

*Gott
Nytt
År*



SOLBERGA BK 55 ÅR

1967-2022

INNEHÅLL

VÄLKOMMEN TILL FÖRENINGENS TIDNING OM ÅRET SOM HAR GÅTT

LEDARE - Bättre att bygga starka barn än att laga trasiga vuxna	3
GRATTIS A-LAGET - Nu flyttar vi upp till division 6	4
UTBILDNING - Hjärt och lungräddning och akut skadebehandling	6
TÅRTKALAS NÄR KLUBBEN FYLLDE 55 ÅR	7
LAGET RUNT - Aktiviteter, träningsläger och avslutningar	8
DUNROSSDAGEN	10
KVINNLIGT TRÄNARFORUM	13
NATIONALDAGSFIRANDE på Solberga bollplan	14
DOMARUTBILDNING - Anmäl dig nu	17
FOTBOLLSSKOLA - För de minsta	18
DAMLAGET Satsar för 2023	19
GÅFOTBOLL - För de äldsta	22
SOLBERGA CUP - Succé igen	28
LÄR KÄNNA STYRELSEN	30
PÅSKLOVSCAMP - Häng med	43
SOLBERGA MUSIC FESTIVAL - En folkfest	45
FOTBOLL FITNESS - Kom med från början	46
KALLELSE TILL ÅRSMÖTE	48

Trygga miljöer är en förutsättning för prestation

DET ÄR BÄTTRE ATT BYGGA STARKA BARN ÄN ATT LAGA TRASIGA VUXNA

DET ÄR VIKTIGT ATT GE VÅRA BARN- OCH UNGDOMAR innanförskap, självkänsla och trygghet. Det var 200 deltagare från 152 olika idrottsföreningar överens om när de träffades i Göteborg i slutet på november.

Hur får vi våra unga fotbollsspelare att känna trygghet, glädje, utveckling och gemenskap? Vad betyder de orden för oss, och hur uppnår vi det? En rekommendation från mötet var att ta fem minuter i början eller i slutet av träningen och prata värdegrund tillsammans, vad vill vi vara, vad är vårt gemensamma mål och hur vi ska nå dit tillsammans.

Att fysisk aktivitet förändrar och bokstavligen räddar liv är ett faktum. Alla som verkar inom idrotten är därför några av de viktigaste aktörerna i barn- och ungdomarnas liv, och idrott är kanske den bästa förebyggande verksamheten vi har i Sverige för att förhindra social utslagning. De 11-26 åringar vi inte lyckas rädda kostar samhället 25 miljoner under sin olyckliga livsresa. Många föreningar önskade ökat föräldraengagemang och beskrev spökföräldrar som släpper av barnen ur bilen och gasar därifrån som ingen ser. Engagemang från föräldrarna bidrar starkt till en tryggare miljö för alla.

Vilka minnen och sanningar ska barnen få med sig från sin tid i Solberga BK? Det har vi alla ett stort ansvar för. Så låt oss börja prata om värdeorden trygghet, respekt och attityder, hur vi ska vara mot varandra och hur vill utvecklas inom fotbollen.

Idag har vi vi aktiva spelare i våra lag mellan 4 år till 80 år. Det är fantastiskt!

Nu ser vi fram mot ett nytt år med härlig fotboll där vi jobbar för gemenskap, respekt, inkludering och utveckling.

Önsker oss alla ett
Gott Nytt Fotbolls År

Donald Boström
Ordförande
Solberga BK



GRATTIS HERRLAGET

Nu tar vi steget upp till division 6



DET RÅDDE FESTSTÄMNING PÅ SOLBERGA BOLLPLAN fredagskvällen den 7 oktober 2022. Hela klubben vill på detta enkla sett gratulera alla ledare, spelare, supportrar till avancemanget till div 6, vilket inspirerar och glödjer hela föreningen.

Hårt arbete och bra kämpaglöd gav resultat. Match slutade 0 - 0 med det var den poängen som behövdes. Alla glada och nöjda och mycket kaffesugna. Med över 100 supportrar på plats dånade hurraropen över stadsdelen.

Nu ser vi alla fram mot nya tuffa utmaningar 2023!

Grattis igen och ett fyrfaldigt hurra för herrlaget!





INSPIRERANDE OM SKADOR

Måndagen den 5 december var föreningens ledare inbjudna till utbildningen *Första hjälpen och akut skadebehandling* i samarbete med RF-SISU Stockholm.

Det var Chris Lindqvist som var dagens kursledare och Chris var så grym och inspirerande och hade ett superinformativt sätt att utbilda, han gick igenom följande under kvällen:

- Vad som skall finnas i lagenssjukvårds väska
- Hjärnskakning, hjärntrappan
- Nack & ryggskador
- Stukad fot
- Luxationer
- Finger ur led
- Axel ur led
- Mjukdelsskada
- Vid behandling av en akut mjukdelsskada ska du se till att skadan hanteras med följande åtgärder och i följande ordning för att nå bästa resultat:

Tryck

Högläge

Vila

(Kyla)

Sjukdomar

- Astma
- Diabetes
- Epilepsi
- Feber och infektioner



HÅLL IGÅNG HJÄRTAT

Måndagen den 28 november genomförde Solberga BK i samarbete med RF-SISU Stockholm utbildning i Hjärt-lungräddning med hjärtstartare.

Chris Lindqvist som var dagens kursledare genomgick Hjärt- och lungräddning som en första hjälpen-behandling med bröstkompressioner och ofta med inblåsningar för att upprätthålla hjärtverksamheten och andningen hos en person med hjärtstillestånd.



Tisdagen den 15 november fyllde Solberga BK 55 år och klubbhuset fylldes av klubbmedlemmar, ledare och spelare som skålade för klubbens kommande 50 år när föreningen firade med öppet hus och tårtkalas i klubbhuset. Det 20 kvinnor och man starka gåfotbollslaget utbrast i sång och hurra för Solberga BK, och Svenska Fotbollförbundet förärade föreningen med ett vackert diplom där de tackade Solberga BK för "medverkan till fotbollens utveckling och framgång". Vi tackar Svenska Fotbollförbundet för det erkännandet som gör oss stolta för det ideella jobb vi alla gör.

Därmed är det bara att önska vår fina klubb Solberga BK Lycka till med fortsättningen för fotbollens utveckling och framgång med ett stort tack till alla ledare som gör en fantastisk och viktig insats med sitt engagemang.

TÅRTKALAS PÅ FÖDELSEDAGEN



LAGAKTIVITET HALLOWEEN PÅ GRÖNA LUND



Årets lagaktivitet blev en upplevelse för F08/09 på Gröna Lunds med Halloween tema.

Vi började med att köra 5-kamp och sedan fick tjejerna sprida ut sig och uppleva allt som fanns öppet. Det var mycket »skärmande« nytt att uppleva.

Uppskattat av alla som var med, och vi kan bara hålla med :)

AVSLUTNING - YOUMP



F10 åkte till Yoump för att avsluta S:t Eriks-cupen 2022. Vi hade 16 glada tjejer som lyckades hoppa sig trötta utan att skada sig. Pizza och slush var däremot inget som kan rekommenderas. Men en lyckad dag trots »maten«.

SÄSONGAVSLUTNINGS MIDDAG PÅ BRÖDERNAS, TELEFONPLAN



F08/09 åkte till Telefonplan för att äta middag på Brödernas som en avslutning på säsongen.

Årets träningsflit pris 2022 gick till:

- 1:a Molly
- 2:a Felicia
- 3:a Corinne och Minou

Vi tackade även av tränarna Oscar och Dennis som slutar träna tjejerna.

Vi säger även stort tack till de tjejer som valt att sluta i laget pga olika anledningar.

TRÄNINGSLÄGER MED F10



Dagen började med teori, regler och frågesport. Något tung start på dagen kanske men det gick överaskande bra. Efter teori följde en och en halv timmes fysträning och teknikträning. Jobbigt men bra kämpat av alla. Efter lunchen gick vi till electraparken och hade sammarbetslekar och spelade brännbolls-fotboll.

Tillbaka till klubbhuset för taco och film och popcorn. En mycket lyckad dag och bra prestationer från alla spelare!

LAGAKTIVITET I SUPERCENTER!

Söndagen den 27 november, 1: a advent hade P10 en lagaktivitet hos supercenter som föreningen Solberga bollklubb bjöd på eftersom klubben firar 55år jubileum. Det var mycket lyckad lagaktivitet. ett stort tack till SBK.



SÄSONGAVSLUTNING

Julavslutning med VM turnering för P10 med traditionell fika. FIFA World Cup Qatar, flyttade in i Solbergaskolans gymnastiksal, tyvärr lämnade Frankrike walk over för att Kylian Mbappé hade blivit sjuk. :-)

Efter en tuff turnering var det en välbehövlig fika och föreningen bjöd på läsk, kexchoklad, klubba och pepparkakor. Några av spelarna hade med sig hembakat och go-fika. Vi avslutade säsongen 2022 med en mysig fikastund tillsammans och även några föräldrar kom och fikade med oss.

Tack för en härlig VM kväll i Qatar.

LAGET
RUNT

Den årliga DUNROSSDAGEN



Solberga BK deltog med fyra representanter vid den årliga Dunrossdagen 19:e till 20:e november i Göteborg, den 10:e Dunrossdagen i ordningen.

Stiftelsen Dunross & Co som arrangerar Dunrossdagen stöttar barn- och ungdomsföreningar som erbjuder en toppningsfri, meningsfull och utvecklande verksamhet i vilken deltagare inte särbehandlas. Solberga BK har varit en Dunrossförening sedan 2014, och är en de cirka 160 föreningar som Stiftelsen Dunross & Co stöttar. Sammanlagt är det mer 75 000 barn i åldrarna 7 – 15 år som bär Stiftelsen Dunross & Co:s logotype på matchtröjan. Logotypen är en form av kvalitetssäkring som visar att föreningen står för en sund barn- och ungdomsidrott och fair play. Både på och vid sidan om planen, före, under och efter match. Den årliga Dunrossdagen är tänkt som en inspirationsdag där föreningar träffas över idrottsgränserna och får möjlighet att arbeta och diskutera kring olika frågor/

teman samtidigt som stiftelsen får möjlighet att informera om sin verksamhet och dess utveckling.

Temat för årets Dunrossdag var psykisk ohälsa och utanförskap, där Mia Börjesson, socionom, handledare och inspiratör inom psykosocialt arbete berättade om vikten av att bygga upp sitt psykologiska immunförsvar, och hur självbild, självförtroende och självkänedom påverkar vårt psykiska välmående. Sascha Abdelnabi berättade om utanförskap, varför och vad vi kan göra för att förändra till det bättre.

På eftermiddagen deltog Solberga BKs representanter i seminarier om nivåanpassning inom idrotten där Stefan Olofsson, nationell utbildare på SvFF pratade om hur man kan anpassa sin träning och erbjuda utveckling för alla på den nivå de befinner sig.

Ett annat fördrag berättade ÖIS om hur de utvecklade sina strikt uppdelade verksamheter för barn- och ungdomar. Alla verksamheter får samma fotbollsutbildning oavsett om det sker i akademien eller inte, men i den senare hade man högre krav på individen när det gällde närvaro samt mer specialiserad fotbollsteori anpassad för spelare i en elitförberedande verksamhet.

ÖIS representanter berättade hur de genom att ta bort selektering och risken att åka ut ur akademien om man inte presterade bara hade påverkat deras spelare positivt eftersom trygga spelare presterar bättre.

DUNROSSDAGARNAS SEMINARIER



- * Att vara idrottsledare och möta barn & unga med NPF (Andreas Svensson)
- * Integration genom idrott (Norrtulls SK)
- * Fotboll i Zambia (Chiparamba Foundation)
- * Bredd och elit under samma tak (ÖIS)
- * Psykisk ohälsa bland barn- och ungdomar (Mia Börjesson)
- * HBTQ (Samkrafter)
- * Att bygga för framgång (Max Bergander - AIK Fotboll)

STOCKHOLMS FOTBOLLSFÖRBUNDS

INSPIRATIONSKVÄLL OCH NÄTVERKSTRÄFF



16 JUNI GENOMFÖRDE KVÄLL STFF

INSPIRATIONSKVÄLL och nätverksträff och Solberga BK var representerade, kvällens program, föreläsningar om att stärka målvaktsrollen samt idrottspsykologi. Kvällen avslutades med en gemensam middag.



EN HÄRLIG DAG FÖR LAGET

GRATTIS ALLA BARN OCH UNGDOMAR, klubben fyller 55år och det firar vi med att ni får.... En lagaktivitet (gäller 1 december - 31 mars) 150 minuter med mat.

Lagaktiviteten är en rolig aktivitet för hela laget med tävlingar, en blandning av alla våra tekniska stationer på Supercenter som Icon Ring, Precision Wall, Bollmaskin, Smartgoals och Curcuit.

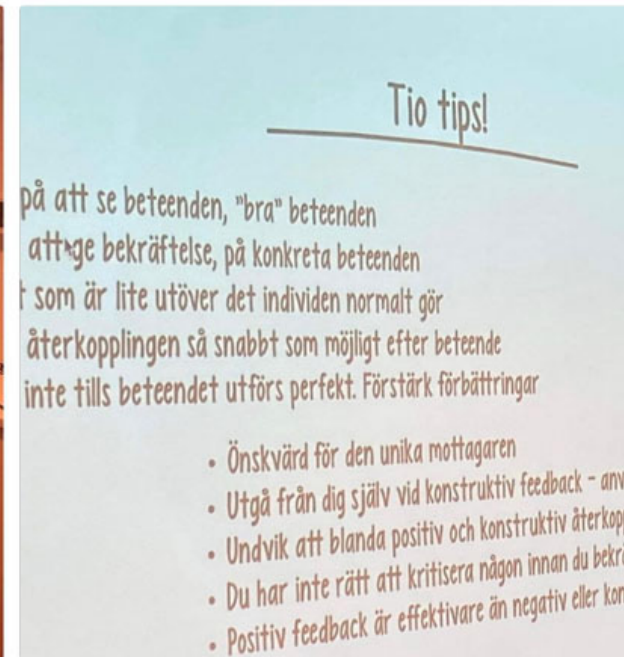
laget delas upp i grupper som tävlar mot varandra i flera stationer. Mycket skratt och nöje utlovas!

VAD ÄR SUPERCENTER:

I Supercenter kan du spela fotboll på konstgräs på små ytor med glasväggar runt om. Fokus ligger på bollbehandling och teknik. Vi blandar fotboll, roliga upplevelser och tekniska produkter i konceptet.

STOCKHOLMS FOTBOLLSFÖRBUNDS

TRÄNARFORUM FÖR KVINNOR



FYRA AV SBKS KVINLIGA LEDARE, Sara Svärd P10, Eleonor Haak & Sandra Olsson F/P 2106, Annika Vikander, damlaget, representerade föreningen när StFF genomförde tränarforum för kvinnor den 12 september. Lena Lindqvist från Folksam, berättade om den viktiga knäkontrollen. Dessutom föreläste idrottspsykologen Elin Borg om idrottspsykologi med tema kommunikation.



VÄRLDSREKORD OCH TROLLKARLAR...

Solen sken och det var glada leenden när Solberga BK traditionsenligt äntligen kunde arrangera det uppskattade nationaldagsfirandet för stadsdelens familjer efter ett par års uppehåll för pandemin.

Nationaldagen invigdes av Kungen, det vill säga imitatören, trollkarlen och underhållaren, Jan Wolfhagen. Porträttligt utklädd till H.M. Konungen höll han nationaldagens invigningstal.

Dagens cirka 300 besökare strosade runt bland aktiviteterna, fikade, köpte lotter och kom och gick under dagen. Under dagen bjöds det på musik av Svenska Järnvägars Musikkår, Tomas Lundman, lyckades inför publikens jubel slå sitt eget världsrekord i bolljonglering Dagens längsta kö ringlade till Speed Shoot. Hårdast sköt Linus

Kristiansson från SBK P17J som klämde till med ett skott på fantastiska 115 km/tim. En annan populär aktivitet var prickskytte med fotboll. Det var en stadig kö till båda aktiviteterna under hela dagen där våra funktionärer, Eleonor, Magnus, Sandra och Sara hade fullt upp.

SBK P17J och SBK Dam ställde även upp med spelare som närvarande barn- och ungdomar kunde utmana på match. Konceptet var enkelt, hitta fem kompisar och bilda ett lag. Det spelade ingen roll om man var tjej eller kille eller om man var av olika ålder. Lagen bestämde sina egna namn och anmälde sig till kansliet inne i klubbhuset och bokade matchtid. Nya intressanta lagnamn som "Leo får inte vara med", "Alla får vara med",

...NÄR SOLBERGA BK STÄLLDE TILL FEST

"Solberga FC", "Solberga Juniors", "Siuu", "FC Juniors", "Kaylee & Champs", "AIK Junior", "Sisters of no mercy", och "Södra" kämpade tappert i eftermiddagssolen. Våra domare Amalia, Minou (F08/09) och Jan hjälptes åt att döma matcherna.

En lyckad dag. Stort tack till alla ledare som var med och hjälpte till – det är roligt när vi tillsammans gör 6 juni till ett så bra evenemang som vi gjorde denna gång.

Ett särskilt STORT TACK

till följande företag som bidrog med fina vinster till Speed Shoot och Lotteriet: Akademibokhandeln, Brostugan, C-Stockholm, Daisys, Deichmann, Delikatesskungen, E4-baren, Enenda, Enskede rackethall, Flügger Färg, Gococo, Kakservice, Kavli, Klasspengar.se, Kristallting, Krubb Telefonplan, Laserdome, Aspudden, Maria Wiberg Blomsterdesign, Newbody, Padelverket Haninge, Pepe Nero, Salong Härkristallen, Solberga Pizzeria, STC, Stora Coop Västberga, Svenska Fotbollsakademin, Tempo Solberga, The Viking museum, Ugglan Boulebar, Yoump och Älvsjö Stadsdelsnämnd.



SOLBERGA BOLLKLUBB



EN FÖRENING FÖR ALLA

Solberga BK söker dig, förälder och vuxen, till våra duktiga flick- och pojklag!



BLI EN AV VÅRA LEDARE

Alla kan bli ledare – DU MED!

Solberga BK växer och våra barn och ungdomar behöver ledare till sina lag. Vi söker just dig! Förälder eller vuxen som är intresserad av fotboll och som med vägledande uppmuntran och beröm sätter barnen i centrum

VI ORDNAR MED UTBILDNING OCH BERÄTTAR ALLT DU BEHÖVER VETA.

Hör av dig.

Varmt välkommen!

Ring vårt kansli: 08 18 88 99 eller maila till: info@solbergabk.se
kolla in vår hemsida: www.solbergabk.se



Anmäl dig till SBKs

DOMARUTILDNING

SOLBERGA BOLLKLUBB BJUDER in till domarkurs för alla som vill bli ungdoms- eller föreningsdomare under klubbens regi. Både nya domare och de som tidigare har varit domare måste gå kursen för att få döma matcher arrangerade av Solberga BK (5 mot 5) och Stockholms Fotbollförbund 2023. För att gå kursen måste du ha fyllt eller ska fylla minst 14 år. Intresserad? Kul!

Inte minst för er som är utbildad domare men som skall gå fortbildningskurs 7 mot 7 kan också gå den hos oss :-)

Att bli ungdomsdomare är ett bra sätt att vara delaktig inom fotbollen, tjäna lite extrapengar under framförallt lördagar och söndagar.

Vill du hänga med som domare 2023 i Solberga Bollklubb så anmäler du dig till kurserna genom vårt domarformulär.

Efter avslutad kurs ges behörighet att döma 5 mot 5 och 7 mot 7 i S:t Erikscupen.

Kostnadsfritt deltagande, lunchen bjuder vi på

Plats: Klubbhuset, Solberga Bollplan

Datum: söndagen den 2 april. 2023

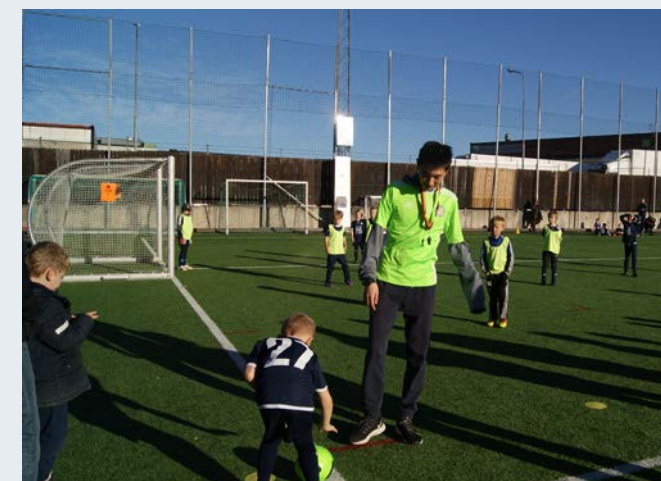
Tid: 09:00 -17:00.

Välkomna

Hälsningar

Magnus Lundgren utbildningsansvarig

Ronny Forslöf ansvarig 5 mot 5.





FOTBOLLSKOLA

FÖR VÅRA MINSTA FÖDDA 2017-2018

NÄR SOMMAREN VAR SOM VARMAST genomförde våra duktiga barn födda 2017/2018 fotbollsskola på Solberga BP måndag till torsdag. Fotbollsskolan är en »prova-på-verksamhet« där barn och föräldrar får möjlighet att prova på om fotboll i Solberga BK är någonting för dem. Det är samtidigt introduktion för nya föräldrar där de kan se hur man bedriver träning för de yngsta, »Learning By Doing« för både barn och föräldrar.

Fokus har legat på att träna den individuella tekniken och då framför allt i att driva boll kontrollerat. Vi har även under lekfulla former introducerat barnen i att tänka på att man är en del i ett lag.

Fotbollsskolan avslutades med att alla deltagare på plats fick medalj och festis. Om det är någon gång i en fotbollsspelares karriär en medalj betyder något så är det förmodligen i ett sammanhang som detta :-)



DAMLAGET

LADDAR OM



Damlaget sätter 1-1 på frispark på hemmaplan i matchen mot Kransen United FF som slutade oavgjort.

DAMERNA HAR HAFT EN SÄSONG KANTAD AV SKADOR vilket bidragit till att laget inte lyckades uppnå sina mål att stanna kvar i division 4.

Damlaget kommer igen med nya krafter och satsar inför kommande säsong och har redan fått in ett par nyförvärv.

Under vintern spelar damlaget i inomhuskorpen och ligger i toppen på tabellen. Ordinarie träningarna kommer igång under januari.





VINDSTILLA SOLSÄKER UPPSTART FÖR P 17

P17 HAR HAFT ETT 4 DAGARS UPPSTARTSLÄGER på Gotland inför höstens matcher. Laget åkte till Gotland torsdag 11 augusti och kom hem söndag 14 augusti. Gotland är en sveriges solsäkraste platser och ön visade sig från sin bästa sida vädermässigt under uppstartsläget. Det var vindstilla med en temperatur mellan 26-30 grader dagtid. Ett 1 timmes fyspass på strand och i vatten samt fyra stycken 2 timmars bollpass på naturgräs blandat med sol, bad och rundvandring i Visby har laget genomfört under vistelsen på Gotland. Det har varit en väldigt bra helg i positiv anda där laget har fått en bra start efter sommaruppehållet.



P10s FÖRSTA 9 MOT 9



15 OKTOBER SPELADE P10 IFK VIKSJÖ POJKCUP, vi spelade vår allra första 9 manna match. Vi mötte IFK Viksjö Vit-1, Stureby SK Vit, Sigtuna city, varje match spelade i 30 minuter. Vi vann två av våra matcher och killarna svarade på vad vi hade tränat på innan cupen.



GÅFOTBOLLEN

har kommit för att stanna



Solberga BKs Pia Artursson tackar Enskededamerna för god match.



Solberga BKs Maud Hägglund byter artigt vimpel med B00 FF innan matchstart.



Annacari Wallin ger Solberga BK ledningen i matchen mot ett av Enskedes damlag.

VÄLKOMMEN TILL SOLBERGA BKS GÅFOTBOLL

som har haft ett spännande och framför allt roligt och trevligt år sedan starten i april.

Varje tisdag 10.30 samlas en glad och tapper skara på Solberga bollplan för att röra på oss och överraskas över hur roligt det är. Det är kombinationen motion och gemenskap som har gjort gåfotbollen i Solberga BK populär.

Ledorden är fair play, vara reko och vänliga, hålla oss till reglerna, även om det är svårt ibland. Och, utveckling. Är du kvinna +55 eller man +60 så Kom med du också!



Regn eller sol gör detsamma! Viktoria Hallén skjuter två bollar i motvind.



Det var ett peppat gäng från Solberga som besökte Enskede mycket hejarop. För oss handlar om glädje, med det är klart varje match. Onsdagen den 7 september genomfördes Stockholms Fotbollförbunds andra gåfotbollsturnering och på plats fanns förstås SBK gåfotboll, mixade klassen. Solberga vita och Solberga orange.

det vart mycket skratt och vi spelar för att vinna i den



SUCCÉ FÖR VÅRT UPPSTARTSLÄGER

EFTER ETT LÅNGT UPPEHÅLL från träningen på ca åtta veckor var det dags för vårt uppstartsläger som var uppdelat på två dagar.



VILKEN HÄRLIG FOTBOLLSKVÄLL

UNDER HÖSTENS FÖRSTA TRIVSELAKTIVITET såg vi allsvenska matchen mellan Hammarby som tog i mot Degerfors IF på Tele2 arena, tillsammans med 25 264 st sjungande Hammarby fans och några andra.

Vi hade bra platser och för några var det allra första gången många besökte denna ny stadion. Killarna titta på uppvärmningen och nästa "alla" sjöng med just idag är jag stark, Hammarbys inmarsch låt, Killarna fick en uppgift under matchen att titta på någon fotbollsaktion.

En fotbollsaktion kan vara en passning, men aktionen kan också vara sammansatt av flera delar när en spelare springer, driver bollen och skuter mot mål. Matchen slutade 5-1 till Hammarby och alla var glada för att se många mål och det vart mycket popcorn läsk och en och annan varmkorv. Alla var överens om att vi hade en trevlig kväll tillsammans spelare, ledare samt föräldrar.



FOTBOLLSGLÄDJE I ALLA VÄDER



EN FOT PÅ BOLLEN GER FIN FOKUS till instruktionerna för nästa övning!

Vilket härligt gäng vi varit som kört på sen i somras. Jag vill tacka alla som bidragit med energi, ideér och glädje, framför allt när inte vädret varit på vår sida har alla dykt upp och gjort träningen helt fantasisk. Några favoritövningar enligt barnen har varit: *Stöka till och städa, *Gröna, röda lyktan STOP!, *Vem är rädd för Zlatan, *Match mot dom vuxna

Nu börjar inomhussäsongen och vi kommer fokusera på lagkänslan med olika övningar. Vi behöver fortsatt hjälp utav er föräldrar att stå vid olika stationer, bära fram och bort grejer.

Frida, tränare

INGEN SKUGGA OCH MÅNGA BYTEN



HELGEN 13-14 AUGUSTI SPELADE LAGET Ingarö Skärgårdscup. Vädret bjöd på strålende sol, höga temperaturer och minimalt med skugga. Killarna fick dricka mycket vatten och många byten under matcherna.

På lördagen spelade vi 7 mot 7. Det var fyra matcher av skiftande karaktär. Tillslut blev det 2 vinster och 2 förluster. På söndagen fick våra killar födda 2013 spela 5 mot 5. Då blev det 2 vinster, 1 oavgjort och 1 förlust.

Vi vill tacka alla spelare som kämpat och gjort sitt yttersta samt alla föräldrar som hjälper på.

Emanuel & Rickard





TACK FÖR ÅRETS UPPLAGA AV SOLBERGA CUP 2022

Solberga BK vill tacka alla inblandade för ett bra genomförande av Solberga Cup. Traditionen lever vidare och det blev återigen ett mycket lyckat och välbesökt arrangemang.

Vi fick se många härliga fotbollsmatcher från många olika lag med barn födda 2012-2015. Extra kul med åldersklassen 2015 med lag där många spelare gjorde sitt livs första matcher - ett minne för livet!

Återigen stort tack till alla närvarande för en fantastisk helg. Extra stort tack till alla våra funktionärer och domare som jobbade, utan er hade inte cupen varit möjlig att genomföra!

Vi ser redan fram emot nästa cup, Solberga Cup som går av stapeln helgen 14-15 oktober 2023.





Donald Boström

Ordförande

5 snabba privata

Boende (var & hur många under samma tak):
Hus i Nacka med fru, alla tre barn utflugna.

Yrkesliv (tidigare & nuvarande)

Journalist, författare och fotograf, har nästan bara arbetet utrikes, nu i åttio länder.

Den personliga egenskap jag är mest respektive minst stolt över

Jag fick frågan en gång i en tidningsintervju, då svarade jag uthållighet, de flesta andra brukar prata om min förmåga att fokusera. Bristen är att jag ofta har för många bollar i luften, så har det varit i hela mitt liv, ibland blir det för mycket av det goda.

Fritidsintressen

För många. SBK, Karate, Gitarr, mat o dryck, Kaffe, svamp, läser böcker varje dag, dagliga löpturer i Nackareservatet.

Favoritlag (förutom SBK såklart)

Bajen.

Vad har du för bakgrund & nuvarande roll i Solberga BK

Kom på idén att starta en ny klubb när min gamla klubb Solberga IF lades ned, och var sedan med och startade SBK tillsammans med Christer Bertling, Björne Larsson och Kjell-Åke Bertling. Spelade i pojk, junior och seniorlagen, var tränare, lagledare och domare. Kom sedan ett antal år med i styrelsen och är idag ledare för Gåfotbollen och klubbens ordförande.

Roligaste SBK minne

Det finns naturligtvis många minnen, som att vara med i klubbens allra första match 3 maj 1967, det var speciellt, men kanske starkaste minne är vår första spännande resa utanför Stockholm med juniorlaget till Ryavallen Borås. Vi fick spela på gräs för första gången i vår liv. Förutom matchen hade vi otroligt roligt på själva resan.

Styrelsen hade en planeringsdag i början av året, kan du nämna en arbetsuppgift som du tagit med dig därifrån och arbetar med under 2022

Vikten av att rekrytera och utbilda bra ledare.

Kan du nämna en viktig sak för dig (Solberga BK målsättningar, riktlinjer, klubbregler och ambition

För mig är "En klubb för alla" vår viktigaste grundvärdering, vår sociala insats kan inte underskattas, och att SBK ska spela en viktig roll för invånarna i stadsdelen.

Tack för den här korta "lära känna styrelsen" intervjun, avslutningsvis...

Det här visste du inte om mig... "Hemlig/konstig/udda" talang.

Har gjort ett antal kokböcker, bland annat med Kocklandslaget och Lasse Kronér. Arbetar mycket med bokformgivning och har vunnit pris av Svensk Bokkonst för mina alster.



Donald Boström gör comeback i Solbergatröjan. 54 år efter hans och Solberga BKs första match 3 maj 1967.



Magnus Lundgren

Vice ordförande

5 snabba privata

Boende (var & hur många under samma tak):

Svar: Bostadsrätt i Apelsinlunden – Brf Sandalmakarbacken.

Yrkesliv (tidigare & nuvarande)

Lärare och forskare på KTH, Skolan för Industriell Teknik och Management, Institutionen för Produktionsutveckling med fokus på datorstödd produktion CAD/CAM, Industri 4.0, m.m.

Den personliga egenskap jag är mest respektive minst stolt över

Jag funderar inte egentligen inte så mycket i form av egenskaper jag är stolt eller inte stolt över. Jag har saker jag är nöjd med, som exempelvis att jag har bra hand med barn och att jag genom mitt arbete i Solberga BK kan bidra till att utveckla dem som människor och inte bara som fotbollsspelare. Om det är något som jag måste vara mindre nöjd med så är det kanske att jag vill mycket och i och med samtidigt kan bli otålig på att omgivningen inte jobbar i samma takt som jag – men det är något jag har blivit bättre på att acceptera.

Fritidsintressen

Solberga BK och därutöver utomhusaktiviteter

Favoritlag (förutom SBK såklart)

Inga särskilda men jag tycker det är kul att vi har tre bra Stockholmslag i Allsvenskan

Vad har du för bakgrund & nuvarande roll i Solberga BK

Som så många andra, förälder med barn som ville spela fotboll och på den vägen är det. Jag har gjort

väldigt mycket i Solberga BK under mina år, bl.a. varit ordförande i åtta år. Det är väldigt många barn som passerat genom någon av alla de fotbollsskolor som jag har haft under minst 10 årstid. Det skulle nog bli en väldigt lång lista om jag skulle räkna upp allt här J

Roligaste SBK minne

Att vi har varit så duktiga på att engagera barn och vuxna så att vi vid tre tillfällen kunna åka till Nerja i Spanien på träningsläger utan att någon har behövt stanna hemma pga. brist på pengar.

Styrelsen hade en planeringsdag i början av året, kan du nämna en arbetsuppgift som du tagit med dig därifrån och arbetar med under 2022

Jag tycker att vi har blivit allt bättre organiserade och vi har många styrkor i vår klubb. Nu fokus på struktur/organisation och SvFFs initiativ Diplomerad Förening.

Kan du nämna en viktig sak för dig (Solberga BK målsättningar, riktlinjer, klubbregler och ambition

Viktigast är att Solberga BK först och främst är en FÖRENING och att vi passar ALLA. I Solberga blir du välkommen för den du är och inte för vad du kan ute på plan. Det är DU som är viktig, och att DU vill vara med.

Tack för den här korta ”lära känna styrelsen” intervjun, avslutningsvis...

Det här visste du inte om mig...

Jag vet inte om jag har några udda talanger - Det får nog andra svara på :-)



Eleonor Haak

Styrelseledamot

5 snabba privata

Boende (var & hur många under samma tak):

Bor i Tumba med min man Tommy och våra 2 barn.

Yrkesliv (tidigare & nuvarande)

Jobbar som Business Controller på Sandvik.

Den personliga egenskap jag är mest respektive minst stolt över

Mest stolt över att jag är påhittig. Minst stolt över att jag är lat.

Fritidsintressen

Fotboll och gå i skogen (gärna plocka svamp).

Favoritlag (förutom SBK såklart)

Tottenham hotspurs

Vad har du för bakgrund & nuvarande roll i Solberga BK

Började spela i Solberga som 16-åring, efter några år lades damlaget ned. Kom tillbaka som 30-åring till det nya damlaget och det kändes som att komma hem! Har nu spelat i 3 år. Är ledare för P/F16 där min son spelar, och är från i år även styrelseledamot.

Roligaste SBK minne

Svar: när jag spelade i damlaget första svängen (var ca 18 år) var det två äldre kvinnor med och spelade på våra matcher när vi saknade spelare. Ca 10 år senare blev en av dem min älskade svärmor och den andra rekryterade mig till damlaget jag spelar i idag.

Styrelsen hade en planeringsdag i början av året, kan du nämna en arbetsuppgift som du tagit med dig därifrån och arbetar med under 2022

Var inte med i styrelsen i början av året. Men sedan jag blev styrelseledamot jobbar jag mycket med att ta in hur arbetet går till och hur föreningen jobbar. Jag lär mig massor!

Kan du nämna en viktig sak för dig (Solberga BK målsättningar, riktlinjer, klubbregler och ambition

Att alla är välkomna och att vi har roligt tillsammans.

Tack för den här korta ”lära känna styrelsen” intervjun.



Annika Vikander

styrelseledamot

5 snabba privata

Boende (var & hur många under samma tak):
Solberga förstås med 3 under taket vi hyr.

Yrkesliv (tidigare & nuvarande)

Arbetar inom psykiatri, sedan lång tid tillbaka men numera administrativt

Den personliga egenskap jag är mest respektive minst stolt över

Jag är mest stolt över att jag vill engagera mig och minst att jag är tidsoptimist.

Fritidsintressen

Fotboll förstås.

Favoritlag (förutom SBK såklart)

Bajen.

Vad har du för bakgrund & nuvarande roll i Solberga BK

Tränare för damlaget sedan starten 2017 vilket jag är även nu, och styrelseledamot.

Roligaste SBK minne

När vi startade damlaget med öppna träningar för alla mammor var en superkul tid.

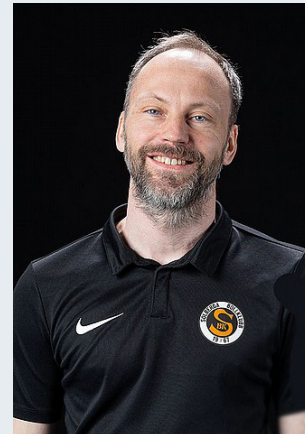
Styrelsen hade en planeringsdag i början av året, kan du nämna en arbetsuppgift som du tagit med dig därifrån och arbetar med under 2022

Stärka våra kvinnliga ledare inom föreningen vilket ligger mig varmt om hjärtat.

Kan du nämna en viktig sak för dig (Solberga BK målsättningar, riktlinjer, klubbregler och ambition

Viktigt för mig är att föreningen utvecklas genom med samarbete mellan lagen med fokus på respektive spelares möjlighet att utvecklas både som spelare och individ.

Tack för den här korta "lära känna styrelsen" intervjun.



Tomas Fasth

Suppleant

5 snabba privata

Boende (var & hur många under samma tak):
Radhus i Solberga med fru och tre barn.

Yrkesliv (tidigare & nuvarande)

Har jobbat som systemutvecklare i över 20 år. Har för länge sedan också jobbat i en frukt- och grönsaksbutik.

Den personliga egenskap jag är mest respektive minst stolt över

Förmågan att få saker gjorda. Bristen att ibland inte acceptera att alla andra är långsammare

Fritidsintressen

Squash, Fotografering, Padel, Nätverksteknik, husrenovering.

Favoritlag (förutom SBK såklart)

AIK och Leeds.

Vad har du för bakgrund & nuvarande roll i Solberga BK

Jag har tränat F06 i ... många år. När F06 lades ner tog jag en paus på 6-9 månader för att sedan vara lagledare och tränare för F10.

Roligaste SBK minne

Varje gång jag ser att träningen ger resultat under matcher. Utvecklingen av enskilda individers förmågor gör mig smått lycklig.

Styrelsen hade en planeringsdag i början av året, kan du nämna en arbetsuppgift som du tagit med dig därifrån och arbetar med under 2022

Jag var dessvärre inte med på det mötet. Sedan tidigare har jag ansvar för fotograferingen.

Kan du nämna en viktig sak för dig (Solberga BK målsättningar, riktlinjer, klubbregler och ambition

Vår värdegrund

Tack för den här korta "lära känna styrelsen" intervjun, avslutningsvis ...

Det här visste du inte om mig... "Hemlig/konstig/udda" talang

Har varit med i JSM i skytte (salongsgevär).









POPULÄRT CHOKLADJUL JULMARKNADEN



Solberga BKs bidrog med en ljuvlig hembakad chokladfudge och Solberga BKs populära chokladhjul. P11 var på plats där och sålde Bingolotter. Som vanligt var chokladhjulet en succé berättar Eleonor. En lyckad dag, där vi fick sprida lite glädje i väntan på julen.

Vad roligt att det var så många besökare, säger Eleonor Haak, ansvarig för Solberga BKs deltagande på kristalltorgets julmarknad den 4 december.

SOLBERGA BOLLKLUBB
INBJUDER TILL
PÅSKLOVSCAMP

PÅSKLOV 2023
TISDAG 11 APRIL TILL TORSDAG 13 APRIL

SOLBERGA BK VS SUPERCOACH

SOLBERGA BOLLPLAN
LERKROGSVÄGEN 30

MER INFORMATION OCH ANMÄLAN KAN LÄSAS PÅ VÅR HEMSIDA
WWW.SOLBERGABK.SE ELLER RING KANSLIET 08-18 88 99



PROGRAM

18:30 Välkomnande & Presentation av programmet och syftet med Solberga Music Festival

Säkerhetsinformation

18:45 - K-Bird - Live

19:30 - Quick switch

19:45 - Solpax - Live

20:30 - Quick switch

20:45 - Frågepanel - Live

21:15 - Carpet Dime - Live



EN FESTIVAL MED ENERGI I SOM FÖRENAR IDROTT OCH MUSIK

SOLBERGA MUSIC FESTIVAL!



Solbergaborna gick man ur huse en varm lördagkväll i augusti för att höra på bra musik när Solberga BK tillsammans med eldsjälén Linn Harstade var med och arrangerade vår första musikfestival.

MÅNGA PÅPEKADE ATT DET VAR SÄRSLILT ROLIGT att det var så många barn som kom, lyssande och fick själva prova på att spela elgitar och trummor. Polisen kom på besök och imponerades av tillställningenn. Inträdet var gratis och ingen åldersgräns gjorde att denn som vill komma och njuta av musiken och sällskapet. Tillställningen som också var alkoholfri gjorde att de tjugotal funktionärer som arbetade hade en lugn kväll. En panel med artisterna gav svaren på de viktigaste frågorna, för alla som som drömmer att bli artist.

TACK till alla frivilliga funktionärer, till Studeifrämjandets Håkan Granath som kom med instrumenten, och Tack till våra sponsorer COOP Västberga och Wallenstam. Tillsammans gjorde ni en toppenkväll möjlig.



KOM MED DU
OCKSÅ I
SOLBERGA
BKs FOTBOLL
FITNESS
REDAN FRÅN
BÖRJAN!



VÄLKOMNA TILL ÅRSMÖTET 2023

Vid årsmötet skall följande behandlas och protokollföras:

- §2 Årsmötets öppnande
- §3 Fastställande av röstlängd för mötet
- §4 Val av ordförande och sekreterare för mötet
- §5 Val av protokolljusterare och rösträknare
- §6 Fråga om årsmötet har utlysts behörigt sätt
- §7 Fastställande av föredragningslista
- §8 Styrelsens verksamhetsberättelse för det senaste verksamhetsåret
- §9 Styrelsens förvaltningsberättelse (balans- och resultaträkning) för det senaste räkenskapsåret
- §10 Revisorernas berättelse över styrelsens förvaltning under det senaste verksamhets-/räkenskapsåret
- §11 Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen avser
- §12 Fastställande av medlemsavgifter
- §13 Fastställande av verksamhetsplan samt behandling av budget för det kommande verksamhets-/räkenskapsåret
- §14 Behandling av styrelsens förslag och i rätt tid inkomna motioner
- §15 Val av föreningens ordförande för en tid av ett år
- §17 Val av fyra till sex ledamöter i styrelsen för en tid av två år; varav växelvis avgång
- §18 Val av två suppleanter i styrelsen med för dem fastställd turordning för en tid av ett år
- §17 Val av två revisorer jämte två suppleanter med för dem fastställd turordning för en tid av ett år. I detta val får inte styrelsens ledamöter delta
- §18 Val av ledamöter i valberedningen för en tid av ett år, av vilka en skall utses till ordförande
- §19 Beslut om val av ombud till SDF-möten (och ev. andra möten där föreningen har rätt att representera med ombud)
- §20 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.

GOTT SLUT OCH GOTT NYTT

ÅR

2023

