

# UPPSALA FOTBOLLS HÅLLBARHETS- RAPPORT 2020



**Texter och strategi:** Isabelle Widmark och Stefan Bärlin (10ere) samt Magdalena Frembäck (Ethos International) tillsammans med Uppsala Fotboll.

**Bilder:** Jonas Stiernström, Oscar Larsson, Tobbe Bengtsson, Fredrik Sund, Malin Stjernling, Linn Andersson, Lovisa Delby och Linda Blom

**Layout och grafisk form:** Zellout

## INNEHÅLL

# UPPSALA FOTBOLL HÅLLBARHETSRAPPORT

ORDFÖRANDE HAR ORDET .....	05
HÅLLBARHET OCH UPPSALA FOTBOLL .....	07
Hållbarhet för Uppsala Fotboll .....	07
Vår process och våra hållbarhetsområden .....	07
Agenda 2030 .....	07
Om klubben och styrningen av vårt hållbarhetsarbete .....	08
Hållbarhetsrisker och hur vi arbetar med dem .....	08
VÅR VERKSAMHET .....	10
Fadderverksamhet .....	12
Ronjabollen .....	14
IKUF Öppen träning .....	16
FSR Coach .....	18
Elitförberedande verksamhet .....	20
Elitlaget .....	22
HSB-camp .....	24
Jämställdhet och mångfald .....	26
Våra spelare .....	26
Barnkonventionen .....	26
Våra ledare och medarbetare .....	27
Våra besökare .....	27
Vår arena .....	28
EKONOMI .....	29
MILJÖ OCH ANTIKORRUPTION .....	31



## ORDFÖRANDE HAR ORDET – LINDA ZILLÉN

Det är med stolthet som jag kan presentera Uppsala Fotbolls första hållbarhetsrapport. Sedan november 2016 när vår förening bildades, har vi arbetat för att utveckla damfotbollens förutsättningar i Uppsala och Uppland. Vi vill genom fotboll vara en drivkraft för jämställdhet och integration och bidra till en positiv samhällsutveckling.

Uppsala Fotboll är nu inne på sitt femte verksamhetsår, fem fantastiska år av snabb tillväxt och utveckling av föreningens alla verksamheter. Vi ser oss fortfarande som en startup med stor utvecklingspotential och vi jobbar med fullt fokus på att bygga en hållbar organisation för att driva föreningen framåt i linje med vår strategi.

Vi avslutade vårt tredje år, 2019, med en fantastisk laginsats i sista seriematchen där vi i och med vinst mot Hammarby på bortaplan knep andraplatsen i Elitettan och därmed kvalificerade oss till OBOS Damallsvenskan. Framför oss hade vi en säsong i högsta ligan att se fram emot samtidigt som vi skulle få att få flytta in i en arena i toppklass, vår nya hemmaborg – Studenternas!

När 2020 äntligen kom så kom även pandemin med alla dess utmaningar för vårt samhälle, vilket förstås påverkade Uppsala Fotboll och alla som jobbar och är aktiva i och kring föreningen. Sportsligt nådde vi fina framgångar för både F17 och F19 där vi tillsammans med FC Rosengård, Kopparberg/Göteborg FC samt Umeå IK gick till finalspel i F19 Svenska Spel som dessvärre fick ställas in. För vårt elitlag blev det endast en säsong i OBOS Damallsvenskan denna gång.

Under 2020 har vi utökat vår organisation för att kunna vidareutveckla våra verksamheter. Vi beslutade oss även för att sluta benämna

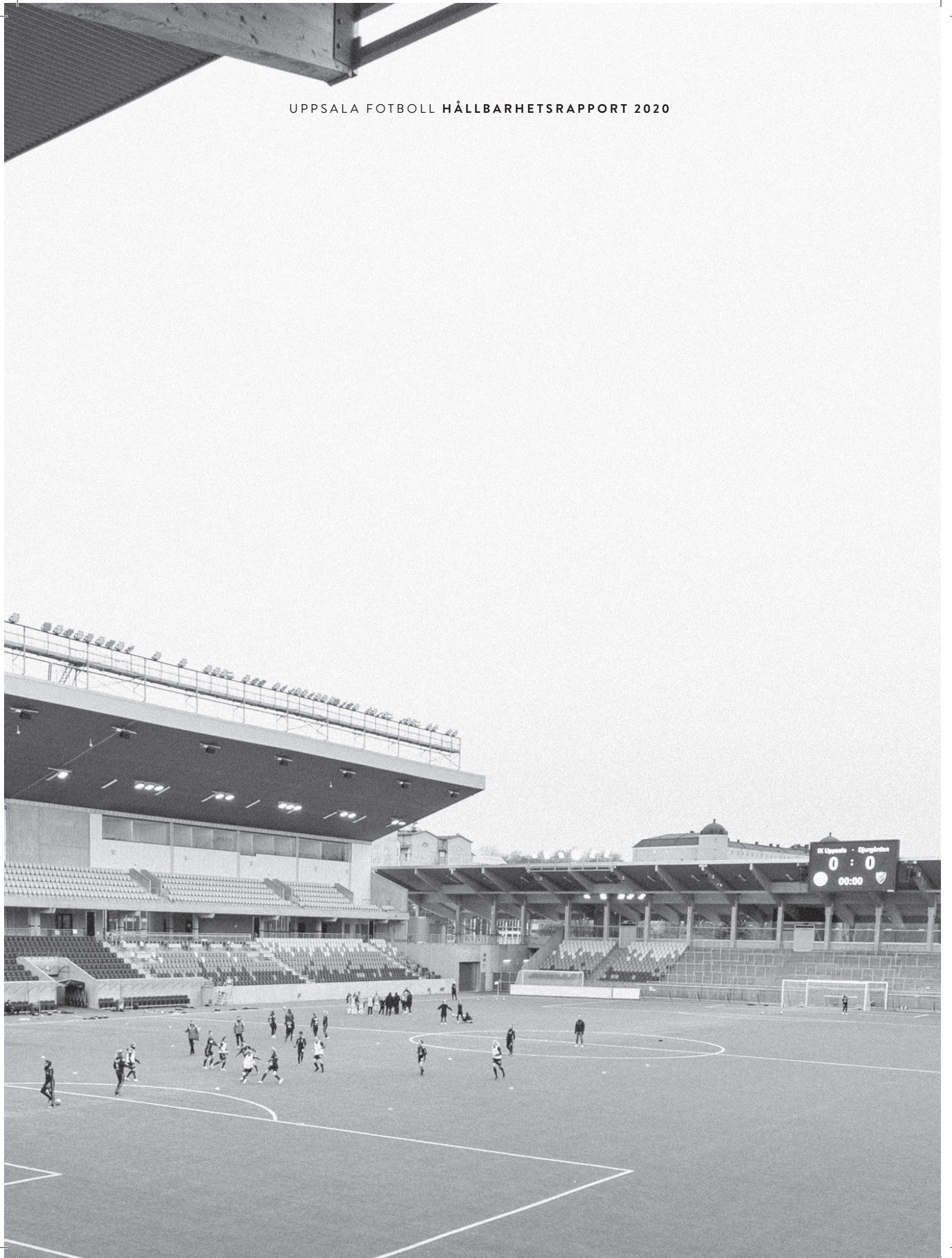
Ronjabollen, FSR Coach och Öppen Träning för projekt då dessa delar är viktiga byggstenar i vår verksamhet och inte tidsbestämda. Så länge dessa delar är viktiga och behövs så kommer de att vara element i vårt cirkulära och hållbara sätt att se på vår verksamhet, detta kommer ni kunna läsa mer om längre fram i denna rapport. Trots pandemi och svårigheter att träffas beslutade vi att starta igång Ronjabollen i Gottsunda och vi kunde köra några tillfällen innan kommunens idrottshallar stängde. Denna verksamhet kommer hålla till på Lilla Valsätraskolan framöver då ombyggnation sker i Gottsunda. Engagemanget från både elever och skolornas personal är fantastiskt så vi ser verkligen fram emot att fortsätta arbetet tillsammans med skolorna.

Uppsala Fotboll är vårt distrikts enda uttalade elitverksamhet på flick- och damsidan och vi vill ta ett ansvar för damfotbollens utveckling i Uppland. Varje vecka bjuder vi in spelare som kommit långt i sin utveckling från andra föreningar att delta i den elitförberedande träningen. Detta för att spelarna ska få en känsla för miljön samt att våra tränare ska få lära känna dessa spelare. Vi vill att det ska gå att bo kvar i distriktet och utöva fotboll på högsta nivå och vår ambition är att minst 50 % av elitlagets spelare ska ha sin moderklubb i Upplands distrikt, under 2020 hade vi 60 %.

Hållbarhet ska vara en naturlig del av Uppsala Fotboll, både idag och i framtiden, och vi ser fram emot vår fortsatta utvecklingsresa.

Linda Zillén  
Ordförande Uppsala Fotboll

UPPSALA FOTBOLL HÅLLBARHETSRAPPORT 2020



# HÅLLBARHET OCH UPPSALA FOTBOLL

## Hållbarhet för Uppsala Fotboll

Uppsala Fotbolls mission är att skapa de bästa förutsättningarna för tjejer och kvinnor att utvecklas inom fotbollen. Fotboll är Sveriges största idrott och tillsammans gör hela fotbollsrorelsen stora insatser för bland annat bättre folkhälsa och inkludering. Samtidigt finns det mycket kvar att göra inom olika områden såsom jämställdhet, jämlikhet och miljö. Vi i Uppsala Fotboll vill med vårt hållbarhetsarbete påverka våra spelare, partners och vårt omgivande samhälle för att bidra till en hållbar utveckling.

När vi talar om hållbarhet utgår vi från ekonomiska, sociala och miljömässiga aspekter. Det är dock inom området social hållbarhet som vi har störst påverkan och det är också där vi kan göra störst skillnad, detta eftersom vår verksamhet primärt riktar sig till människor.

Syftet med vår hållbarhetsrapport är att öka transparensen och följa utvecklingen i vår verksamhet samtidigt som vi synliggör hur vi bidrar till utvecklingen för tjejer och kvinnor inom fotbollen i vårt upptagningsområde.

## Vår process och våra hållbarhetsområden

Under 2020/2021 har vi genomfört ett analysarbete där vi definierade de hållbarhetsområden som är prioriterade för oss under kommande år. I detta har vi bland annat utgått från de hållbarhetsaspekter som damelitfotbollens intresseorganisation Elitfotboll Dam (EFD) har identifierat. Utifrån detta har vi genomfört en intressentanalys där våra intressenter har fått vara med och prioritera våra hållbarhetsområden. Totalt svarade 86 personer på vår enkät vilket var mer än hälften av tillfrågade intressenter och över 90 % av de svarande intressenterna tycker att det är mycket viktigt eller viktigt att Uppsala Fotboll arbetar med hållbarhetsfrågor. De intressenter som deltog i analysen var; styrelse, medarbetare, spelare i våra lag, partners, Uppsala kommun, skolor samt övriga föreningar som vi samverkar med.

De hållbarhetsområden som landade högst i Uppsala Fotbolls intressentanalys är:

- Bidra till en mer professionell, jämställd och jämlik fotboll.
- Fortsätta utveckla egna samhällsstödande aktiviteter för integration och inkludering (exempelvis Ronjabollen).
- Främja fysisk och psykisk hälsa.
- Möjliggöra utveckling för tränare, spelare och föreningar i Uppland.

Utöver detta ska Uppsala Fotboll också verka för att bidra inom dessa områden:

- Aktivt motverka alla typer av korruption (exempelvis matchfixning).
- Säkerställa säkra och trygga arenor samt en inkluderande föreningsverksamhet.
- Stötta samhällsengagemang utanför Uppsala Fotbolls verksamhet.
- Minimera miljöfarliga utsläpp samt minska energi- och vattenanvändning.

## Agenda 2030

Agenda 2030 och de 17 Globala målen är en viktig grund i vårt hållbarhetsarbete. Agendan finns till för att bidra till hållbar utveckling samt uppnå fyra övergripande saker till år 2030: Att avskaffa extrem fattigdom, minska ojämlikheter och orättvisor, att främja fred och rättvisa samt att lösa klimatkrisen. Vi inom Uppsala Fotboll har valt ut fem av de Globala målen där vi ser att vi har störst påverkan, dessa är 3, 5, 8, 10 och 17:



## Om klubben och styrningen av vårt hållbarhetsarbete

Uppsala Fotboll är en relativt nystartad förening. Vi bildades 2016 och 2017 tog vi över damverksamhet från IK Sirius Fotboll. Uppsala Fotboll är en förening som bedriver fotbollsverksamhet på högsta nivå med särskild inriktning mot flick- och damfotboll. Föreningens verksamhet syftar till att ge såväl ungdom som seniorer bästa tänkbara fotbollsutbildning genom kompetenta och engagerade ledare. Föreningen har som uttalat mål att genom ingående samarbeten med övriga klubbar i Uppland föra flick- och damfotbollen framåt i länet.

Uppsala Fotboll har ett representationslag som redan till 2020 kvalificerade sig för Sveriges högsta serie, OBOS Damallsvenskan. Laget klarade dock inte att hålla sig kvar och vi spelar i Elitettan under 2021. Utöver detta har föreningen ett F19-lag som spelar i Svenska Spel F19 Norra samt ett F17-lag som spelar i SM-F17 Nationell serie.

**Vår mission: I Uppsala kan tjejer och damer få ut maximalt av sin fotboll. Med glädje och professionalism sätter vi Uppsala och Sverige på kartan.**

I Uppsala Fotboll är det styrelsen som är ytterst ansvariga för hållbarhetsarbetet. Styrelsen väljs av föreningens medlemmar vid årsmöte. Vårt arbete under kommande år handlar om att i ännu större utsträckning implementera hållbarhetsperspektivet i hela vår verksamhet. Vår styrningsmodell och vårt strategiska arbete i dessa frågor behöver utvecklas parallellt med föreningens övriga verksamhet. Det är viktigt med en tydligt definierad ansvarsstruktur inom ramen för vår hållbarhetsstrategi. Under 2021 ska vi också arbeta för att utveckla relevanta policies och styrdokument inom ett flertal områden, exempelvis medarbetarpolicy samt diskrimineringspolicy.

**Våra kärnvärden: passionerade, moderna (i framkant) och inkluderande (olika är bra).**

Uppsala Fotboll uppmuntrar till att rapportera eventuella missförhållanden och ageranden som går emot våra värderingar och riktlinjer till styrelsen. Missförhållanden kan gälla, men är inte begränsade till, mobbing, kränkningar, diskriminering eller trakasserier.

## Hållbarhetsrisker och hur vi arbetar med dem

Det finns en del utmaningar i att bedriva ett integrerat och omfattande hållbarhetsarbete med en relativt liten organisation och med begränsade resurser framför allt när det gäller personal. Därför ser vi ett behov av att stärka vår organisation för att vi långsiktigt ska kunna fortsätta bedriva en hållbar verksamhet. Vi har i dagsläget inte genomfört någon större riskanalys men planerar att genomföra en sådan under 2021. De hållbarhetsrisker vi har identifierat hittills är inom områden såsom psykisk ohälsa, skador hos våra spelare samt ojämlika förutsättningar inom fotbollen (främst mellan herr- och damfotboll).

Under 2020 uppkom en diskussion om psykisk ohälsa i och med att flera av de spelare som lämnat Uppsala Fotboll gick ut och berättade om deras upplevelse av miljön i vår förening och hur detta hade påverkat deras psykiska hälsa negativt. Vi tog givetvis detta på största allvar och hanterade det omedelbart genom att lyssna på de olika perspektiven från både spelare och ledare. Vi har också infört regelbundna avstämningar för uppföljning och från och med våren 2021 kommer en mental coach att finnas i vår verksamhet, med fokus på elitlaget.





# VÅR VERKSAMHET



Uppsala Fotboll är en förening som gör skillnad både på och utanför planen. Sedan starten har det varit viktigt för oss att skapa en verksamhet där alla delar bygger varandra på ett hållbart sätt, så att det utvecklar både oss som förening och vårt omgivande samhälle. Inte minst vill vi bidra till att skapa bättre förutsättningar för flickor och kvinnor inom fotbollen, på alla nivåer.

Vår verksamhetsmodell innefattar tre övergripande beståndsdelar – *bredd- och ungdomsfotboll, elitförberedande verksamhet samt elitverksamhet* – där varje del innefattar ett antal aktiviteter och verksamhetsområden som bidrar till att uppnå vår vision: Att skapa de bästa förutsättningarna för tjejer och kvinnor att utvecklas inom fotbollen.

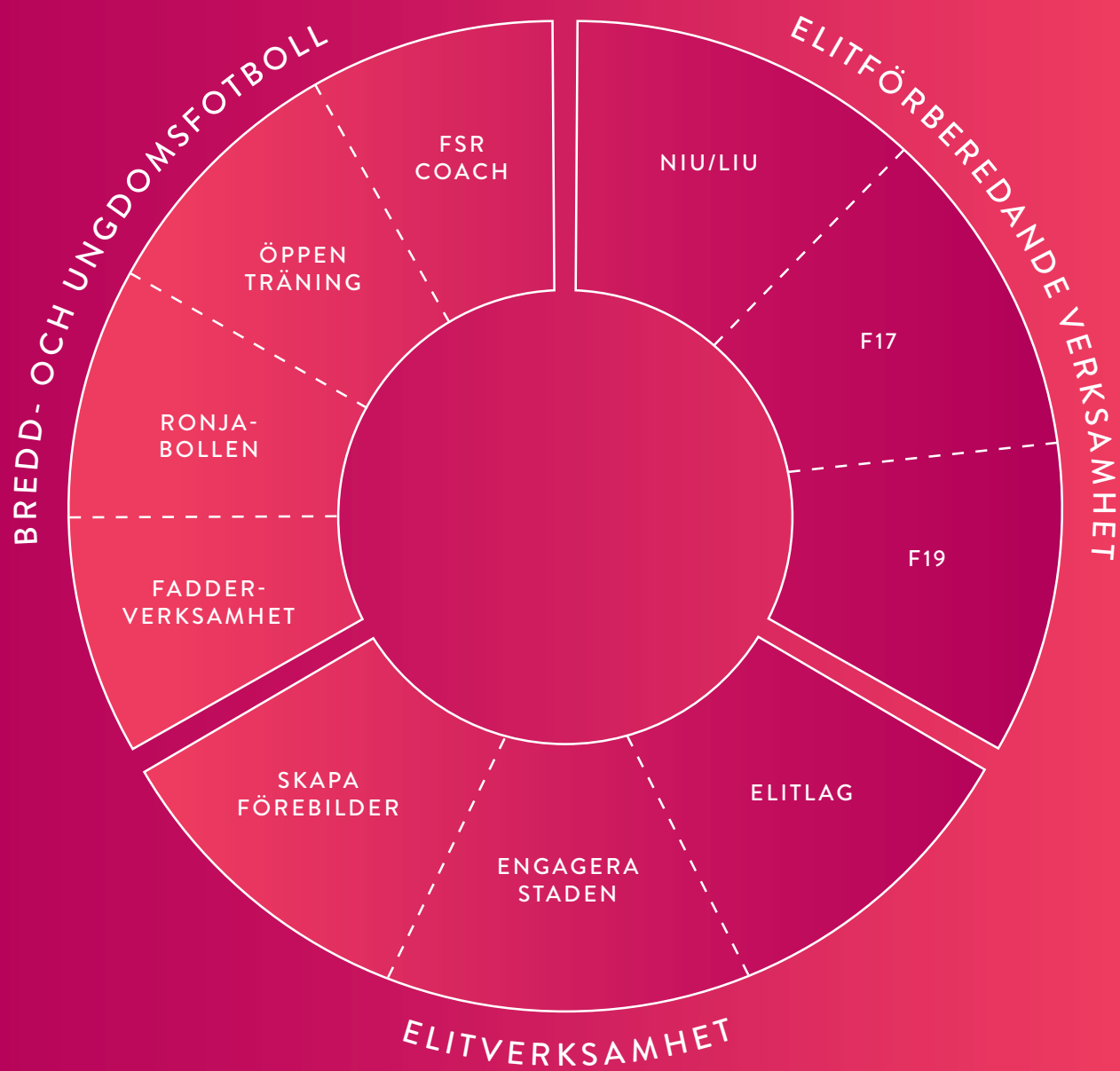
Bredd och elit bygger varandra. Breddfotbollen är ett fundament för att vi i Uppsala Fotboll ska kunna bedriva en långsiktigt fungerande elitverksamhet. I samband med att Uppsala Fotboll bildades 2016/2017 genomfördes en analys av dam- och flickfotbollen i Uppland där vi konstaterade att det finns ett relativt starkt fundament för bredd- och ungdomsfotboll, men att det saknades spets och elit. Därför valde Uppsala Fotboll att ta position som elitförening och istället för

**Att skapa de bästa förutsättningarna för tjejer och kvinnor att utvecklas inom fotbollen.**

att starta upp en egen barn- och ungdomsverksamhet har vi valt att bygga samverkan med övriga föreningar i Uppland.

Inom ramen för bredd- och ungdomsverksamhet fokuserar vi på verksamhetsdelarna FSR Coach (för flickor/kvinnor som vill utbildas till fotbollsledare), Öppen Träning (träningsverksamhet för flickor från andra föreningar i ålder 8-14 år), Fadderverksamhet samt Ronjabollen. Dessa verksamheter bidrar till att skapa bättre förutsättningar för flickors utveckling inom fotbollen samtidigt som det ger oss en bra grund för vår verksamhet.

# VERKSAMHETSMODELL



# FADDER- VERKSAMHET

Vi bedriver en fadderverksamhet där spelare från Uppsala Fotbolls elitlag är ute och besöker distriktets flicklag. Våra spelare berättar om sin resa till elitfotbollen och försöker inspirera de unga tjejerna till att fortsätta spela fotboll och kanske även senare satsa vidare inom fotbollen. De genomför träningar tillsammans och har kul.

Med detta initiativ skapar vi förebilder för unga tjejer samtidigt som vi kan inspirera fler till att börja spela fotboll samt hålla på längre. Under 2020 var 16 flicklag från 10 föreningar med i Fadderverksamheten; *Almunge IK, Vaksala SK, Hagby IK, Sunnersta AIF, IF VP, Alsike IF, Danmarks IF, IK Fyris, Storvreta IK och Örsundsbro IF.*



## KOPPLAR AN TILL DE GLOBALA MÅLEN

**3** GOD HÄLSA OCH  
VÄLBEFINNANDE



**3.4** Minska antalet dödsfall till följd av icke smittsamma sjukdomar och främja mental hälsa

**5** JÄMSTÄLLDHET



**5.1** Utrota diskriminering av kvinnor och flickor  
**5.5** Säkerställ fullt deltagande för kvinnor i ledarskap och beslutsfattande

## NYCKELTAL

Antal deltagande föreningar:	10
Antal deltagande spelare:	ca 192



”

MEG DETTA INITIATIV SKAPAR VI FÖREBILDER  
FÖR UNGA TJEJER SAMTIDIGT SOM VI KAN  
INSPIRERA FLER TILL ATT BÖRJA SPELA FOTBOLL

# RONJABOLLEN

Under 2019 tog Uppsala Fotboll över den operativa driften av Ronjabollen, ett integrationsprojekt där unga flickor som lever i en hederskontext eller kommer från socioekonomisk utsatta områden får spela fotboll samtidigt som vi genomför värderingsövningar och pratar om mänskliga rättigheter och jämställdhet. Målet med Ronjabollen är bland annat att öka handlingsutrymmet och delaktigheten i samhället för målgruppen.

För oss i Uppsala Fotboll är integrationsfrågorna viktiga att engagera oss i. Vi vill bidra till ett mer inkluderande Uppsala och vi ser att vi som fotbollsförening har stora möjligheter att bidra i det arbetet. För oss är det viktigt att skapa bättre förutsättningar för fler tjejer och kvinnor i hela samhället. Genom Ronjabollen kan vi i ett tidigt skede bidra till att etablera ett idrotts- och föreningsintresse för tjejer som annars inte har en naturlig ingång till idrotten och föreningslivet.

Vi bedriver idag Ronjabollen i tre skolor, Gränby-skolan, Liljeforssskolan och Lilla Valsätraskolan. Under 2020 hade vi 48 aktiviteter samt 50-60 unika deltagartillfällen. Då verksamheten är öppen för alla och ej kräver föranmälan är siffran endast en uppskattning. Inom verksamheten finns 12 ledare och två verksamhetsansvariga, samtliga är tjejer.

I en enkätundersökning som vi skickade ut till våra deltagare i Ronjabollen hösten 2020 framgick att endast 1 av 15 deltagare i Ronjabollen tränar fotboll i ett lag utöver Ronjabollen. På frågan om de är intresserade av att spela i ett lag svarade 73 % (11 av 15) att de skulle vilja det. Det visar på att vi inom idrotten behöver göra mer för att denna målgrupp ska kunna hitta en naturlig väg in i föreningslivet. Ronjabollen är vårt bidrag till att skapa enklare vägar in i för dessa tjejer.

## NYCKELTAL

Deltagartillfällen:	48
Unika besökare:	50-60

## KOPPLAR AN TILL DE GLOBALA MÅLEN

 <p><b>3</b> GOD HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE</p>	<p><b>3.4</b> Minska antalet dödsfall till följd av icke smittsamma sjukdomar och främja mental hälsa</p>
 <p><b>5</b> JÄMSTÄLLDHET</p>	<p><b>5.1</b> Utrota diskriminering av kvinnor och flickor</p> <p><b>5.5</b> Säkerställ fullt deltagande för kvinnor i ledarskap och beslutsfattande</p>
 <p><b>10</b> MINSKAD OJÄMLIKHET</p>	<p><b>10.2</b> Främja social, ekonomisk och politisk inkludering</p> <p><b>10.3</b> Säkerställ lika rättigheter för alla och utrota diskriminering</p>
 <p><b>17</b> GENOMFÖRANDE OCH PARTNERSKAP</p>	<p><b>17.17</b> Uppmuntra effektiva partnerskap</p>



**RONJABOLLEN HAR LÄRT MIG ATT SPORLEN HANDLAR OM MER ÄN PRESTATIONER. DEN HANDLAR OM EN GEMENSKAP DÄR ALLA ÄR VÄLKOMNA.**

Viktoria Engqvist, ledare Ronjabollen

### **Viktoria Engqvist, hur länge har du varit ledare i Ronjabollen?**

Jag har varit ledare i Ronjabollen sedan vi startade upp verksamheten i Gottsunda, hösten 2020.

### **Varför är det viktigt för dig att engagera dig?**

Som fotbollsspelare är du ofta väldigt fokuserad på din egen resa och din egna karriär, men Ronjabollen har lärt mig att sporten handlar om mer än prestationer. Den handlar om en gemenskap, en gemenskap där alla är välkomna och där fokus ligger på att ha kul tillsammans. För mig har beslutet att engagera mig i Ronjabollen inte bara varit viktigt då jag får chansen att lära vidare sporten till nya generationer, utan också då det ger mig chansen att vara en del av många tjejers liv. Ronjabollen ger barn och ungdomar i resurssvaga områden en chans att få testa på och upptäcka fotboll i en miljö som är trygg. I den här trygga miljön diskuterar vi även ämnen såsom jämställdhet, självkänsla och kultur, där tjejernas åsikter och tankar lyfts fram. Som ledare i Ronjabollen blir du en del av något som kommer att betyda väldigt mycket för många tjejer. Du öppnar dörrar för fler

att bli en del av idrotten samtidigt som du är med och påverkar integration och jämställdhet i samhället.

### **Vad upplever du att Ronjabollen betyder för de tjejer som deltar i aktiviteterna?**

För de tjejer som deltar i Ronjabollen upplever jag att det som betyder mest för dem är gemenskapen. Det är tjejer i olika åldrar och skolklasser som träffas och spelar fotboll tillsammans. Det skapar nya relationer, venskaper och en samhörighet. Aktiviteterna i Ronjabollen ger en chans att träffas och ha kul tillsammans, men är också en plats där vi ger varandra energi och stöd.

### **Vilka utvecklingsområden ser du inom ramen för Ronjabollen? Vad önskar du och dina kollegor utveckla under kommande år?**

Under kommande år önskar jag och mina kollegor att det ska bli ännu fler tjejer som är medvetna om att vi finns! Vi vill att fler tjejer i åldrarna 8 till 16 år vill dyka upp och delta i våra aktiviteter. Ett stort mål är också att i framtiden växa och ha möjlighet att öppna vår verksamhet på andra skolor runt om i Uppsala.

# IKUF ÖPPEN TRÄNING

Uppsala Fotboll har som mål att genom ingående samarbete med övriga klubbar i Uppland föra flick- och damfotbollen framåt i länet. Detta gör vi bland annat genom att spelare från andra lokala föreningar är med och tränar i Uppsalas F17/F19-verksamhet. Vi har även en träningsverksamhet, *IKUF Öppen Träning*, där unga tjejer från olika föreningar tränar tillsammans under ledning av våra instruktörer.

Träningsverksamheten riktar sig till flickor från andra föreningar i ålder 8-14 år och pågår en gång i veckan under vinterhalvåret. Även tränare från föreningarna uppmuntras att delta då tillfällena också fungerar som utbildning för distriktets barn- och ungdomsledare. Vi erbjuder träning för olika åldersgrupper vid olika tillfällen där vi arbetar med teman som är anpassade efter varje åldersgrupps behov.

## NYCKELTAL

Deltagande lag:	33
Deltagande föreningar:	18
Deltagare per träningspass:	50-60

## KOPPLAR AN TILL DE GLOBALA MÅLEN



**3.4** Minska antalet dödsfall till följd av icke smittsamma sjukdomar och främja mental hälsa



**5.1** Utrota diskriminering av kvinnor och flickor  
**5.5** Säkerställ fullt deltagande för kvinnor i ledarskap och beslutsfattande







# FSR COACH

Under 2019 startade Uppsala Fotboll FSR Coach där vi kostnadsfritt utbildar kvinnliga tränare i SvFF:s C-kurs och B-Ungdom. FSR står för Football Social Responsibility. I utbildningen ingår två värdegrundsutbildningar med inriktning på jämställdhet, inkludering och integration. Målet med FSR Coach är att öka andelen utbildade kvinnliga tränare och ledare inom ungdomsfotbollen samt att stärka tjejers och kvinnors självförtroende i ledarrollen – både inom och utanför fotbollen.

Resultatet av denna satsning har hittills varit mycket bra då vi under två år har utbildat totalt 102 kvinnor i ledarrollen. Ett annat positivt resultat av FSR Coach är att fler lag har kunnat startas upp ute i föreningarna med FSR-coacher som ledare.

Vår primära målgrupp är flickor och kvinnor från 14 år. Då flickor och kvinnor med utländsk bakgrund är kraftigt underrepresenterade i ledarrollen inom fotbollen arbetar vi för att hitta synergier med våra övriga verksamheter, inte minst Ronjabollen, där vi har möjlighet att fånga upp tjejer med utländsk bakgrund. För att vi ska lyckas öka andelen flickor med utländsk bakgrund som spelar fotboll, behövs även fler kvinnliga ledare och tränare med utländsk bakgrund.

## NYCKELTAL

Utbildade ledare 2020:	15
Utbildade ledare sedan starten:	102

## KOPPLAR AN TILL DE GLOBALA MÅLEN



**5.1** Utrota diskriminering av kvinnor och flickor

**5.5** Säkerställ fullt deltagande för kvinnor i ledarskap och beslutsfattande



**8.8** Skydda arbetstagares rättigheter och främja trygghet och säker arbetsmiljö för alla



**10.2** Främja social, ekonomisk och politisk inkludering

**10.3** Säkerställ lika rättigheter för alla och utrota diskriminering

”

**UNDER TVÅ ÅR HAR VI UTBILDAT TOTALT 102 KVINNOR I LEDARROLLEN**

”

## ATT ÖKA ANTALET KVINNliga LEDARE INOM FOTBOLLEN GER MÖJLIGHET FÖR FLER FLICKOR ATT TRÄNA OCH SPELA FOTBOLL.

Lovisa Delby, utbildare FSR Coach



### Lovisa Delby, varför är FSR Coach viktig för dig?

Vi behöver skapa ytterligare mångfald inom svensk fotboll, även bland ledare. Kan vi utbilda fler kvinnor samt kvinnor med olika bakgrund bidrar det till ökad mångfald vilket är väldigt viktigt.

### Vad är er målsättning med FSR Coach?

Att ge möjlighet till ledarutbildning för målgrupper som annars inte ges möjligheten eller vågar ta chansen till att utbilda sig. Det här skapar trygghet och självförtroende för att ta för sig i övrigt, inte bara inom fotbollen. Att öka antalet kvinnliga ledare inom fotbollen ger möjlighet för fler flickor att träna och spela fotboll. Vi skapar möjlighet för fler att utöva sporten, men framförallt att få integreras i samhället.

### Vilka ser du som de stora utmaningarna i arbetet med att få in fler kvinnor på ledarpositioner inom fotbollen?

Förra generationens kvinnliga spelare, nu medelålders kvinnor, kommer från en samhällsstruktur där de inte

gavs eller tog lika stor plats som dagens generation spelare. Det var inte lika naturligt att fortsätta sin fotboll med att träna och leda andra, när man själv slutade spela. Det hoppas och tror jag håller på att förändras. Utmaningen kan också ligga i att få fler, både kvinnor och män, att vilja och tro på att mångfald och jämställdhet är något positivt och oerhört viktigt.

### Vad tycker du att föreningar kan bli bättre på för att också behålla kvinnor på ledarpositioner längre?

Först och främst att börja med grunden – ge kvinnor och män jämlika löne- och arbetsvillkor. Att tidigt fånga upp spelare som slutar men som har intresse i ledarrollen. Ge dem förtroende, tid och verktyg för att lyckas med sitt ledarskap. En tydlig policy för spelarutbildning i föreningen kan vara ett verktyg. En karriärplan för utbildning av tränare. Mentorerna till tränare som kan stötta och hjälpa på vägen.

# ELITFÖRBEREDANDE VERKSAMHET

Uppsala Fotboll är ansvariga för NIU och LIU vid Celsiusskolan i Uppsala. Elitfotbollsgymnasier, NIU, är en utvecklingsmiljö där elitsatsande fotbollsspelare ges möjlighet att ta tillvara sin idrottstalang samtidigt som de erbjuder bra förutsättningar att kombinera studier och fotboll. Träning leds av Uppsala Fotbolls instruktörer och sker minst tre dagar per vecka på morgonen innan övrig skolverksamhet. Verksamheten bygger på att utveckla varje individs färdigheter genom individuella utvecklingsplaner inom fotboll och fysträning. Lokal idrottsutbildning, LIU, syftar till att stimulera det idrottsliga intresset och till att fördjupa elevernas kunskaper och färdigheter i fotboll. Träningen leds av Uppsala Fotbolls instruktörer och sker två dagar per vecka på morgonen.

Vår elitförberedande verksamhet består av cirka 26 spelare och har två matchmiljöer, F17 och F19. Gruppen tränar tre gånger/vecka på kvällstid. De allra flesta spelarna går även på NIU fotboll vilket innebär totalt sex träningar/vecka, samt en tydlig koppling mellan träningen i skolan och träningen med laget, vilket skapar en optimal utvecklingsmiljö.

## NYCKELTAL

Antal spelare:	ca 26
Antal ledare:	4
Antal träningar:	ca 125 med laget
Antal matcher F19:	10 seriematcher*
Antal matcher F17:	8 seriematcher*

\*Normalt spelar båda lagen minst dubbelt så många seriematcher plus ett antal träningsmatcher men pandemin stoppade detta.

## KOPPLAR AN TILL DE GLOBALA MÅLEN

**3** GOD HÄLSA OCH  
VÄLBEFINNANDE



**3.4** Minska antalet dödsfall till följd av icke smittsamma sjukdomar och främja mental hälsa

**5** JÄMSTÄLLDHET



**5.1** Utrota diskriminering av kvinnor och flickor  
**5.5** Säkerställ fullt deltagande för kvinnor i ledarskap och beslutsfattande





# ELITLAGET

Vårt elitlag består av 20 utespelare och 3 målvakter. Spelarnas snittålder är knappt 22 år. I den dagliga ledarstaben ingår fem personer, huvudtränare, assisterande tränare, målvaktstränare, fystränare och lagledare. Dessutom finns en mental coach, en naprapat, en läkare och en fysioterapeut tillgängliga.

Spelarna utför kontinuerligt en självskattning av träningsintensiteten för att vi ska kunna förebygga skador som kan uppstå på grund av för hård belastning.

För att elitlaget, spelare och ledare ska utvecklas filmas och analyseras samtliga matcher. Filmklipp läggs in i ett digitalt verktyg där tränare och spelare kan titta på olika sekvenser och aktioner för att förbättra lagets och spelarnas prestationer.



## KOPPLAR AN TILL DE GLOBALA MÅLEN

**3** GOD HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE



**3.4** Minska antalet dödsfall till följd av icke smittsamma sjukdomar och främja mental hälsa

**5** JÄMSTÄLLDHET



**5.1** Utrota diskriminering av kvinnor och flickor

**5.5** Säkerställ fullt deltagande för kvinnor i ledarskap och beslutsfattande

**8** ANSTÄNDIGA ARBETSVILLKOR OCH EKONOMISK TILLVÄXT



**8.8** Skydda arbetstagares rättigheter och främja trygghet och säker arbetsmiljö för alla

## NYCKELTAL

Antal spelare:	23
Antal matcher:	30 varav 22 i OBOS DA
Antal träningar:	ca 240 med laget
Antal uppländska spelare:	13 (60 %)



**FOTBOLLSFÖRENINGAR ÄR STARKA VARUMÄRKEN OCH FÖLJS AV MILJONTALS MÄNNISKOR. UTIFRÅN DEN PLATTFORMEN KAN MAN MED SMÅ MEDEL GÖRA STOR SKILLNAD I SAMHÄLLET.**

Ellen Arbman Hansing, spelare i elitlaget

#### **Ellen Arbman Hansing, hur länge har du spelat i Uppsala Fotboll?**

Sedan klubben bildades i december 2016. Jag tillhörde Uppsalas F19-lag de första månaderna men fick sedan A-lagskontrakt under försäsongen.

#### **Vad har du för ambitioner med fotbollen?**

Min ambition har alltid varit att utvecklas i den miljö som jag är i samtidigt som jag vill ha kul och vinna matcher. Jag vill spela i Damallsvenskan med Uppsala, sedan vore det även häftigt att prova på att spela utomlands någon gång.

#### **Hur upplever du att förutsättningarna för kvinnor på elitnivå inom fotbollen är idag?**

Jag tycker att förutsättningarna har förbättrats och det är något jag märkt här i Uppsala de senaste åren. Vi får fantastiska förutsättningar på Studenternas med ordentligt omklädningsrum, mötesrum och närhet till gym. Även Spiideo, en inspelningstjänst där alla träningar spelas in så att vi kan kolla igenom olika situationer på träningen i efterhand. Det känns proffsigt och är väldigt utvecklade för oss som individer och lag. Fler stora herrklubbar i Europa börjar satsa på damlag vilket är superkul och gör att fler tjejer får möjlighet att bli behandlade som de proffs de är, samtidigt som yngre tjejer får förebilder från en tidig ålder. Sedan är det såklart en lång väg kvar men det går sakta framåt.

#### **Var hoppas du att Uppsala Fotboll befinner sig om tre år?**

Jag hoppas att Uppsala befinner sig som ett stabilt Damallsvenskt lag där det finns många unga hungriga tjejer i Uppland som vill ta klivet upp till eliten. Uppsala Fotboll ska vara ett lag där tjejer runt om i Uppsala och i närområdet drömmer om att få spela i. Jag hoppas att vår samlade organisation fortsätter utvecklas så att vi kan ta kliv som förening. Jag hoppas även att spelarnas förutsättningar fortsätter att utvecklas så att vi kan få känna oss som riktiga proffs. När Uppsala väl byggt ett starkt lag med en stark organisation och hållbar ungdomsverksamhet bakom sig, hoppas jag att Uppsala tar ytterligare kliv för att konkurrera med topplagen i Sverige och så småningom om i Europa.

#### **Vad betyder fotboll och hållbarhet för dig?**

Fotbollsföreningar runt om i världen är starka varumärken och följs av miljontals människor. Utifrån den plattformen kan man med små medel göra stora skillnader i samhället. Uppsala Fotboll är och ska vara mer än ett lag som vinner matcher i Elitettan och så småningom i Damallsvenskan. Vi ska fortsätta utveckla våra verksamheter såsom Ronjabbollen och FSR Coach, för det gör skillnad i samhället. Om Uppsala Fotboll kan få endast en ung tjej att få en idol i representationslaget eller att några tjejer får prova på att spela fotboll gratis med klasskompisarna är jag stolt och nöjd över min förening.

# HSB CAMP

Förutom våra ordinarie verksamhetsdelar arrangerar vi även HSB Camp för tjejer i åldern 10–14 år under två veckor varje sommar.

Träningsinnehållet bygger på SvFF:s övergripande spelarutbildningsplan där vi har spelet som utgångspunkt med fokus på spelarnas färdigheter, t.ex. spelförståelse och spelbarhet, mottagning av boll och omställningsspel. Vi delar in deltagarna i grupper baserat på ålder. Utifrån detta anpassas också nivån på övningarna.

HSB Camp leds av spelare och ledare från vår egen verksamhet där samtliga gått första steget av SvFF:s tränarutbildningar.

## KOPPLAR AN TILL DE GLOBALA MÅLEN

**3** GOD HÄLSA OCH VÄLBEFINNANDE



**3.4** Minska antalet dödsfall till följd av icke smittsamma sjukdomar och främja mental hälsa

## NYCKELTAL

Antal deltagare:	112 deltagare
Antal ledare:	17 ledare (varav 16 tjejer)







## Jämställdhet och mångfald

Vår verksamhet har en särskild inriktning mot flick- och damfotboll. Det innebär också att jämställdhet och mångfald är viktiga frågor för vår förening. Vi verkar i en ojämsställd fotbollsvärld och ett ojämsställt samhälle. Inom fotbollen tas det bland annat uttryck genom att flick- och damfotbollen får mindre resurser än pojk- och herrfotbollen. Likaså får damfotbollen mindre utrymme i media.

Vi vill ge såväl ungdomar som seniorer bästa tänkbara fotbollsutbildning genom kompetenta och engagerade ledare. För att lyckas med detta behöver vi arbeta för att förutsättningarna inom damfotbollen i stort ska bli bättre.

I samband med att Studenternas HBTQ-certifierades fick också lagen som vistas på arenan genomföra en HBTQ-diplomering. Våra spelare och ledare inom både elitlaget och den elitförberedande verksamheten samt medlemmar i styrelsen har genomfört en utbildning i normkritiskt tänkande och bemötande. Vi har också tagit fram en aktivitetsplan för hur vi kommer arbeta vidare med samt implementera rutiner för att vara ännu mer öppna och inkluderande. Det handlar till exempel om att skapa rutiner för introduktion av nya spelare, ledare och medarbetare samt framtagande av policys och riktlinjer samt var vi kan hitta mer information om dessa. Hos oss ska alla ska känna sig välkomna och trygga oavsett kön, könsidentitet/uttryck och/eller sexuell läggning. Alla ska kunna idrotta och träna på sina egna villkor utan att diskrimineras, och även besökarna ska känna att de kommer till en inkluderande arena. Vi ser HBTQ-diplomeringen som en självklar del i vår verksamhet då det ingår i våra värderingar som är att vara *Inkluderande, Moderna och Passionerade*.

## Våra spelare

Våra spelare är den centrala delen i vår verksamhet och utifrån ett hållbarhetsperspektiv är de därför också väldigt viktiga. Vi finns till för att utveckla fotbollsspelare och har därför ett ansvar att säkerställa en god utvecklingsmiljö för alla samt främja fysisk och psykisk hälsa för människor i vår verksamhet.

Under 2020 drabbades vi av 8 mindre skador i vårt representationslag och 2 skador i vår elitförberedande verksamhet. Vårt arbete för att minska andelen arbets-

relaterade skador handlar om att kontinuerligt utvärdera spelarnas belastning för att kunna bedöma träningsmängd och intensitet på individuell basis. All fysträning är förebyggande, finns på varje träning, och vi använder digital självskattning för att kontrollera belastningar. När det gäller arbetet för psykisk hälsa bland våra spelare är det ett område där vi i Uppsala Fotboll behöver utveckla vårt förebyggande arbete. För att våra spelare ska må bra och lyckas med sina ambitioner som fotbollsspelare behöver vi arbeta med dem som människor och skapa förutsättningar för en hållbar karriär inom fotbollen. Från och med våren 2021 kommer vi att ha en mental coach i våra ledarteam och för våra elitlag, vilket är ett viktigt första steg för att skapa en träningsmiljö där vi kan fånga upp frågor som rör spelarnas psykiska hälsa.

**Vi finns till för att utveckla fotbollsspelare och har därför ett ansvar att säkerställa en god utvecklingsmiljö för alla samt främja fysisk och psykisk hälsa för människor i vår verksamhet.**

## Barnkonventionen

Barnkonventionen är beslutad av FN och består av 54 artiklar som skyddar barns rättigheter. Alla under 18 år räknas som barn. Sverige har förbundit sig att följa konventionen och från och med 1 januari 2020 är konventionen också lag i Sverige.

Barnkonventionen är en viktig del för idrottsrörelsen att förhålla sig till. Under 2021 ska Uppsala Fotboll säkerställa att föreningens styrdokument går i linje med RFs stadgar och att föreningens verksamhet går i linje med RFs anvisningar för barn och ungdomsidrott. Vi ska också säkerställa att barn i vår verksamhet löpande ges möjlighet att göra sin röst hörd och vara delaktiga i utformandet av verksamheten.

Eftersom Uppsala Fotboll inte bedriver egen barn-

och ungdomsverksamhet utan istället samverkar med övriga föreningar i länet kring denna målgrupp är det viktigt att vi agerar bra förebilder för övriga föreningar och att vi för en aktiv dialog med övriga föreningar kring alla barns lika möjligheter och rättigheter inom föreningslivet.

### Våra ledare och medarbetare

Under 2020 utökade vi vårt kansli med en anställning. Vi har en tydlig målbild om att stärka samt utveckla vår organisation kommande år, vilket hänger ihop med vår ambition om att utveckla flera av våra verksamheter såsom fotbollsverksamheten, IKUF Öppen träning och Ronjabollen. Våra medarbetare inklusive styrelse och tränare får möjlighet till olika utbildningar under året, exempelvis värdegrundsbildning och tränarutbildningar.


	Kvinnor	Män
Styrelse	3	2
Kansli	4	-
Ledarstab elitlag	-	7
Ledarstab u-trupp	2	3
Spelare elitlag	23	-
Spelare u-trupp	26	-
Ledare Ronjabollen	12	-
<b>Totalt</b>	<b>70</b>	<b>12</b>

### Våra besökare

Inför 2020 hade vi sett fram emot att få välkomna vår publik till första säsongen i OBOS Damallsvenskan och våra första matcher på nya Studenternas. På grund av pandemin blev det inga större antal besökare på våra arenor under säsongen.

Vid möjlighet till publik arbetar vi med Svenska Fotbollförbundets regelverk kring arenasäkerhet. Vi har också en evenemangsansvarig som bidrar till att skapa bra upplevelser för våra besökare samt säkerställer att evenemanget sköts enligt EFD:s riktlinjer.

Våra spelare och ledare inom både elit och elitförberedande verksamhet samt medlemmar i styrelsen har genomfört en utbildning i normkritiskt tänkande och bemötande.



Studenternas är Sveriges första HBTQ-anpassade arena. Lokalerna anpassas bland annat med duschbås, möjlighet till avskild omklädnad och könsneutrala toaletter.

### Vår arena

Säsongen 2020 blev nya fotbollsarenan Studenternas för 10 000 åskådare klar och vi fick då också spela vår första säsong på den nya arenan. Studenternas ligger centralt invid Fyrisån och Stadsträdgården. Utifrån sitt läge är Studenternas en fin mötesplats i centrala Uppsala. Studenternas är den hittills största arenan som byggts med modernt träbyggande.

Nya Studenternas har byggts utifrån tydliga hållbarhetsperspektiv. Bland annat har det införts ett energiutbyte med kylanläggning för bandyisarna samt inkluderande värmelager i underbyggnad till konstgräs. När det gäller lösningar för granulat i konstgräsplaner och dagvatten finns en strävan om att behålla och återföra granulatet till planen, vilket bland annat sker genom att separata dagvattensystem installeras för konstgräsplan och snöupplag.

Information från Sportfastigheter.

Inom ramen för Uppsala kommuns klimatprotokoll har Sportfastigheter åtagit sig en utmaning om att 2030 täcka cirka 5 % av elbehovet med solel, bland annat genom en framtida solcellsanläggning på Studenternas tak. Alla nya idrottsbaser som Sportfastigheter är med och bygger följer standarden Miljöbyggnad. Under 2020 blev Studenternas certifierade med Miljöbyggnad Silver. Certifieringen omfattar hela anläggningen inklusive kontor- och konferenslokaler, lokaler för idrott och restaurangen Brasserie21. För att bli certifierad enligt Miljöbyggnad ställs höga krav på energieffektiva byggnader, giftfria material, fukt och ventilation och många fler aspekter.

Studenternas är också Sveriges första HBTQ-anpassade arena. Lokalerna anpassas bland annat med duschbås, möjlighet till avskild omklädnad och könsneutrala toaletter. Personal och föreningar utbildas, vilket kommunen hoppas ska leda till ökad förståelse för normkritik och inkludering.

# EKONOMI

Att skapa en hållbar ekonomisk modell är en viktig del för oss i Uppsala Fotboll. Vi vill bygga en ekonomi i vår förening som håller över tid, oavsett serietillhörighet, och vi vill vara resilienta mot förändringar i omvärlden. Vi vill också vara transparenta med vår ekonomi då vi ser det som en viktig del i styrningen av vår förening.

Damfotbollens ekonomi skiljer sig en del från herrfotbollen. Matchdagsintäkter, spelarförsäljningsintäkter och intäkter från TV-avtal är idag väldigt låga inom damfotbollen men desto högre inom herrfotbollen. Inom damelitfotbollen står idag reklam- och sponsringsintäkter för ca 48 % av de totala intäkterna. De gemensamma medel klubbarna får via EFD står för ca 11 % av de totala intäkterna. Medianintäkterna i OBOS Damallsvenskan har de tre senaste åren ökat och uppgick 2019 till 9,6 mkr. Åren 2014–2016 var denna siffra runt 7,6 mkr. Samtidigt har kostnaderna för föreningarna varit på samma nivå som intäkterna vilket gjort att föreningarna inom EFD har haft svårt att bygga eget kapital.

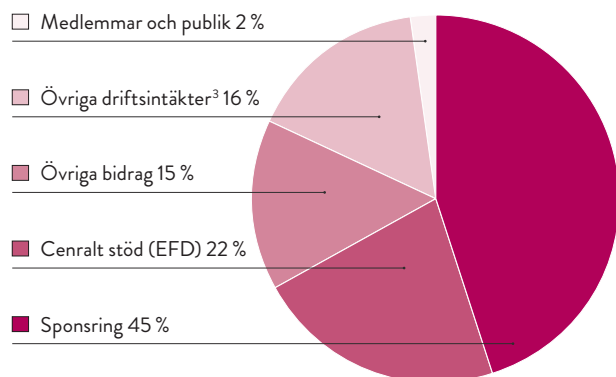
Den genomsnittliga spelarsättningen i OBOS Damallsvenskan uppgick år 2019 till 14 379 kr per månad per spelare vid 12 månaders anställning.<sup>1</sup> Detta går att jämföra med 11 319 kr per månad under 2018.<sup>2</sup>

Ett av våra långsiktiga mål är att vi ska kunna ha ersättning till spelare för att kunna leva på sin idrott. Idag har ingen av våra spelare ersättning som gör att de kan leva på sin fotboll. Vår spelarbudget ligger idag på ca 30 % av vår totala budget och det är vår ambition att fortsätta ligga på en liknande procentuell fördelning även framöver, oavsett serietillhörighet. Däremot vill vi arbeta för att öka föreningens omsättning så att den totala budgeten för elitlaget ökar. På så sätt kommer också spelarlönerna att öka.

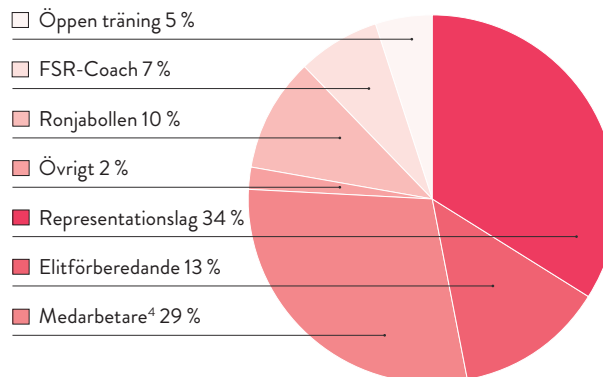
Att damfotbollen idag har begränsade ekonomiska resurser gör att få föreningar har eget kapital och en långsiktig trygghet i sin ekonomi. Det gör också att få klubbar skriver flerårsavtal med sina spelare, vilket skapar otrygghet för både spelarna och föreningarna. Vår ambition är att börja skriva fler flerårsavtal med våra spelare då vi tror att långsiktigheten och tryggheten är viktig, inte bara för oss som förening utan för spelarna när det kommer till trygghet i sin anställning.

Sedan 2017 har vår omsättning ökat från 2,9 mkr till 7,6 mkr 2020. När det gäller Uppsala Fotbolls ekonomiska fördelning vad gäller intäkter och kostnader såg det under 2020 ut enligt nedan:

## Fördelning intäkter 2020



## Fördelning kostnader 2020




<sup>1</sup> Antaget 22 spelare i en spelartrupp

<sup>2</sup> [www.svenskfotboll.se/49f78b/globalassets/svff/dokumentdokumentblock/ekonomi/2017-19/analys-obos-damallsvenskan-2019.pdf](http://www.svenskfotboll.se/49f78b/globalassets/svff/dokumentdokumentblock/ekonomi/2017-19/analys-obos-damallsvenskan-2019.pdf)

<sup>3</sup> Med övriga driftsintäkter menas NIU/LIU, spelaravgifter, HSB Camp m.m.

<sup>4</sup> En stor del av våra medarbetares arbetsuppgifter innefattar arbete med Ronjabollen, FSR Coach mfl. Kostnadsmissigt hamnar dock dessa löner inom kostnadsposten medarbetare.

Siffrorna redovisas på en övergripande nivå. Vår ambition är att kunna redovisa en mer detaljerad fördelning för 2021, vilken också ska verifieras av tredje part.



Under 2020 åkte vi 8 000 km med buss.  
Enligt vårt bussbolags beräkningar landar  
vårt Co2-utsläpp för dessa resor på totalt  
2 240 kg Co2.

# MILJÖ OCH ANTI-KORRUPTION



## Miljö

---

Inom miljöområdet ser vi att områden som mikroplaster i fotbollsplaner, energianvändning samt våra transporter och resor är påverkansområden som vi behöver arbeta med att minska. När det kommer till våra arenor och fotbollsplaner har Sportfastigheter och Uppsala kommun, som vi hyr våra planer av, ett bra arbete för att säkerställa att vi minimerar miljöpåverkan. Detta sker bland annat inom ramen för Klimatprotokoll 2030. När det gäller data för energianvändning finns detta inte i ett format som i dagsläget går att redovisa. Det kommer däremot att redovisas i Sportfastigheters årsredovisning för 2022.

Resor är en annan del av vår verksamhet där vi har miljöpåverkan vilket vi ska arbeta för att minska under kommande år. Våra lag gör omkring 30 resor till bortamatcher årligen. Under 2020 åkte vi 8 000 km med

buss och enligt vårt bussbolags beräkningar landar vårt Co2-utsläpp för dessa resor på totalt 2 240 kg Co2.<sup>5</sup> Bussarna vi reser i är också miljöklassade enligt Euro6.

## Antikorruption

---

Vår centrala intresseorganisation EFD arbetar tillsammans med Svenska Spel för att utbilda spelare i OBOS Damallsvenskan och Elitettan i frågor som rör matchfixning. Inom damfotbollen är detta ett viktigt förebyggande arbete. Under förra året gick alla våra spelare i representationslaget samt F19-laget Svenska Spels spelansvarsutbildning med syfte att förebygga matchfixning och spelproblem hos idrottare.

Kommande år planeras också för Integrity officers med fokus på matchfixning och spelansvar inom alla EFD-klubbar.

<sup>5</sup> Källa: Högbergs buss. CO2 beräknas på bränsle HVO.

Tack till: Länsförsäkringar Uppsala, HSB, ByggConstruct, Bjerking, Klöver, Sandvik, Bildemo, Magnolia, Walloxstrand och SH bygg samt våra övriga partners och samverkansföreningar i Uppland. Tillsammans bidrar vi till en mer jämställd och hållbar fotboll i Uppland.

**VÄRLDSKLASS  
UPPSALA!**

Vi vill också tacka Världsklass Uppsala som har möjliggjort framtagandet av denna hållbarhetsrapport.

