

# TUSE IF FODBOLD



## VELKOMSTFOLDER

2026



INFORMATION TIL ALLE DER OVERVEJER AT BLIVE  
EN DEL AF **TUSE FODBOLD!**

# VELKOMMEN TIL



## Et forpligtende fællesskab – bygget på glæde og udvikling

Velkommen til Tuse IF Fodbold. Vi er glade for, at du og din familie overvejer at blive en del af vores klub. I Tuse IF Fodbold handler det ikke kun om at spille fodbold – det handler om at være en del af et stærkt fællesskab, hvor alle bidrager til at skabe de bedste rammer for vores børn og unge. Vi ønsker at skabe et miljø, hvor glæden ved fodbold går hånd i hånd med sociale relationer, udvikling og inklusion.

Når man er spiller i klubben eller er forældre til et barn i klubben, så er man selv klubben. Tuse Fodbold er det, som medlemmerne gør klubben til. Vi er med andre ord ikke bange for at sige, at vi har forventninger til, at opgaver bliver løftet blandt alle involverede i Tuse Fodbold.

Det er vigtigt for os, at nye spillere og familien modtages i en klub, hvor glæden ved at spille fodbold er i absolut fokus. For de mindste er boldspil lig med leg, ledet af engagerede trænere og ledere.

Med alderen fokuseres mere på teknik, målrettet træning og resultater, men det er vigtigt, at det er glæden, der driver værket. Glæden og det sociale samvær opnås kun ved, at I som forældre og familie, engagerer jer i aktiviteterne i klubben.

Hensigten folderen er at give nye spillere, forældre og familie information om starten i klubben, praktiske forhold mv. De vigtigste oplysninger er beskrevet i folderen, men har du spørgsmål, er du selvfølgelig velkommen til at kontakte os. Info finder du på [www.tusefodbold.dk](http://www.tusefodbold.dk)



# BLIV MEDLEM



## Bliv en del af fællesskabet

Du er altid velkommen til at deltage i træningen i 14 dage, før du beslutter dig om du vil spille i Tuse. Vi vil gerne sikre, at du og dit barn får en god start i klubben, og derfor står vores trænere og ledere klar til at hjælpe. Når du vælger at blive en del af Tuse IF Fodbold, bliver du samtidig en del af et fællesskab, hvor alle bidrager – både på og uden for banen.

## I Tuse IF Fodbold ønsker vi, at vores børne- og ungdomstilbud

- 1) Er et bevidst valg for medlemmer og familier i Nordvestsjælland, der ønsker at samles om fodbolden og fællesskabet, som vi sammen skaber i som klub.
- 2) Er i stand til at skabe rammer, som gør at vores børn og unge fortsætter så længe som muligt med at dyrke fodbolden hos os – og alternativt får lyst til at indgå i andre idrætsfællesskaber.
- 3) Bidrager til at udvikle hele mennesker, som tror på sig selv og forstår værdien i at være en del af et fællesskab.
- 4) Er kendetegnende ved at have høj kvalitet, som bygger på evidens i forhold til at skabe et godt træningsmiljø og et stærkt fællesskab.
- 5) Er kendt for innovation, i konstant udvikling, samt ikke være bange for at gøre tingene lidt anderledes end i andre fodboldklubber.
- 6) Er en forening i Nordvestsjælland, som er centrum for socialt samvær, aktiviteter, sportslige og kulturelle oplevelser for børn men også voksne og ældre - hele dagen.
- 7) Er kendetegnende ved, at der er plads til mangfoldighed og har forståelse for, at alle børn og unge ikke motiveres af det samme.

## Kontingentbetaling ved indmeldelse

Indmeldelse i klubben sker via vores hjemmeside:

[www.tusefodbold.dk/medlemmer/indmeldelse-i-klubben/](http://www.tusefodbold.dk/medlemmer/indmeldelse-i-klubben/).

Når du melder dig ind i Tuse Fodbold, skal du afgive dine kortoplysninger online ved indmeldelsen. Disse oplysninger opbevares sikkert ved PBS. Kontingent betales 1. marts (dækker 1. februar til 31. juli) og 1. august (dækker 1. august til 31. januar). Du betaler forholdsmæssigt kontingent ved indmeldelsen. Se mere om det på hjemmesiden.

# OM FORENINGEN



## Frivillighed – Nøglen til vores klub

Tuse Fodbold er en frivillig forening med en bestyrelse, som er ledelsen og repræsenterer foreningen i alle forhold. Til at løse opgaverne i klubben, er der nedsat udvalg, herunder børne- og ungdomsudvalg, der varetager børne- og ungdomsfodbolden i Tuse.

Vi er en forening, der bygger på frivillighed. Vi er stolte af vores mange frivillige, som hver dag gør en kæmpe forskel for børnene. Som forælder eller medlem opfordrer vi dig til at engagere dig, uanset om det er som træner, hjælper eller med praktiske opgaver. Vores vision er at skabe et bæredygtigt fodboldmiljø, hvor frivilligheden understøtter det sportslige. Uden frivillige – ingen klub. Derfor håber vi, at du vil være med til at løfte fællesskabet.

## Trænere og ledere

Det er klubbens holdning, at trænere og ledere skal have de nødvendige forudsætninger for at løse opgaverne. Alle klubbens trænere tilbydes DBU & DGI træneruddannelse, og samtidigt har vi ”ungdomskonsulenter”, der skal sikre udvikling af og inspiration til vores mange dygtige trænere.

Træner, koordinator og mange andre funktioner varetages af engagerede forældre og medlemmer, som ønsker at bidrage til fællesskabet. Fra de yngste årgange til seniorholdene ser vi det som en styrke, at forældre kan være trænere, så længe det fungerer for både spillere, forældregruppen og holdets udvikling. Har du tid og lyst til at engagere dig i træning eller ledelse af et hold, er du altid velkommen til at kontakte os.



*“Vi arbejder mod målet!”*

# TRÆNING/KAMP



## Din først træning i Tuse

Første gang du stifter bekendtskab med klubben, og aldrig har spillet fodbold før, er du velkommen til at møde op "som du er", dog gerne i et par fritidssko. Det vil dog hurtigt vise sig, at det vil være en fordel med et par fodboldstøvler, der kan købes i alle prisklasser. Du bør møde omklædt senest 5 min. før træningen starter. Vi forventer, at spillerne selv medbringer træningstøj, benskiner, fodboldstøvler og drikkedunk til træning. Før træning er det muligt at klæde om, ligesom du efter træning har mulighed for at bade i klubbens omklædningsfaciliteter. Det anbefaler vi stærkt, idet det erfaringsmæssigt giver et godt "socialt indslag" for spillerne.

Træningen foregår oftest mandag til torsdag – og foregår altid på vores dejlige anlæg på Tuse Byvej 8, 4300 Holbæk. Om vinteren træner vi indendørs fredag og lørdag i Tuse Hallen. Du træner som udgangspunkt med den samme årgang som du selv er født i, dog med det lille "men" – at du kan træne sammen med dine skolekammerater, hvis ikke du er født i samme årgang som dem. Pigeholdene i klubben består af flere årgange, hvor man skiftevis er yngst/ældst.

## Om kampe/stævner

Kampe og stævner spilles typisk lørdag og/eller søndag – men der kan også være kampe i hverdagene. Til kampene udvælger træneren de spillere, der skal spille, da der ikke altid er plads til alle spillere på en årgang til en kamp/stævne.

Da mange børne- og ungdomsårgange i Tuse har 30-50 medlemmer betyder det selvfølgelig også, at der er meget forskellige forudsætninger og erfaringer med fodbold. Vi kører ikke med faste 1. og 2. hold osv. Vi har større træningsgrupper og der vil hele tiden være et skift og rul mellem holdene, når de spiller kamp, så spillerne udfordres på forskellige niveauer og med forskellige holdkammerater. Dette gør sig konstant gældende i børnefodbolden, mens der op i ungdomsfodbolden vil være mindre udskiftning mellem kampholdene.

I forbindelse med kampe sørger klubben for Spilletøj (trøje, shorts og strømper). Spillerne skal selv medbringe benskiner, fodboldstøvler og drikkedunk.

# FOR FORÆLDRE



## Med mor og far som medspiller

Mor og far er uundværlige medspillere for børnefodbolden. Forældreengagement er en kæmpe ressource og gave til fodbolden. Vi deler en fælles passion. Det er nødvendigt, at børn får opbakning hjemmefra, når de spiller fodbold. Det fremmer motivationen for børnene, giver tryghed og er med til at skabe fundamentet for en livslang tilknytning til et aktivt foreningsliv.

Engagerede forældre er en styrke for afviklingen af det daglige klubarbejde og er ofte en hjælpende hånd for træneren m.v. Derfor er det vigtigt med en god kontakt og et højt informationsniveau til forældregruppen.

Som forælder kan man også blive en del af "Hr. Tuses venner", som er et passivt medlemskab, hvor man støtter en årgang efter eget valg. Se mere her:

<https://www.tusefodbold.dk/medlemmer/hr-tuses-venner/>

## Vi ønsker, at alle:

- 1) har mulighed for at spille fodbold uanset alder, køn og færdighedsniveau
- 2) føler sig trygge, når de er i klubben
- 3) har det sjovt gennem fodbold

Det er store ønsker, og det kommer ikke af sig selv – men alt er muligt, når alle yder en indsats! HUSK: Det er også dit ansvar, at det er sjovt at spille fodbold i Tuse Fodbold – og vi har måske endda brug for din hjælp til typiske **forældreopgaver**:

- 1) Kørsel til udekampe
- 2) Hjælp ved træning
- 3) Kampleder til hjemmekampe
- 4) Administrativ hjælp (koordinator)
- 5) Lave mad til fællesspisning for holdet
- 6) Løse opgaver på tværs af årgange
- 7) Skribent/fotograf til Facebook og hjemmeside



# FOR FORÆLDRE



## Vi følger DBU's Forældreråd

Det er et godt udgangspunkt, at forældrene er engagerede. Men engagementet kan også kamme over, hvis voksne f.eks. overfuser dommeren, eller hvis en far konsekvent driver sin søn fremad på banen med råb og direktiver eller hvis kampens resultater pludselig kommer til at spille en uforholdsmæssig stor rolle for de voksne.

## Rådene lyder:

- 1) Mød op til træning og kamp – dit sætter pris på det
- 2) Forhold dig i ro på sidelinjen – lad børnene spille
- 3) Ophold dig kun langs den ene sidelinje – og i god afstand til spillere og trænere
- 4) Respekter trænerens beslutninger – vær positiv og støttende
- 5) Respekter dommerens beslutninger – se på dommeren som en vejleder
- 6) Skab god stemning ved kampene – byd f.eks. udeholdets forældre på kaffe
- 7) Spørg om kampen var spændende og sjov – ikke om resultatet
- 8) Sørg for rigtigt og fornuftigt udstyr – overdriv ikke
- 9) Bak op om holdets og klubbens arbejde – din indsats bliver værdsat, ikke mindst af dit barn
- 10) Husk på, at det er dit barn som spiller fodbold – ikke dig!



# KONTAKT OS



## Ungdomsudvalget



| Anders Juhl                                                                  | Christian Sloth                                                          | Lene Munck Vilstrup                                                              | Stefan Falkenberg                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <a href="mailto:mail@tusefodbold.dk">mail@tusefodbold.dk</a><br>M: 2166 8223 | <a href="mailto:cs@tusefodbold.dk">cs@tusefodbold.dk</a><br>M: 6170 7917 | <a href="mailto:lvilstrup@hotmail.com">lvilstrup@hotmail.com</a><br>M: 6167 5684 | <a href="mailto:stefan_falkenberg@hotmail.com">stefan_falkenberg@hotmail.com</a><br>M: 2614 7575 |

## Kommunikation på holdet

Tuse Fodbold benytter DBU-systemet KampKlar som internt program til kommunikation, tilmelding til træning, kampe og andre sociale arrangementer på den enkelte årgang. KampKlar er direkte linket til Tuses hjemmeside, hvilket gør at de enkelte holds spillere og kampe også vises på hjemmesiden. Ift. GDPR lever KampKlar fra DBU op til de krav og regler der er, og som klub benytter vi altså udelukkende det system.

Der er rigtig mange gode informationer om, hvordan du kommer i gang med at bruge KampKlar – du finder mere information her: [dbu.dk/klubservice/it-tilbud/kampklar-styrker-holdet/](https://dbu.dk/klubservice/it-tilbud/kampklar-styrker-holdet/)

## Kontaktpersoner, hjemmeside og Facebook

Hvis du ønsker at komme i kontakt med klubben, så finder du en oversigt over alle kontaktpersoner her: [www.tusefodbold.dk/om-klubben/find-kontaktpersonen](https://www.tusefodbold.dk/om-klubben/find-kontaktpersonen). På vores hjemmeside er der desuden stillinger, kampprogrammer mv.

Vi har en Facebook-side, som følges af mere end 3.400 personer med interesse i vores klub. Vi anbefaler alle at følge klubben på [www.facebook.com/tusefodbold](https://www.facebook.com/tusefodbold). Som medlem af klubben accepterer du, at billeder taget ifm. stævner og lignende bruges på vores hjemmeside og Facebook-side.