eller extra årsmöte som sammankallats för prövning av sådan fråga.

### § 30 Sektionernas verksamhet

Sektionens högsta beslutande organ är årsmötet.

Sektionernas verksamhet leds av sektionsstyrelsen jämte den underställd(a) eventuell(a) kommitté(er).

Varje sektion förfogar över sina ekonomiska tillgångar och är bokföringsskyldig i och för revisionens verkställande av revisorer.

Sektionernas årsmöteshandlingar skall finnas tillgängliga vid årsmötet i Mälarhöjdens IK.

För ledningen av och verksamheten i sektionerna i övrigt gäller dessa stadgar i tillämpliga delar.

Samtliga sektioners inventarier är MIK:s egendom.

# **Idrottsrörelsens verksamhetsidé**

## **Idrott är**

Idrott är fysisk aktivitet som vi utför för att kunna prestera mera, ha roligt och må bra.

## **Idrott består av**

Idrott består av träning och lek, tävling och uppvisning.

## **Vi organiserar vår idrott**

Vi organiserar vår idrott i självständiga föreningar och förbund som tillsammans utgör en fri och frivillig folkrörelse förenad i Riksidrottsförbundet.

## **Vi delar in vår idrott**

Vi delar in vår idrott efter ålder och ambitionsnivå. Med barnidrott avser vi i allmänhet idrott till och med tolv års ålder. Med ungdomsidrott avser vi idrott för tonåringar upp till och med 20 år. Med vuxenidrott avser vi idrott för dem som är över 20 år. I barnidrotten leker vi och låter barnen lära sig olika idrotter. Barnets allsidiga idrottsutveckling är normgivande för verksamheten. Tävling är en del av leken och ska alltid ske på barnens villkor.

I ungdomsidrotten och vuxenidrotten skiljer vi på prestationsinriktad tävlingsidrott och hälsoinriktad bredd- och motionsidrott.

I tävlingsidrotten är prestationsförbättring och goda tävlingsresultat vägledande. I den hälsoinriktade bredd- och motionsidrotten är trivsel och välbefinnande normgivande medan prestation och resultat är av underordnad betydelse.

## **Vår verksamhetsidé**

Vi vill på alla nivåer bedriva vår idrott så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt som socialt och kulturellt.

Därför vill vi utforma vår idrott så att

- den i alla led ständigt utvecklas och förbättras till form och innehåll
- alla som vill, oavsett ras, religion, ålder, kön, nationalitet, fysiska och psykiska förutsättningar, får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet
- den ger upplevelser och skapar kontakt mellan människor ur olika samhällsgrupperingar
- de som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet
- den ger alla som deltar en kamratlig och trygg social gemenskap.

---

Dessa stadgar har antagits vid ordinarie årsmöte 2004-03-24 och ändrats vid ordinarie årsmötet 2006-03-30.

# UTMÄRKELSER OCH HEDERSBETYGELSER

## HEDERSORDFÖRANDE I HUVUDSTYRELSEN.

Huvudstyrelsen kan utse Hedersordförande i huvudstyrelsen vilket är MIK:s högsta utmärkelse och hedersbetygelse. Titeln kan utdelas till sådan ledare eller idrottsman vars insatser fått avgörande betydelse för hela MIK:s utveckling under en längre tid. För utmärkelsen krävs minst 25 års utomordentligt uppoffrande arbete och att arbetet på ett avgörande sätt främjat MIK:s utveckling. Hedersordförande erhåller också ständigt medlemskap i klubben.

## HEDERSMEDLEM

Hedersmedlem med ständigt medlemskap kan föreslås av respektive sektion och beslutas av huvudstyrelsen. Utmärkelsen kan tilldelas ledare eller idrottsman som under minst 20 års tid på ett utomordentligt och uppoffrande sätt arbetat och verkat för klubben. Ständigt medlemskap innebär att vederbörande blir befriad från årsavgift samt blir berättigad att mot uppvisande av medlemskortet fritt övervara alla tävlingar i MIK:s regi.

## HEDERSPLAKETT

Hedersplakett kan på förslag av sektionsstyrelse och efter beslut i huvudstyrelsen tilldelas ledare eller idrottsman som under minst 15 års tid på ett utomordentligt sätt gagnat MIK:s verksamhet eller genom initiativ av utomordentlig betydelse gjort MIK stora tjänster, eller genom utomordentliga idrottsliga prestationer till vilket räknas att representera Sverige i olympiska spel och seniorlandskamper.

Svenskt mästerskap belönas med Hedersplakett.

## FÖRTJÄNSTMÄRKE.

Förtjänstmärke kan på förslag av huvudstyrelsen eller sektionsstyrelse tilldelas den som i regel har minst 10 års medlemskap och som gjort sig synnerligen förtjänt inom MIL eller på ett utmärkt sätt befrämjat dess intressen.

## DIPLOM

Diplom kan på förslag av sektionsstyrelse utdelas för god idrottslig prestation ävensom till den som gjort MIK stora tjänster.

## STANDAR

Standar kan på förslag av sektionsstyrelse utdelas för god idrottslig prestation eller till den som vinnlagt sig om ett gott styrelsearbete.

Namnförslag skall av sektionsstyrelsen tillställas huvudstyrelsen vad beträffar förtjänstmärke och diplom, som även har att besluta därom. Sektionsstyrelsen bestämmer själv standarets utdelning. Kostnaden för hedersplakett, förtjänstmärke och diplom bestrids av huvudstyrelsen.

Kostnaden för standar av sektionsstyrelsen. Hedersplakett, förtjänstmärke, diplom och standar skall numreras och matrikel föras över desamma.

Hedersplakett, förtjänstmärke och diplom utdelas i regel på MIK:s årsmöte. Standar utdelas i regel på årsmöte i sektionen.

MÄLARHÖJDENS IDROTTSKLUBB

