

KLUBBHÅNDBOK
FOR
SUNDE IDRETTSLAG HÅNDBALL



Oppdatert 03.09.2022

KLUBBINFORMASJON

Klubbnavn:	Sunde Idrettslag
Stiftet:	1965
Idrett(er):	Fotball, håndball, svømming, dans & lek
Postadresse:	Postboks 910, 4089 Hafrsfjord
E-postadresse:	dagligleder@sunde-il.no
Internettadresse:	sundeil.no
Organisasjonsnummer:	982275709
Bankforbindelse:	SR-bank
Bankkonto:	3206.31.46845
Medlem av:	Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité
Tilknyttet:	Rogaland idrettskrets
	Idrettsrådet i Stavanger
	Norges Fotballforbund – Rogaland
	Norges Håndballforbund – Region SørVest
	Norges Svømmeforbund – Rogaland Svømmekrets

Innhold

KLUBBINFORMASJON	2
Innledning.....	5
Klubbens historie.....	5
Verdier	5
Visjon	6
Formål	6
Hovedmål	6
Organisasjon.....	7
Organisasjonsplan	7
Årsmøtet.....	7
Styret	7
Roller/utvalg.....	10
Ansatte	11
Klubbens lov	12
Medlemskap	12
Medlemskontingent	12
Treningsavgifter.....	13
Klubbens aktivitetstilbud.....	13
Barne- og ungdomsidrett	13
Retningslinjer Trening og kamp.....	14
Retningslinjer for hospitering og utlån.....	15
Klubbens arrangementer.....	16
Reise i regi av klubben.....	17
Rollebeskrivelser	17
Spiller.....	17
Foresatte	18
Trener	18
Lagleder	20
Dommer.....	20
Klubbdrift.....	21
Årshjul.....	21
Medlemshåndtering.....	21

Dugnad og frivillig arbeid	21
Politiattester.....	22
Klubbens antidopingarbeid	23
Kommunikasjon.....	23
Arbeidsgiver- og oppfølgingsansvar	25
Sikkerhetsarbeid (HMS).....	25
Økonomi	25
Forsikringer.....	25
Anlegg og utstyr	26
Utmerkelser og æresbevisninger	28
Retningslinjer i klubben.....	30

Innledning

Klubbhåndboka skal svare på de viktigste spørsmålene om Sunde idrettslag og gjøre det enkelt å finne ut hva som gjelder internt i klubben. Den skal sikre at det er kontinuitet i det som bestemmes og gjøres, og sørge for at «klubben er sjef».

Klubbhåndboka er laget av styret etter innspill fra utvalg, trenere, utøvere og foreldre i klubben. Håndboka er et arbeidsverktøy for alle medlemmer, spillere, foreldre, styret, utvalg, ansatte, trenere og dommere i Sunde idrettslag. Den skal også fungere som et oppslagsverk for nevnte roller, dersom det er noe man lurer på.

Håndboka skal benyttes til å forstå og kommunisere hva som er viktig i vår klubb, hvilken klubb vi er, hva vi skal oppnå, hva vi tilbyr og hvordan vi gjør ting.

Klubbens historie

Sunde Idrettslag er en bydelsklubb i Kvernevik. På slutten av 50-tallet startet utbyggingen av det som het Sunde Hageby og som var forløperen til bydelen Kvernevik. Bjarne Hatlestad var en av de første innflytterne. Han hadde spilt fotball på Engøy, og det var mange barn som spurte om han kunne trene dem i fotball. Bjarne fikk dermed med seg Torfinn Espeseth og Rasmus Garnes, og sammen stiftet de Sunde idrettslag 25. mai 1965.

I 2020 driver Sunde Idrettslag med fotball, håndball, svømming og dans & lek. Friidrett ble etablert som en egen gruppe i 1978, og var en aktiv del av idrettslaget i omtrent 10 år. I 2000 begynte man med innebandy, men avdelingen trakk seg etter hvert ut av idrettslaget for å opprette egen klubb. I 1977 ble det opprettet et «Trimutvalg», som drev med aktiviteter i over 20 år.

Sunde Idrettslag har alltid vært mest opptatt av å tilby Kverneviks befolkning et best mulig aktivitetstilbud uten at det medfører for store deltakerkostnader. Dette er fortsatt idrettslagets hovedprioritet. Idrettslaget skal være en sportslig, sosial, inkluderende og holdningsbyggende arena for Kverneviks befolkning.

Verdier

Sunde idrettslag sine verdier: *Inkludering, samhold og utvikling*

Idrettslaget skal være en sentral aktør i Kvernevik, og være en pådriver for fysisk aktivitet og gode holdninger i nærmiljøet. Idretten er, etter vår mening, den beste og mest effektive holdningsskapende og inkluderende arenaen vi har i Norge. Derfor har vi et viktig ansvar for nærmiljøets utvikling.

For mer informasjon om idrettslagets verdier i praksis, sjekk ut [Sundestilen](#).

Fair play

Sunde Håndball skal følge anbefalinger fra Norges Håndballforbund (NHF) om Fair Play i norsk håndball. Enkelt sagt er Fair Play for spillerne ”Orden og Oppførsel”. Vi snakker om holdninger før kamp, i kamp og etter kamp. Det betyr respekt for med og motspillere.

Fair Play-programmet handler om respekt på tre områder

Respekt for dommeren – vi skal styrke respekten for dommeren og dommergjerningen og øke forståelsen for at dommerne har en viktig og krevende rolle i håndballen, på alle nivåer.

Respekt på banen – vi skal arbeide for at spillere, lagleder, trenere, arrangørstab og kampfunksjonærer viser gjensidig respekt for hverandre og for spillet. Respekt og fair play skal være en naturlig del av deres håndballhverdag.

Respekt i hallen – vi skal arbeide for at publikum og foresatte skal vise respekt for arenaen, arrangøren, håndballspillet og spillets aktører.

Dette er Fair Play-reglene:

- Du skal respektere treneren, dommeren og spillets regler
- Du skal vise respekt for laget og lagkameratene dine
- Du skal vise respekt for alle dine motspillere
- Du skal ikke være med på mobbing
- Du skal møte presis til alle avtaler og rydde etter deg i hallen og garderoben
- Du skal tape og vinne med samme sinn

Visjon

Sunde idrettslags visjon: «Vi skal bidra til at Kvernevik blir den beste bydelen å bo og vokse opp i».

Sunde Idrettslag skal først og fremst oppnå visjonen gjennom et godt aktivitetstilbud. Men man kan også bidra på andre måter. Bildet er fra idrettslagets strandryddedag i 2017.

Formål

Sunde idrettslags formål: «Å ha et best mulig aktivitetstilbud innenfor et godt miljø, hvor flest mulig skal kunne være med lengst mulig».

Hovedmål

Hovedmålet til Sunde idrettslag: Å gi et bredt og godt sportslig tilbud til alle klubbens aktive medlemmer. Samt stimulere til et sosialt og trygt miljø for medlemmer og foresatte. Tilbudet skal være minst like godt som våre naboklubbers. Vi skal stille lag i alle klasser innenfor barn og ungdomshåndball og vi skal være kjent både utad og innad som en klubb med godt miljø.

Organisasjon

I denne delen av håndboka beskriver vi hvordan klubben er organisert.

Organisasjonsplan

Klikk [HER](#) for Sunde idrettslags organisasjonsplan.

Årsmøtet

Årsmøtet er klubbens høyeste myndighet og avholdes hvert år i februar. Årsmøtets oppgaver er nærmere beskrevet i [klubbens lov](#). Der fremgår det også hvordan årsmøtet skal innkalles.

For å ha stemmerett og være valgbar må et medlem ha fylt 15 år, vært medlem i klubben i minst én måned og ha betalt kontingent.

Innkalling til årsmøtet skal skje direkte overfor de representasjonsberettigede. Klubben kan innkalle på annen forsvarlig måte, herunder ved kunngjøring i pressen eller på klubbens internettside.

Årsmøtet legger grunnlaget for klubbens virksomhet og styrets arbeid. Alle som ønsker å være med på å bestemme hva klubben skal gjøre, og hvordan den skal drives, bør delta på årsmøtet. Det skal skrives protokoll fra årsmøtet og denne bør være tilgjengelige for organisasjonsleddets medlemmer/tilsluttede organisasjonsledd for eksempel på klubbens hjemmeside. Før en publisering bør styret vurdere om det er personopplysninger i protokollen som er av en slik karakter at den ikke bør publiseres.

[Protokoller fra årsmøter i Sunde Idrettslag.](#)

[Årsmøteplan Sunde IL](#)

Styret

Styret er klubbens høyeste myndighet mellom årsmøtene. Noen saker kan ikke styrebehandles, men må behandles av årsmøtet. Det gjelder saker som fremgår av «Årsmøtets oppgaver», og disposisjoner av ekstraordinær karakter eller betydelig omfang i forhold til organisasjonsleddets størrelse eller virksomhet.

Dersom styret er i tvil, bør saken opp på årsmøtet.



Sunde Idrettslags valgte styre på årsmøtet 2020.

Lovpålagte oppgaver for styret:

- Sette i verk årsmøtets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak
- Påse at klubbens midler brukes og forvaltes på en forsvarlig måte, i samsvar med de vedtakene som er fattet på årsmøtet eller i et overordnet organisasjonsledd, og sørge for at klubben har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen og en forsvarlig økonomistyring
- Etter behov oppnevne komiteer, utvalg eller personer for spesielle oppgaver og utarbeide mandat/instruks for deres funksjon
- Representere klubben utad
- Oppnevne en som er ansvarlig for politiattester
- Oppnevne en ansvarlig for barneidretten

Andre viktige oppgaver:

- Planlegge og ivareta lagets totale drift, herunder mål- og strategiarbeid, budsjett og regnskap
- Påse at idrettens retningslinjer for aktiviteten i klubben blir fulgt
- Stå for klubbens daglige ledelse
- Videreutvikle klubbens organisasjonsplan
- Arbeidsgiveransvar for eventuelle ansatte
- Legge frem innstilling til årsmøtet på kandidater til valgkomité
- Oppnevne to personer som i fellesskap skal disponere klubbens konti, og sørge for at de er dekket av underslagsforsikring
- Oppnevne eller engasjere regnskapsfører
- Lage årsberetning fra styret til årsmøtet
- Oppdatering av klubbhåndboka

Styremedlemmene kan velges til spesifikke oppgaver som kasserer eller referent på årsmøtet, eller styret kan selv fordele oppgavene. Fordelingen av oppgaver bør beskrives, slik at medlemmene ser hvem de skal kontakte i ulike saker.

Leder

- Mål- og strategiarbeidet i klubben
- Er klubbens ansikt utad og klubbens representant i møter og forhandlinger
- Står for klubbens daglige ledelse og koordinerer styrets og klubbens totale aktivitet
- Innkaller til styremøter, forbereder saker og leder møtene
- Idrettsregistreringen

Nestleder

- Er stedfortreder for lederen
- Ansvarlig for politiattestordningen
- Ellers definerte oppgaver, på samme måte som et ordinært styremedlem

Andre oppgaver som fordeles blant styrets medlemmer og administrasjon:

- Føre protokoll fra alle styremøter og referat fra medlemsmøter
- Ta seg av inngående og utgående post, og eventuell arkivering
- Lage møteplan sammen med hele styret og distribuere den til alle styremedlemmer
- Lage oversikt over klubbens tillitsvalgte
- Oppdatere klubbens hjemmeside
- Utnevne og følge opp HMS-ansvarlig (herunder sammensette en beredskapsgruppe)

Styrets arbeid

- Styret i Sunde idrettslag har 10-12 møter i året
- Møtene avholdes på klubbhusets møterom

Hvordan gjennomføres møtene?

Styret er vedtaksført når et flertall av styrets medlemmer er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møtelederens stemme avgjørende. Styremedlemmene plikter å respektere et styrevedtak, selv om det er fattet mot vedkommende egen stemme.

Styremøter kan avholdes skriftlig (for eksempel per. e-post) eller i fjernmøte (for eksempel per. telefon/videokonferanse) dersom et flertall av styremedlemmene gir sin tilslutning til dette. Det skal alltid føres protokoll fra styremøtene, og protokollen skal signeres på neste møte.

Hvert styremøte bør innledningsvis starte med spørsmål om det foreligger mulig inhabilitet i noen av sakene, og behandlingen av inhabilitet skal alltid protokolleres.

Roller/utvalg

Gruppestyret håndball /Sportslig utvalg

Gruppestyret/Sportslig utvalg (SU) er ansvarlige for driften og den sportslige ledelsen av håndballavdelingen etter mandat fra styret/årsmøtet. Til enhver tid skal det sitte en representant fra SU i styret. SU skal bestå av representanter fra alle årsklasser som har lag påmeldt i seriesystemet.

Sportslig Utvalg settes opp årlig med en representant fra hvert årskull lag i Sunde Håndball. Det skal utnevnes en vara for vert av medlemmene av Sportslig utvalg

Sportslig Leder velges 1 sesong om gangen. SU styrerepresentant møter på styremøter, en gang i måneden.

Sportslig utvalg har ansvar som følger:

- Etterse at klubbens sportslige målsettinger blir ivaretatt på alle nivå
- Legge strategi for sportslig utvikling bla. gjennom å utarbeide og vedlikeholde sportsplanen
- Være bindeledd mellom styret og trenerne.
- Søke om treningstider i haller og gymnastikksaler, og utarbeide forslag til fordeling av treningstider til de enkelte lag
- Ha løpende kontakt med alle trenerne i klubben.
 - Samle trenerne til møte før sesongstart, og ved sesongslutt.
 - I august møtes alle trenere og sportslig leder for å fordele treningstidene.
- Tilrettelegge trenerkurs etter behov.
- Hjelp til å skaffe trenere til de lagene som trenger hjelp til dette.
- Fremme spillerutvikling ved å arrangere kurs, trenerseminar m.m., herunder skaffe ressurspersoner til klubben for å instruere og motivere trenere og spillere
- Bistå lagledere med å arrangere utsatte og omberammede kamper.
- Være støttespiller til trenere og andre i klubben som trenger informasjon/hjelp i sportslige spørsmål.
- Ha ansvar for informere til trenere/lagleder om sonetreninger
- Levere ut til alle trenerne en oversikt som viser anbefalt treningsopplegg/ hva det bør trenes på i de forskjellige aldersnivå. (se [Trener manual](#))
- Stille opp på alle regionens innkallinger til møter, minimum en representant fra SU skal stille.
- Melde på lag til seriespill samt fellesturneringer
- Ha ansvar for å informere lag og komitéer, herunder arrangementskomite og foreldregruppe, angående forandringer i henhold til oppsatt kampprogram
- Avholde trenermøter etter behov
- Sportslig utvalg skal (sammen med foreldre) skaffe trenere på aldersbestemte lag og ta ansvar for oppfølging av disse
- Disponering av spillere i henhold til gitte retningslinjer, i samråd med spillere og foreldre.
- Samarbeide med andre klubber i regionen
- Ansvar for å dele ut oppdatert Sportsplan til trenere årlig

HMS-ansvarlig og beredskapsgruppe

Det er styrets oppgave å utnevne og følge opp *HMS-ansvarlig*. Hovedstyret har også overordnet ansvar for at det er en *beredskapsgruppe* på plass. For mer informasjon, sjekk ut [HMS-planen](#).

Ansvarlig for barneidretten

Det er styrets oppgave å utnevne og følge opp *ansvarlig for barneidretten*. Dette er en rolle som klubben er lovpålagt å ha.

Mandat og oppgaver for roller/utvalg som er lovpålagte, går frem av klubbens lov. Dette gjelder valgkomité, valgt revisor og kontrollkomité der det er et krav.

Sponsorutvalg

Det er styrets oppgave å utnevne og følge opp et utvalg som skal jobbe med å skaffe sponsorer.

Ansatte

Sunde idrettslag har følgende ansatte:

Stilling	Beskrivelse
Daglig leder	Ansvarlig for økonomi (herunder regnskap), medlemshåndtering, overganger, intern og ekstern kommunikasjon m.m.
FFO-leder, Klubbhusansvarlig og leder sportslig utvalg fotball	FFO-leder: Ansvarlig for driften av fotballfritidsordningen. Herunder sportslig, administrativt og markedsføring. Ved behov ansettes nestleder og/eller assistenter. Klubbhusansvarlig: Ansvar for drift og utleie av klubbhuset. Herunder vedlikehold, innkjøp, markedsføring samt mottak og oppfølging av henvendelser. SU-leder: Ansvarlig for å frigjøre kapasitet i sportslig utvalg fotball til arbeid med å bedre fotballavdelingens sportslige tilbud. Vedkommende er også ansvarlig for driften av hjemmesiden og bistår daglig leder med administrative oppgaver.
FFO-medarbeidere	Bistår FFO-leder i gjennomføringen av FFO-dagen. Herunder ledelse av en fotball økt, matservering og bidrag til at barna opplever trivsel, mestring og trygghet.
Hovedtrener MSA	Overordnet sportslig ansvar for fotballens menn senior A-lag.
Hovedtrener håndball damer A	Overordnet sportslig ansvar for håndballens damer senior A-lag.

Instruktører dans & lek	Planlegging og gjennomføring av treninger.
Instruktører svømming	Planlegging og gjennomføring av kurs.
Instruktør håndball (ungdomstrenere)	Planlegging og gjennomføring av treninger og kamper for respektivt lag.

Klubbens lov

Sunde Idrettslag skal ha en egen lov. Loven skal være basert på lov norm for idrettslag, som finnes på NIFs hjemmeside. Lov normen er ufravikelig og inneholder et minimum av det klubben må ha i sin egen lov. Klubben kan vedta tillegg til loven, men tilleggene må ikke være i strid med lov normen. Alle lovendringer må vedtas av årsmøtet og fremgå av protokollen. Dersom årsmøtet vedtar lovendringer, skal protokollen sendes til idrettskretsen.

Ved endringer i NIFs regelverk, plikter styret i organisasjonsleddet å gjøre eventuelle nødvendige endringer i eget regelverk. Slike lovendringer skal ikke vedtas av årsmøtet. Endringer skal gjøres kjent i organisasjonen så snart de er vedtatt av styret.

[Lover for Sunde Idrettslag](#), vedtatt på årsmøtet i februar 2020.

Medlemskap

Ved innmelding skal medlemmene registreres med navn, fødselsdato, adresse, e-postadresse og telefonnummer. Medlemmene meldes inn i klubbens KlubbAdmin (alle) av den enkelte lagleder og/eller daglig leder. Navn og kontakinformasjon til foresatte må oppgis dersom medlemmet er under 15 år. Alle medlemmer har en egen personlig idrettsside på Min Idrett. Denne personlige siden må hvert enkelt medlem aktivere før den kan brukes. Her kan du som medlem, utøver, tillitsvalgt eller administrativt ansatt melde deg på arrangementer og kurs, endre dine egne personopplysninger, finne informasjon knyttet til lisensinnbetaling, dine kommende aktiviteter og andre funksjoner og tjenester som kan være aktuelle og interessante for deg.

Når man vil bli medlem i en klubb, kan man ikke ha uoppgjorte økonomiske forpliktelser til klubben eller andre organisasjonsledd i NIF. Alle som har betalt medlemskontingent i klubben, er medlemmer. Medlemskapet regnes fra den dagen kontingenten er betalt.

En ansatt kan være medlem i klubben, men har ikke stemmerett på årsmøtet og kan heller ikke inneha årsmøtevalgte verv i klubben.

Medlemskapet i klubben kan opphøre ved utmelding, manglende betalt medlemskontingent eller eksklusjon. En utmelding skal skje skriftlig og får virkning når den er mottatt. Et medlem som skylder kontingent for mer enn ett år, kan strykes, og da kan ikke medlemmet tas opp igjen før den skyldige kontingenten er betalt. Hvis medlemmet skylder kontingent etter forfalt to års kontingent, skal medlemskapet bringes til opphør ved strykning fra klubbens side. Dersom klubben vurderer ekskludering av et medlem, må det tas kontakt med idrettskretsen. Beslutning om eksklusjon ilegges av NIFs domsutvalg.

Medlemskontingent

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet og betales forskuddsvis. Medlemskontingenten i Sunde idrettslag er kr. 100,-. Kontingenten skal betales for hvert enkelt medlem.

Det er også mulig å tegne familiemedlemsskap, som koster kr. 200,-. Dette er ikke et felles medlemskap for hele familien, men et eget medlemskap for hvert enkelt familiemedlem. Alle skal registreres med navn, fødselsdato, adresse og e-postadresse, siden revisoren skal kontrollere medlemslistene mot regnskapet.

- Støttemedlemskap
- Trenere/lagledere

Andre avgifter/egenandeler kan kreves for deltakelse i lagets aktivitetstilbud. Det kan være treningsavgifter for de ulike aktivitetene, inngangspenger ved arrangementer eller egenandeler i forbindelse med deltakelse i konkurranser og på kurs. Treningsavgiften vedtas av årsmøtet etter forslag fra sportslige utvalg.

Treningskontigent

Treningskontigent fastsettes av sportslige utvalg. Treningskontigenten fastsettes på bakgrunn av faktiske kostnader med aktivitetene. Medlemskontigenten kreves inn sammen med treningskontigenten, og begge er spesifisert på fakturaen.

For mer informasjon om kontigenter og andre forpliktelser, samt grunnlaget for fastsettelsen av disse, sjekk ut [økonomisk modell](#) for håndballavdelingen.

Klubbens aktivitetstilbud

Sunde idrettslag tilbyr aktiviteter innenfor fotball, håndball, svømming og dans & lek. Innenfor fotball og håndball tilbyr vi organiserte treninger og lag i konkurranse (seriespill, turneringer osv.). Innenfor svømming tilbyr vi kun kursing. Innenfor dans & lek tilbyr vi kun organiserte treninger.

For oversikt over håndballag og kontaktpersoner, klikk [HER](#).

For oversikt over treningstider for håndballavdelingen, klikk [HER](#).

Barne- og ungdomsidrett

Sunde idrettslag ønsker å beholde flest mulig barn og unge lengst mulig. For å klare dette er det avgjørende at man har et kvalitativt godt tilbud for spillere i alle aldre. Derfor tilbys alle trenere i håndballavdelingen relevant kursing, hvor kostnadene dekkes av sportslig utvalg. Når kursbehovet i klubben er stort, sørger man for å arrangere trenerkurs på eget klubbhus, slik at terskelen for å delta blir lavere. Det arrangeres også årlige trenerforum for å sikre at klubbens trenere er kjent med, og følger, sportsplanen.

Et godt aktivitetstilbud avhenger selvsagt av kompetansen til trenerne, men dette er ikke alt. Man er også avhengige av et tilstrekkelig antall spillere. I likhet med andre klubber sliter Sunde idrettslag med frafall, som igjen fører til få eller ingen lag i enkelte aldersklasser. Derfor skal vi jobbe aktivt med både å bekjempe frafallet og øke rekrutteringen.

Barneidrett

Alle som har ansvar for barn eller er trenere for barn, skal kjenne til idrettens barnerettigheter og bestemmelser om barneidrett. All aktivitet for barn skal legges opp slik at klubben følger

intensjonene i retningslinjene og bestemmelsene. Styret må i denne forbindelse oppnevne en ansvarlig (tillitsvalgt eller ansatt) for barneidretten (Lov norm - § 18 Idrettslagets styre (2) f).

Dette innebærer at

- aktiviteten skjer på barnas premisser
- barna har det trygt
- barna har venner og trives
- barna opplever mestring
- barna får påvirke egen aktivitet
- barna kan velge om og hvor mye de vil konkurrere

Ungdomsidrett

Alle som er trenere for ungdom i klubben, skal kjenne til retningslinjene for ungdomsidrett. Klubben og trenerne skal sørge for

- at ungdom kan bli så gode som de selv vil
- å legge til rette både for dem som vil konkurrere, og dem som ikke ønsker å konkurrere
- at ungdom får være med på å bestemme over egen aktivitet
- at ungdom får bidra med det de kan
- at ungdom får utdanning eller kurs for å utvikle seg
- at treningsavgiften er overkommelig for ungdom

Tilrettelagt håndball

Sunde idrettslag har ikke egne lag for medlemmer med funksjonsnedsettelse. Men medlemmer med funksjonsnedsettelse skal tilbys å trene med sine jevnaldrende så sant dette er gjennomførbart. Videre kan medlemmet hospitere nedover for å få et jevnbyrdig aktivitetstilbud. Ved behov kan man søke om midler hos Idrettsrådet i Stavanger for å få ansatt en miljøtrener, som har ansvar for å følge opp medlemmet/medlemmer med funksjonsnedsettelse på treningsfeltet.

Retningslinjer Trening og kamp

- Både trenere og spillere skal møte presis til trening
- Trenere som ikke kan møte på trening skal, så sant det er mulig, gi beskjed på forhånd og skaffe stedfortreder. Hvis trener ikke møter, er treningen avlyst.
- Når trenere snakker, skal baller og "snakketøy" være i ro
- Det forventes at alle gjør sitt beste ved utførelse av øvelser og jobber minst like hardt på trening som i kamp. Vær ikke redd for å gjøre feil, det er feilene vi lærer av.
- Spillere med sykdom eller skade skal ikke delta på trening hvis det er fare for at skadene kan forverres eller at spilleren kan skade/smitte andre. Det er spillernes/foreldrenes plikt å melde fra om dette til trener.
- Usportslig opptreden som kjefting, banning, kranling og antydning til mobbing aksepteres ikke og kan føre til utvisning fra trening. Alle skal være med å skape et godt treningsmiljø. Det får vi ved å vise en positiv holdning til medspillere og ledere.
- Trener/ lagleder er ansvarlig for å se til at garderobe og dusj er ryddig etter hver trening/kamp. Det forventes at spillerne selv rydder opp.
- Alle, både trenere, lagledere og spillere plikter å ta vare på klubbens fellesutstyr og sette det tilbake på plass etter bruk. Etter kamp skal alt ryddes på plass, inkludert sekretariat.

- Målene skal heises opp etter siste treningsøkt i gymsalen hver dag. Trener/lagleder ser til at dette blir gjort

Deltakelse i kamp

- For å kunne delta i offisielle kamper skal medlemskontingent, trenings avgift og evt. spillerlisens fra 13 år være betalt.
- Alle møter presis til avtalt tid og sted. Den som ikke kan møte, skal varsle trener/lagleder så snart som mulig.
- Spillerne skal følge treners anvisninger både ved oppvarming og under kamp og opptre som et samlet lag

Innrapportering av kamp-resultat

Kampresultater skal registreres i Turnerings Admin (TA), eventuelt Min Håndball app.

Resultattelefonen kan fortsatt benyttes for å rapportere kampresultater også denne sesongen.

Telefonnummeret er det samme som tidligere: 815 68 333.

Kampens resultat pin finner du i kolonnen Tlf Id i dagbøker og terminlister.

Tilgang til TA gis ved tildeling av funksjoner i SportsAdmin (SA). Klubbens leder har rettigheter til å opprette nye funksjoner. Dersom det har vanskeligheter på dette punktet, kan klubben ta kontakt med regionskontoret, så skal vi bidra til at dere får registrert nye funksjoner, primært Kampansvarlig. Funksjonen Kampansvarlig får oversikt over alle klubbens kamper og kan blant annet ta ut banedagbok og registrere resultater.

Retningslinjer for hospitering og utlån

Med hospitering menes at en spiller gis anledning til å spille og/eller trene med et annet lag enn det laget hvor han/hun aldersmessig hører hjemme.

Med utlån menes enkeltvis utlån av spillere til kamper med et annet lag enn det laget hvor han/hun aldersmessig hører hjemme.

Hensikten med hospitering er å gi spillere med gode ferdigheter i forhold til de andre i sin årsklasse, et tilbud om å videreutvikle seg på et tilpasset nivå. Det betyr å kunne trene sammen med, men også spille kamper for eldre lag.

Følgende gjelder for hospitering:

1. Mottakende og avgivende trener skal i god tid før ordning trer i kraft bli enige om hvilke spillere som skal hospitere og om hospiteringen gjelder både trening og kamp. Herunder skal det vurderes, i samråd med spiller og foreldre, hvor mye spilleren skal delta med det andre laget/trinnet. Normalordningen vil være:
 - a. enkelte treninger med et annet trinn
 - b. enkelte treninger og kamper med et annet trinn (eget trinn har hovedprioritet)
2. Det skal tas hensyn til den totale belastningen for spilleren. Avgivende trener og mottakende skal best mulig sette opp i samråd med de involverte opp en aktivitetsplan.
3. Sportslig utvalg skal informeres om hvilke spillere som hospiterer på eldre lag. (se note 1)
4. Dersom de involverte trenerne ikke klarer å bli enige om hvem som bør få hospiter, skal saken legges frem for Sportslig utvalg, som treffer den endelige avgjørelsen.
5. Hvis det yngste laget har flere spillere som er gode nok og ønsker å delta på et eldre lag, bør det lages en rulleringsordning for de aktuelle spillerne.
6. Spilleren skal ønske å hospitere, men det settes krav til positiv holdning, god oppførsel og innsats på treningene i egen årsklasse stilles som krav for at spillere skal få hospitere på eldre lag – samtidig som de trener med eget lag.

- Dersom kravene ikke oppfylles, kan spilleren miste sin mulighet til å hospitere.
7. Det å gi spillere skal ikke gå ut over treningene til avgivende lag. Spillerne som hospiterer på andre lag, skal først og fremst trene og spille kamp med eget lag.
 8. Hospitering skal ikke ødelegge miljøet i laget som tar imot hospitanten.
 9. Ingen spiller bør spille på mer enn to lag.
 10. Ingen spiller skal hospitere mer enn 1 årsklasse over sin normale tilhørighet. Dette gjelder opptil 16 års-klassen.
 11. Foreldregruppen (kontakter) må orienteres om hospiteringsordningen.
 12. Ved uenighet eller søke unntak for gjennomføring av hospitering skal saken fremlegges for Sportslig Utvalg for avgjørelse.

En hospiteringsperiode vil i utgangspunktet være i 4 måneder av gangen. Hospiteringsplanen til spilleren vil da bli tatt opp til vurdering og den kan eventuelt forlenges. Etter den første måneden av en hospiteringsperiode skal treneren (for laget der spillere hospiterer) informere Sportslig Utvalg om dennes syn på hvordan ordningen fungerer.

Note 1: Sportslig utvalg skal holde oversikt over spillere og lag som utøver hospitering. Avgivende trener skal sende e-post til Sportslig utvalg ved Sportslig Leder (Su-hondball@sunde-il.no) om avtalt hospitering.

Følgende gjelder for lån/utlån:

1. Ved lån/utlån av andre spillere skal avgivende og mottakende trener bli enige før spiller/foresatte kontaktes. Avgivende trener bestemmer hvem som skal få spille, men bør ikke si nei dersom det ikke er sportslige grunner for dette.
2. Kampprogrammet og dermed belastningen for enkeltspillerne må vurderes. Avgivende trener avgjør i samråd med spiller og foreldre.
3. Den som låner spillere fra andre lag skal sikre at også egne spillere får tilstrekkelig spilletid, basert på frammøte og innsats på trening. Dette gjelder særskilt opp til 16 års-klassen.
4. Unntaksvis kan en låne spillere opp maksimalt 2 årsklasser over sin normale tilhørighet.

Klubbens arrangementer

Sundedagen arrangeres én gang i året, som regel på en lørdag. Her inviteres hele Kvernevik til gratis aktiviteter for både barn og voksne på fotballbanene og i Kvernevikhallen. Det selges også grillmat, samt mat fra ulike land. Dette er en viktig dag for å profilere idrettslaget, samle bydelen og rekruttere nye medlemmer.

Hvert år inviterer idrettslaget medlemmer, lag, foreninger og privatpersoner i bydelen til en strandryddedag. Som regel stiller opp imot 200 mennesker, som samler inn tonnevis av plast og annet avfall i sjøkanten langs hele Kvernevik. Dagen avsluttes med grillmat, kaker, saft og kaffe.

I sommer-, vinter- og høstferier arrangerer idrettslaget feriecamper for barn fra 1. til 5. klasse. Aktivitetstilbudet er bredt, og barna får prøvd seg på blant annet fotball, svømming og håndball. Det søkes om støtte til gjennomføring av feriecampene, slik at det kan være et lavterskeltilbud tilgjengelig for alle.



Sommercamp 2019.

Reise i regi av klubben

På alle reiser i regi av klubben (cuper, treningsleir osv.) skal det pekes ut en ansvarlig reiseleder som har overordnet myndighet fra avreise til hjemkomst. Reiselederen kan være en av foreldrene som har meldt seg frivillig til å være med på en cup, treningsleir eller et annet arrangement. Det kan være en eller flere reiseledere, og det velges ut én hovedansvarlig blant dem. Alle skal være kjent med og følge retningslinjene for reiseledere. Alle barn under 10 år skal ha følge av foreldre eller annen foresatt dersom reisen innebærer overnatting, hvis ikke annet er avtalt.

Det må innhentes politiattest for foreldre og andre voksne som er med en gruppe mindreårige på et utenlandsopphold eller treningsleir/cup i regi av laget.

Rollebeskrivelser

Her er en beskrivelse av hver enkelt rolle i Sunde idrettslags håndballavdeling.

Spiller

Spillerne i Sunde Idrettslag bør være kjent med

- Hva klubben står for (verdier, visjon og formål)
- Klubbens sportsplan
- Dugnad
- [Sundestilen](#)

Foresatte

Foresatte bør være kjent med

- Hva klubben står for (verdier, visjon og formål)
- Klubbhåndbok
- Forsikringer
- Politiattest
- Dugnad
- Klubbens retningslinjer og forventninger til foreldrene
- Økonomisk modell

Sunde Idrettslag forventer at foresatte til barn i klubben har satt seg inn i, og praktiserer, foreldrevettreglene.

- Møt opp på trening og kamper- barna ønsker det
- Gi oppmuntring til alle spillere under kampen
- Gi oppmuntring i både medgang og motgang- ikke gi kritikk
- Hjelp barnet ditt til å tåle både seier og tap
- Respekter lagleders bruk av spillere
- Vis respekt for det arbeidet klubben gjør- tilby din hjelp
- Husk at det er barnet ditt som spiller håndball – ikke du

I tillegg plikter foresatte å stille på foreldremøter og dugnader, samt å holde trener oppdatert på om hvorvidt barnet deres kommer på trening og kamp. Man har også ansvar for å følge opp sitt barn.

Foresatte må ha en forståelse for at Sunde Idrettslag er avhengige av frivillig arbeid, og man bør dermed prøve å finne sin rolle i klubben eller rundt barnets lag. Idrettslaget har stadig behov for både trenere, lagledere, foreldrekontakter, kampverter, dugnadsansvarlige og medlemmer i sportslig utvalg.

Det er mange foresatte som ikke selv er medlemmer. Det er kun foresatte som har gyldig medlemskap, som kan stemme på årsmøtet. Sunde Idrettslag oppfordrer alle foresatte til å bli medlem i klubben.

Trener

Trenerne har ansvar for å sikre at medlemmene som deltar i klubbens aktiviteter, får et godt tilbud og ivaretas på en god måte. Som trener er man en representant for klubben. Trenerne bør derfor være kjent med

- Hva klubben står for (verdier, visjon og formål)
- Klubbhåndbok
- Trenermanualen
- Lisens og forsikringer
- Politiattest
- Kompetansekrav- og tilbud for trenere
- Klubbens retningslinjer og forventninger til trenerne

- Økonomisk modell
- Hva klubben tilbyr sine trenere (honorar, utstyr, bekledning, kurs ...)
- [Sundestilen](#)

Det forventes at alle trenere stiller på ledersamlinger og trenerforum som arrangeres av Sunde Idrettslag, samt gjennomføre trenerkurs 1.

Trenerens ansvar er:

- Kontaktperson mellom Sportslig utvalg og laget.
- Trene laget i henhold til de tildelte treningstider.
- Legge opp og gjennomføre treningsprogram tilpasset alle, alle bør få lik mulighet til sportslig fremgang.
- For 15-års lag og oppover å lage en treningsplan for et halvt år om gangen hvordan treningene skal gjennomføres og hva som skal være de sportslige målsetningene for lagene.
- Lede laget i håndballkamper (serie og turneringer).
- Å selv være et forbilde for spillerne og være ansvarlig for lagets opptreden både på og utenfor banen ved kamper.
- Være et godt eksempel, alltid komme på tida og overholde avtaler
- Komme forberedt og velopplagt – i treningstøy
- Gi konstruktiv kritikk og veilede den enkelte spiller
- Kunne forvente mye av spillerne, bla. at de melder fra ved forfall mv
- Ta vare på kampprotokoller fra serie- og turneringskamper som danner grunnlaget for sesongrapport.
- Ved sesong avslutning å skrive lagets sesongrapport på grunnlag av kamp-protokoller og tildele pokaler for innsats og utvikling. Det gis ikke individuelle pokaler til mini, 9, 10 og 11 års lag.
- Ved ulykker på kamper er trener ansvarlig for at skaden noteres på kampprotokoll. Husk at både dommer og trener skal signere. Trener ansvarlig for at det skrives rapport om hendelsesforløpet og omfang av skaden.
- Gjøre seg kjent med spillere som lider av **spesielle sykdommer** f.eks. diabetes, astma, epilepsi ol. og sette seg inn i hva som kreves ved et eventuelt anfall/episode.
- **Ved skade:** være ansvarlig for spilleren og få spilleren til medisinsk behandling i henhold til behov.
- **Ved skade:** kontakte foreldre og foresatte umiddelbart.
- I forbindelse med trening er det trenerens ansvar å påse at spillerne ikke forstyrrer andre lag i deres treningstid.
- Respektere motstandere og dommere - husk du representerer klubben
- Kjenne klubbens målsetting og struktur
- Delta i trenermøter som arrangeres av klubben
- Vise interesse for å ta relevante trenerkurs
- Sjekke at alle spillere har betalt lisens. (etter nyttår på J 12)

Lagleder

Laglederen er lagets administrative leder og har ansvaret for at alt praktisk fungerer rundt laget. Laglederen skal overlate alt det sportslige til treneren/trenerne som har ansvar for organisering av treninger, lagoppsett til kamper/cuper, gjennomføring av kamper osv.

Lagledere bør være kjent med

- Hva klubben står for (verdier, visjon og formål)
- Klubbhåndbok
- Lisens og forsikringer
- Politattest
- Klubbens retningslinjer og forventninger til foreldre
- [Sundestilen](#)
- Hva tilbyr klubben sine lagledere (utstyr, bekledning, kurs ...)

Ved sesongstart når lagleder er klar bør det avklares ansvarsområder og forventninger internt på lagene. Oppgavene varierer etter hvilket nivå/alderstrinn laget spiller på.

Oppgaver som gjelder lagleder for alle lag:

- Opprette Spond gruppe til laget.
- Videre sende aktuell informasjon ang laget.
- Skaffe folk til oppsatte bu-vakter som laget er satt opp til.
- Holde oversikt over lagskontoen.
- Hvert lag har sin egen konto (administreres og føres av daglig leder). Oppmann/foreldrekontakt må holde oversikt over inntekter og utgifter laget har. Når en setter inn på konto må en bruke årstall laget er født. (eks J 9 = J 04 håndball)
- Ta initiativ til å oppfordre foreldre til å skaffe inntekter til laget. Sponsorinntekter som for eksempel dugnader, ansatte midler, skiltreklame i hallen osv.
- Hjelpe til på hjemme arrangement i hallen.
- Det kan være oppgaver i tilknytning mini- og aktivitetsserie, klargjøre/sitte i sekretariat, fylle ut kamprapport, holde orden på førstehjelp osv. Må avklares med trener i forkant.
([Huskeliste for miniturnering](#))
- Være med trener på foreldremøter i forbindelse med oppstart eller turneringer laget skal reise på.
- Sende bilder og korte tekster for å bidra til en aktiv hjemmeside i Sunde håndball.
- Komme innom noen treninger for å holde seg litt oppdatert på laget og ha kontakt med trener.

Møte på fellesmøter når det kommer innkalling fra SU.

Det forventes at alle lagledere stiller på ledersamlinger og laglederforum som arrangeres av Sunde Idrettslag.

Dommer

Klubben er avhengig av dommere for å kunne spille kamper. Dommerne har ansvar for å sikre en god gjennomføring av kamper.

Dommerne bør være kjent med

- hva klubben står for (verdier, visjon og formål)
- krav til dommere på ulike nivåer
- lisens og forsikringer
- klubbens retningslinjer og forventninger til dommere
- hva klubben tilbyr sine dommere (utstyr, bekledning, kurs ...)

Klubbdrift

I denne delen av klubbhåndboka beskriver vi hvordan vi arbeider for å oppnå en velfungerende drift av klubben.

Årshjul

Årshjul viser gruppestyret/sportslig utvalg hva som skal jobbes med de forskjellige månedene i året. Sunde IL håndball sitt årshjul finner du [HER](#).

Medlemshåndtering

Klubben benytter KlubbAdmin, som er et elektronisk medlemssystem. Vi sender elektroniske betalingskrav til medlemmene, noe som gir enklere oversikt over utsendelser og rimeligere innkreving av kontingenter.

KlubbAdmin er gratis å bruke for klubben og klubbens medlemmer inn til et visst punkt. Fakturering koster. KlubbAdmin er integrert med idrettens øvrige systemer. Via Min idrett kan medlemmene selv utføre innmelding/utmelding på en enkel måte. Spond Club brukes til felles arrangementer og informasjon fra SU til alle lag/medlemmer.

Dugnad og frivillig arbeid

I norsk idrett er det ikke lov å tvinge noen til å delta på dugnad. Idrettslagene kan oppfordre medlemmer og foreldre om å stille opp på dugnad, men deltakelsen må være basert på frivillighet. Klubben kan beslutte at medlemmer som deltar på dugnad får en rimelig reduksjon i kontingenten og/eller avgift som reflekterer andelen av de totale kostnadene.

Medlemmene bør vite hva klubben har tenkt å gjennomføre ved hjelp av dugnad. For å få dugnadsordninger til å fungere er det viktig at medlemmene får en forståelse av hvorfor det er viktig at dugnaden blir gjennomført.

Klubben drives i hovedsak av frivillige. Det vil si at foreldre og foresatte, søsken og andre stiller opp uten å motta lønn. Denne ubetalte innsatsen bidrar til at klubben har gode aktivitetstilbud og blir et godt sted å være. Det er mange oppgaver som skal løses i klubben. Dette frivillige arbeidet som kommer klubben og medlemmene til gode, kalles «dugnad». Dugnadsarbeid gir mange gode opplevelser og en følelse av å bidra til fellesskapet. Din innsats blir satt stor pris på!

Kioskdrift

En viktig dugnad for foreldre av medlemmer i barne- og ungdomsavdelingen er å stå vakt i kiosken. Retningslinjer for Buvakt finnes i bua og her. Buvaktoversikt finnes her.

Lagdugnad vs. fellesdugnad

I Sunde Idrettslag er hvert lag ansvarlige for egen økonomi. Derfor er de fleste dugnadene organisert slik at inntekten fra den enkeltes innsats går til vedkommende lag. Varetelling, loddssalg og maling av klubbhuset er eksempler på lagdugnad som gir inntekter til deltakernes respektive lagkasser.

Et eksempel på fellesdugnad er buvaktene som er beskrevet ovenfor. Her får ikke det enkelte lag penger, men man bidrar til å opprettholde et tilbud som foreldre, barn og øvrige medlemmer setter pris på. Unntak er dersom laget selger egne kaker o.l. da går salget av dette til lagkassen.

Politiattester

Styret i Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) vedtok 10. mars 2008 at hele norsk idrett skal kreve politiattest mot seksuelle overgrep mot barn. Ordningen gjelder for alle som skal utføre oppgaver som i vesentlig grad innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Ordningen trer i kraft 1. januar 2009.

I Sunde Håndball IL blir ordningen håndtert på følgende måte:

Alle ansatte og frivillige som skal utføre oppgaver for idrettslaget som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming skal fremskaffe politiattest.

Dette gjøres i samråd med:

SU Håndball (Suhondball@sunde-il.no)

Sportslig Utvalg oppnevner en person som er ansvarlig for å avkreve politiattest. Klubbens representant har taushetsplikt overfor uvedkommende i forhold til de opplysninger de får kjennskap til.

INFO OM POLITIATTEST HOS POLITIET: <https://www.politi.no/tjenester/politiattest/>

Innhenting på en-to-tre-fire:

1. Søkeren må ha en bekreftelse utstedt av Sunde IL. Bekreftelse fås ved kontakt Sportslig Utvalg.
2. Søknaden om politiattest fylles ut elektronisk på <https://attest.politi.no/>. Signert bekreftelse fra Sunde IL lastes opp som vedlegg på denne elektroniske søknaden. Du trenger bank-id eller innlogging i ID-porten (Min ID) for å gjøre dette.
3. Politiet sender attesten som ordinær post til den søknaden gjelder for. Den sendes ikke til idrettslaget.
4. Etter at den søknaden gjelder mottar vedtak fra Politiet, skal politiattest fremvises Sportslig Utvalg representant i Sunde IL. (Sunde IL mottar ikke kopi av vedtak). Sunde IL skal ikke lagre attesten, men kun få den framvist til gjennomsyn.

Personer som ikke har fremvist politiattest uten merknad, kan ikke settes til oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming.

En person som ble sjekket da hun ble ansatt/påtok seg oppdraget kan i utgangspunktet ikke sjekkes på nytt selv om hun i lengre tid fremover fortsetter å utføre tilsvarende oppgaver for idrettslaget. Dersom det er gått flere år fra personen ble sjekket, svekkes effekten av politiattesten. Sportslig Utvalg anbefaler fornyelse av attesten hvert 5 år eller i forbindelse hvor treneren får en ny rolle i idrettslaget.

Det samme gjelder dersom personen har vært borte fra idrettslaget i en periode, for eksempel ett år eller en sesong, og igjen påtar seg nye oppgaver for laget. Om en person skal sjekkes eller ikke, må alltid vurderes konkret fra gang til gang. Dersom idrettslaget er i tvil, bør det heller sjekke en gang for mye enn en gang for lite.

Klubbens antidopingarbeid

Klubben og medlemmene er omfattet av idrettens bestemmelser om doping. Sunde idrettslag tar avstand fra all bruk av dopingmidler. Klubben kan bruke Antidoping Norge i arbeidet mot doping. Det anbefales at klubben registrerer seg som «Rent idrettslag».

Kommunikasjon

Media

Det oppfordres til bruk av media dersom hensikten er å markedsføre og synliggjøre Sunde Idrettslag, og styrke klubbens omdømme.

Media kan også brukes dersom *klubben* har et syn på en sak, eller ønsker å løfte frem en sak som angår *klubben*. I slike tilfeller skal daglig leder og/eller styreleder konsulteres.

Man skal ikke bruke Sunde Idrettslags navn i medier som en del av en personlig agenda.

Ved bruk av media skal man utvise stor aktsomhet. Det vil blant annet si at man unngår negative ytringer om egne spillere, klubbdommere eller andre med tilknytning til Sunde Idrettslag. Det tillates humor, spisse uttalelser og friskt språk, så lenge hensikten er å skape positiv blesst rundt Sunde Idrettslag. Her stoler man på at medlemmene bruker sunn fornuft, og at man forhører seg med ledelsen i klubben dersom man er usikker.

Sunde Idrettslag ønsker å være i media så ofte som mulig, så lenge omtalen har et positivt fortegn.

Det forventes at medlemmer av Sunde Idrettslag hever seg over usaklige debatter som kan relateres til idrettslaget på nett og i sosiale medier. Her skal man opptre på en ryddig måte som ivaretar god sportsånd og våre verdier.

Styret skal godkjenne alle grupper, blogger og sider på sosiale medier som benytter idrettslagets navn og/eller logo.

Daglig leder og styreleder er Sunde Idrettslags mediekontakter. Ved større hendelser/oppslag skal det henvises til disse.

Bildebruk

Idrettsforbundets retningslinjer:

1. Før bildet eller film publiseres skal det være innhentet samtykke fra alle på bildet, og fra deres foresatte dersom barna er under 15 år.
2. Ved innhenting av samtykke til å publisere bilder og film bør samtykkeskjema brukes. Det er kun et aktivt samtykke som kan gi grunnlag for å publisere bilder og film.
3. Dersom et barn ikke ønsker at bilder eller film skal publiseres skal dette overstyre foreldrenes ønske om publisering.
4. Vær bevisst i hvilke situasjoner det tas bilder eller film. Ta aldri bilder av nakne personer og vær varsom med å ta bilder av lettkledde barn. Vis måtehold ved bruk av fullt navn på barn.
5. Det skal alltid samtykkes særskilt for hvert enkelt bilde eller film som skal benyttes til medier.
6. Et samtykke kreves også ved publisering av bilder og film i lukkede grupper på nett, som for eksempel Facebook, eller andre nettsteder som er passord beskyttet.
7. Dersom et samtykke trekkes tilbake, må publiserte bilder og film slettes.

Hjemmesiden

All formell informasjon finnes på Sunde Idrettslags hjemmeside, www.sundeil.no. Her publiseres det også løpende informasjon som er viktig for medlemmer å få med seg. Hjemmesiden er åpen for alle, og medlemmer oppfordres til å besøke siden jevnlig. FFO-leder er administrator for siden, og gir skrivetilgang.

Viktige dokumenter som klubbhåndbok, sportsplan, rollebeskrivelser og liknende, skal være tilgjengelig på hjemmesiden.

Facebook

Sunde Idrettslags Facebook-side er åpen for alle, og medlemmer oppfordres til å følge siden. Daglig leder er administrator, sammen med styreleder, FFO-leder og noen få utvalgte personer fra idrettslagets ulike idrettsgrener.

Facebook-siden skal brukes til å markedsføre Sunde Idrettslag på en måte som styrker klubbens omdømme, samt informere medlemmer om viktige saker:

- Deling av nyheter fra hjemmesiden slik at man genererer trafikk
- Løpende informasjon til medlemmer
- Informasjon om/markedsføring av kommende arrangementer
- Markedsføring av idrettslagets inntektsbringende tilbud (fotball, håndball, svømming, dans & lek, FFO, klubbhusutleie osv.)

Intern kommunikasjon

Hvert årskull/lag bestemmer selv hvilken plattform de vil bruke til kommunikasjon mellom lagledelse og spillere/foreldre.

Lagsgrupper på Facebook kan opprettes. Disse gruppene skal være lukket, og minst én trener eller lagleder må være medlem.

Spond er en populær plattform som er mye i bruk i barneavdelingen.

Man må være minst 13 år for å være medlem av en Facebook-gruppe tilknyttet Sunde Idrettslag. Det forventes at medlemmer av idrettslaget også i lukkede forum opptre på en ryddig måte som ivaretar god sportsånd og våre verdier.

E-post- og telefonlister kan brukes til kommunikasjon innad i utvalg, avdeling eller klubb. Her skal man være bevisst på mengden e-post som sendes, spesielt til jobbadresser. Det anbefales at diskusjoner foregår ansikt til ansikt.

Arbeidsgiver- og oppfølgingsansvar

Styret, eller sportslig utvalg, skal:

- Ha arbeidsgiveransvar og personalansvar for egne ansatte.
- Skal gjennomføre rekruttering av ansatte – eventuelt delegere dette til daglig leder.
- Fastsette lønn, feriepenger og eventuelle andre spesielle betingelser

Alle som har påtatt seg tillitsverv i klubben, må være medlemmer av klubben eller være underlagt idrettens regelverk gjennom en avtale.

Arbeidsavtalen skal:

- Være skriftlig
- Minimum inneholde de opplysningene som fremgår av arbeidsmiljøloven §14-6, i tillegg til de generelle og spesielle betingelsene som er avtalt for ansettelsesforholdet
- Utstedes i to eksemplarer – ett til den ansatte og ett til klubben

Sunde Idrettslag er ikke medlem av en arbeidsgiverforening, og det er ikke opprettet tariffavtale.

Sikkerhetsarbeid (HMS)

Klikk [HER](#) for Sunde Idrettslags HMS-håndbok.

Økonomi

Det er hovedstyret som har det overordnede økonomiske ansvaret for klubbens økonomi.

Arbeidet med idrettslagets økonomi er beskrevet i [økonomisk modell](#).S

Forsikringer

Alle medlemmer i Sunde IL håndball må ha betalt lisens fra 1.januar året de fyller 13 år for å kunne delta i offisielle kamper.

Idrettens skadetelefon

Dersom alvorlig akutt skade skal en ringe 113 for hjelp. Dersom du er spiller og registrert medlem i Sunde Idrettslag kan du i tillegg ved skade ringe Idrettens skadetelefon på 987 02 033 og få tilgang til:

- En telefonbasert rådgivningstjeneste med spesialkompetanse på idrettsmedisin.
- Idrettsmedisinsk kompetanse, slik at utøvere kan få rask og riktig hjelp i et kvalitetssikret behandlingsnettverk i hele Norge.

- Råd om skadeforebygging og hva man bør gjøre ved akutte skader, basert på beste praksis innen idrettsmedisin.
- Råd uavhengig av om skaden dekkes av forsikringen eller ikke.
- Dialog med fysioterapeuter - andre linje er legespesialister.
- Bestilling av utredning og behandling. Om skadebehandlingen dekkes bestemmes av Forsikringsselskapet og beror på en individuell vurdering i den enkelte skadesak basert på forsikringsvilkårene.
- Oppfølging gjennom hele behandlingsløpet.

Underslagsforsikring

Sunde Idrettslag har underslagsforsikring for personene som benytter idrettslagets konto.

Anlegg og utstyr

Anlegg



Oversikt over idrettsanlegget i Kvernevik.

Sunde Idrettslags eiendom:

- 2/3 av klubbhuset (øvre etasje)
- Tribunen
- Målene av størrelsen 3er, 5er, 7er og 9er inklusive nett

- Gul utstyrcontainer
- Blå utstyrcontainer
- KAPH Kvernabéu 7er-banen
- To vant til 3er-baner

Sunde Idrettslag er selv ansvarlige for vedlikehold av øvre etasje klubbhus, tribunen, egne mål og utstyrcontainerne. 7er-banen vedlikeholdes av Stavanger kommune.

Stavanger kommunes eiendom (som disponeres av idrettslaget):

- 1/3 av klubbhuset (nedre etasje)
- Kvernevikhallen (brukes mest av håndballavdelingen)
- KAPH Kvernabéu hovedbane
- Kvernvik grus
- Målene av størrelsen 11er inklusive nett

Stavanger kommune er ansvarlige for vedlikeholdet av garderobene i nedre etasje av klubbhus, Kvernevikhallen, grusbanen og hovedbanen. Sunde Idrettslag er ansvarlige for vedlikehold av bu og lager i nedre etasje av klubbhuset.

Sunde Idrettslag oppfordrer alle lag til å benytte klubbhuset til møter og andre arrangementer. Det oppfordres også til å bruke garderobene og klubbhus før og etter både trening og kamp. Sosiale aktiviteter er meget viktig for å beholde spillere, styrke samholdet og trekke med foresatte.

Klubbhuset

Klubbhuset bestilles ved å kontakte klubbhusansvarlig på klubbhussundeil@gmail.com. Det er også mulig å leie klubbhuset til private arrangementer:

- Helg (fredag til og med søndag): kr 5000
- Kveld helg (for eksempel lørdag kl 15:00 til søndag 13:00): kr 3500
- Kveld ukedag: kr 500

Prisene er inkludert utvask av gulv. Eventuelle erstatninger dekkes av leietaker. Ta kontakt med utleieansvarlig for egne medlemspriser.

Retningslinjer for bruk av idrettsanlegget:

- Respektere forbud mot rusmidler og røyking
- Tyggegummi, mat, brus, kaffe og snus skal ikke medbringes og nytes på kunstgresset
- Hunder er forbudt på kunstgresset
- Sykler skal ikke være i bruk eller parkeres på kunstgresset
- Man skal benytte seg av søppelbøttene som er godt fordelt over hele anlegget
- Flomlys til 22:00

Føringer:

- Lag som samarbeider trener på samme tid og sted slik at lagene kan dra nytte av hverandre med hensyn til trenere, sammenstilling av grupper, og bli kjent på tvers av lag og årstrinn
- Årstrinn over/under hverandre trener på ulike tider, helst ulike dager, for å muliggjøre god hospitering
- At årstrinn i barneavdelingen har ulike treningstider eller dager i forhold til samme årstrinns treninger i håndballavdelingen.

Personlig utstyr (betales av utøveren selv):

Klubbens utstyr (dekkes av klubben/lagkassen):

- Drakt
 - Hjemmedrakt skal være gul
 - Eventuell bortedrakt skal være sort eller hvit
 - Alle drakter skal ha Sunde-emblem på venstre bryst
 - Underdel (bukse/shorts/knickers) skal være sort
- Keeperdrakt
- Baller og ballnett
- Markeringsvester
- Fløyte til trenere
- Trenerantrekk (ett per trener). Utleveres hver gang vi skifter klubbkolleksjon (hvert 4. år).
- Utstyrs bag til lag
- Sportstape og isposers – fylles på ved behov, og skal være tilgjengelig på både trening og kamp

Sunde Idrettslag dekker også utstyr til dommere som har tatt dommerkurs.

Retningslinjer for utstyr:

- Utstyr bestilles via sportslig utvalgs utnevnte materialforvalter (gjelder klubb- og lagbestillinger)
- Privatbestillinger gjøres ved at man selv besøker Sport 1 Randaberg
- Tildelt materiell skal behandles på forsvarlig måte
- Når en spiller slutter skal lagleder eller trener samle inn drakt, klær og/eller annet utstyr klubben/laget har dekket. I noen tilfeller kan man selv vurdere om vedkommende har gjort seg fortjent til å beholde utstyret gjennom for eksempel dugnadsinnsats.
- Innlevering av gammelt utstyr ved utdeling av nytt, så lenge dette fortsatt kan brukes (her er drakter et godt eksempel).

Scantrade leverer produkter (som regel av merket Umbro) via vår samarbeidspartner Sport 1 Randaberg. Sunde-emblemet skal ikke trykkes av andre sportsbutikker.

Medlemsrabatter på produkter fra Scantrade i henhold til avtale med utstyrsleverandør:

- 30% på bestilling via Sunde Idrettslag – gjelder klubbinnkjøp og samlede lagbestillinger som faktureres fra Sport 1 til klubben etter avtale med materialforvalter
- 20% på handel i butikk

Utmerkelser og æresbevisninger

Æresmedlemskap

Æresmedlemskap er Sunde Idrettslag sin høyeste utmerkelse. Æresmedlemskap tildeles medlemmer av idrettslaget, for store og verdifulle tjenester innen laget. Som store og verdifulle tjenester regnes både sportslig og administrativ innsats.

Tildeling skjer etter en samlet vurdering der innsats i flere grupper og virksomhet i idrettslagets styre og regi skal tillegges vekt.

For å komme i betraktning til å bli tildelt æresmedlemskap i Sunde Idrettslag skal kandidaten ha minst 15 års medlemskap i laget. Kandidaten må i denne tiden ha deltatt aktivt i driften av laget eller gruppe(r) og/eller i sportslige aktiviteter på en slik måte at idrettslaget anseelse er blitt ivaretatt på en tilfredsstillende måte.

For sportslige prestasjoner kreves det at disse må være på et høyt nasjonalt og/eller internasjonalt nivå for at dette alene skal kunne kvalifisere for æresmedlemskap.

Som bevis utdeles diplom og plakett. Styret foretar utdelingen etter innspill fra de sportslige utvalgene.

Ildsjel prisen

Formål

I Sunde Idrettslag er det svært mange som gjør en strålende innsats i løpet av året. Ildsjel prisen skal gå til en person som virkelig har utmerket seg og gjort mer enn det som normalt kan forventes av en tillitsperson. Prisen skal vise at idrettslaget setter stor pris på og er avhengig av et enkeltpersoner virkelig står på.

Kriterier

Å velge en ildsjel vil alltid være preget av subjektivitet og slik skal det også være. Vi har imidlertid satt opp noen kriterier som kan være retningsgivende i nomineringsarbeidet.

- Det skal være en ekstraordinær innsats dvs utover det som forventes av en lagleder og trener.
- Vedkommende kan ha gjort en innsats som berører mer enn ett lag.
- Gjort en innsats for fellesskapet
- Står fram som et forbilde – en person som mange vet hvem er på grunn av den innsatsen som legges ned.
- Gjort en innsats for å fremme Sundestilen.
- Profilert Sunde Idrettslag.
- Det kan være både en sportslig og administrativ innsats.
- Gjort en innsats for å fremme Fair Play.
- Gjort noe spesielt for å skape samhold og utvikling i laget sitt.

Nominering av kandidater

Det er de sportslige utvalgene og styret som innstiller kandidater. Dette gjøres skriftlig og det er styret som tar den endelige beslutningen. For at prisen skal henge høyt er det ikke noe krav om at det skal deles ut ildsjel priser hvert år. Kandidaten må ha oppfylt alle sine forpliktelser i forhold til Sunde Idrettslag. Kandidaten må være medlem av Sunde Idrettslag.

Utdeling

Prisen skal deles ut på Sundedagen i september. På denne dagen får vinneren et diplom. På det påfølgende årsmøtet får vinneren utdelt en plakett.

Retningslinjer i klubben

Det er vedtatt flere [felles retningslinjer](#) i idretten som gjelder for alle klubber. Ut fra disse felles retningslinjene kan klubben lage egne retningslinjer som utdyper hva klubben gjør for å ivareta de felles retningslinjene. I klubbhåndboka bør det gis en oversikt over de viktigste retningslinjene som klubben skal forholde seg til og følge.

På neste side er det tatt med en liste med eksempler på maler som kan benyttes i klubben, og eksempler på egne retningslinjer i klubber.