



Siðareglur og hegðunarviðmið ÍBA

Siðareglur og hegðunarviðmið ÍBA eiga að efla fagmennsku og traust innan íþróttabandalagsins og aðildarfélaga þess, stuðla að bættri framkomu og styðja metnaðarfulla og heiðarlega framgöngu allra. Gengið er út frá því að allir iðkendur, þjálfarar, foreldrar og starfsfólk kynni sér siðareglurnar og fari eftir þeim. Brot á siðareglunum sjö eru álitin agabrot innan bandalagsins og viðurlög við þeim í samræmi við viðbragðsáætlun ÍBA.

## Siðareglur ÍBA

1. Komdu fram af heilindum og háttvísi gagnvart sjálfum þér og öðrum.
2. Gættu trúnaðar og þagmælsku í störfum þínum en þó innan takmarkana lögboðinnar tilkynningarskyldu.
3. Misnotaðu ekki valdastöðu þína eða hvers konar yfirburði sem þú kannt að hafa yfir öðrum.
4. Gættu jafnræðis og varastu að misbjóða virðingu einstaklinga eða hópa t.d. hvað varðar kynþátt, þjóðernisuppruna, trú, lífsskoðun, fötlun, félagslega stöðu, aldur, kynhneigð, kynvitund, kyneinkenni eða kyntjáningu á öllum sviðum samfélagsins.
5. Taktu aldrei, hvort heldur sem er með beinum eða óbeinum hætti þátt í veðmálum, fjárhættuspilum eða viðskiptum í tengslum við íþróttaviðburði sem þú getur haft áhrif á.
6. Þiggðu hvorki gjafir eða hlunnindi sem geta leitt til þess að rýra trúverðugleika, sjálfstæði eða hlutleysi þitt.
7. Samþykktu aldrei eða sýndu ógnandi eða ofbeldisfulla hegðun eða áreiti þar með talið kynbundið og kynferðislegt og beittu þér gegn því.

## Viðbragðsáætlun vegna brota á siðareglum ÍBA

### Viðbrögð innan félags:

1. Ef grunur vaknar um brot er meintur gerandi kallaður strax á fund yfirmanna síns aðildarfélags.
2. Leita skal sannanna frá fleiri en einum aðila um meint agabrot.
3. Séu sannanir nægilegar, er viðkomandi áminntur eða vísað úr starfi eða frá keppni undir merkjum félagsins og málinu vísað til viðkomandi yfirvalda (lögreglu-, barnaverndar- eða íþróttayfirvalda) eftir eðli brots.
4. Tilkynningar um möguleg agabrot skulu berast til framkvæmdastjóra ÍBA.

### Framkvæmd og eftirfylgni:

1. Fræðslu og forvarnarvinna innan hvers aðildarfélags sem felur m.a. í sér að kynna siðareglurnar vel fyrir öllum og viðhalda meðvitund um mikilvægi þeirra.
2. Almennur stuðningur við þolanda og geranda.

## Hegðunarviðmið fyrir þjálfara

### 1. Komdu fram af virðingu

- Komdu eins fram við alla iðkendur óháð aldri, kyni, kynþætti, kynhneigð, fötlun, stjórnámálaskoðunum, uppruna, trúarbrögðum eða félagslegri stöðu.
- Berðu virðingu fyrir einstaklingnum óháð getu eða metnaði til að ná árangri.
- Berðu virðingu fyrir mótherjum, foreldrum/forsjáraðilum, dómurum, sjálfbóðaliðum, þjálfurum og öðru starfsfólki og stuðlaðu að því að iðkendur geri slíkt hið sama.

### 2. Vertu heiðarleg(ur)

- Farðu eftir reglum íþróttagreinarinnar, haltu á lofti heiðarleika (fair play) og hvettu iðkendur til að gera það líka.
- Stuðlaðu að jákvæðu og íþróttalegu umhverfi sem er laust við vímuefni og ólögleg efni samkvæmt Lyfjæftirliti Íslands.
- Fáðu skriflegt samþykki iðkanda/foreldra/forsjáraðila ef þú þarft að gefa upp trúnaðarupplýsingar.
- Taktu aldrei þátt í veðmálum, fjárhættuspilum eða viðskiptum í tengslum við íþróttaviðburði sem þú getur haft áhrif á.

### 3. Vertu góð fyrirmynd bæði innan sem utan vallar

- Allir iðkendur eiga skilið að fá athygli og jöfn tækifæri.
- Leggðu þig fram þannig að iðkendur fái sem mest út úr æfingunni.
- Vertu sanngjarn, tillitssamur og heiðarlegur.
- Ýttu undir heilbrigðan lífsstíl með góðu fordæmi.
- Vertu meðvitaður um starf þitt sem þjálfari utan skipulagðra æfinga og keppni.

### 4. Berðu virðingu fyrir þjálfarastarfinu

- Gerðu kröfur til þín varðandi málfar, klæðnað, hegðun, stundvísi, undirbúning og kennslu/þjálfun.
- Sýndu íþróttinni og félaginu virðingu og virtu reglur.
- Leggðu metnað þinn í starfið og leitaðu leiða til að auka við þekkingu þína.
- Skipuleggðu starfið með tilliti til getu og þroska iðkenda.
- Vertu óhræddur við að leita eftir samstarfi við aðra þjálfara eða sérfræðinga.
- Taktu leiðtogahlutverk þitt alvarlega og nýttu stöðu þína á uppbyggilegan hátt.
- Haltu iðkendum og aðstandendum upplýstum um þjálfunina.

### 5. Það sem er iðkandanum fyrir bestu

- Gættu að því að umhverfi og aðbúnaður sé í lagi og hæfi aldri og þroska iðkenda.
- Settu heilsu og heilbrigði iðkenda á oddinn og varastu að setja þá í aðstöðu sem ógnað getur heilbrigði þeirra.
- Hugaðu að einstaklingum sem meiðast og sýndu þeim áhuga.
- Varastu að setja þig í þá stöðu að vera einn með iðkanda.

## 6. Ofbeldi er ekki liðið í íþróttahreyfingunni!

- a. Vertu vakandi fyrir öllu ofbeldi, líkamlegu, kynferðislegu og andlegu.
- b. Misnotaðu ekki stöðu þína og vald með kynferðislegum tilburðum eða öðrum hætti.
- c. Forðastu líkamlega snertingu við iðkendur nema þar sem hún er nauðsynlegur hluti þjálfunarinnar.
- d. Þjálfara/félagi ber skylda til að tilkynna til viðeigandi yfirvalda ef ljóst þykir að iðkandi hafi verið vanræktur, honum misþyrmt eða búi við aðstæður sem geta lagt heilsu hans og þroska í hættu.

Ég hef lesið og kynnt mér hegðunarviðmið þjálfara:

---

Fullt nafn og kt.

---

Sími og netfang

## Hegðunarviðmið fyrir iðkendur

### 1. Berðu virðingu fyrir öllum

- Komdu eins fram við alla óháð aldri, kyni, kynþætti, kynhneigð, fötlun, stjórnmalaskoðunum, uppruna, trúarbrögðum eða félagslegri stöðu.
- Berðu virðingu fyrir einstaklingum óháð getu eða metnaði til að ná árangri.
- Sýndu íþróttinni virðingu og virtu reglur hennar, venjur og siði.
- Berðu virðingu fyrir mótherjum, dómurum, foreldrum/forsjáraðilum, sjálfboðaliðum, þjálfurum og öðru starfsfólki.
- Leggðu þitt að mörkum til að skapa jákvætt andrúmsloft sem er laust við líkamlegt, andlegt og kynferðislegt ofbeldi.

### 2. Vertu heiðarleg(ur)

- Farðu eftir reglum íþróttagreinarnar og komdu fram af fullkomnum heilindum og háttvísi gagnvart sjálfum þér og öðrum.
- Leggðu þitt að mörkum til að skapa jákvætt andrúmsloft og umhverfi sem er laust við vímuefni og ólögleg efni samkvæmt Lyfjaeftirliti Íslands.
- Taktu aldrei þátt í veðmálum, fjárhættuspilum eða viðskiptum í tengslum við íþróttaviðburði sem þú getur haft áhrif á.

### 3. Vertu góð fyrirmynd bæði innan sem utan vallar

- Gerðu þitt besta þannig að þú fái sem mest út úr æfingunni.
- Vertu sanngjarn, tillitssamur og heiðarlegur gagnvart öðrum.
- Taktu ábyrgð á eigin hegðun.
- Tileinkaðu þér heilbrigðan lífsstíl.
- Misnotaðu ekki stöðu þína og vald með kynferðislegum tilburðum eða með öðrum hætti.

Ég hef lesið og kynnt mér hegðunarviðmið iðkenda\*:

---

Fullt nafn og kt.

---

Sími og netfang

\* *Gildir fyrir sammingsbundna leikmenn og iðkendur 18 ára og eldri.*

## Hegðunarviðmið fyrir stjórnarmenn og starfsmenn

### 1. Berðu virðingu fyrir öllum

- Komdu eins fram við alla óháð aldri, kyni, kynþætti, kynhneigð, fötlun, stjórnsmálaskoðunum, uppruna, trúarbrögðum eða félagslegri stöðu.
- Berðu virðingu fyrir skoðunum annarra.

### 2. Vertu heiðarleg(ur)

- Farðu eftir reglum íþróttahreyfingarinnar, haltu á lofti heiðarleika (fair play) og hvettu félagsmenn til að gera það líka.
- Stuðlaðu að jákvæðu og íþróttalegu umhverfi sem er laust við vímuefni og ólögleg efni samkvæmt Lyfjaeftirliti Íslands.
- Gættu fyllsta trúnaðar þar sem við á.
- Taktu aldrei þátt í veðmálum, fjárhættuspilum eða viðskiptum í tengslum við íþróttaviðburði þar sem þú getur haft áhrif á úrslit.
- Forðastu eða tilkynntu fjárhagslega og persónulega hagsmunaárekstra.

### 3. Vertu félagsmönnum góð fyrirmynd

- Vertu ávallt til fyrirmyndar varðandi hegðun og framkomu, bæði innan félags og utan.
- Virtu lýðræðisreglur og gagnsæi við ákvarðanatöku og stjórnaðu samkvæmt reglum um ábyrga fjármálastjórn.
- Notfærðu aldrei stöðu þína hjá félaginu þér til framdráttar á kostnað félagsins.
- Vertu sanngjarn, tillitssamur og heiðarlegur.
- Leggðu metnað í starfið og berðu ábyrgð á eigin hegðun.
- Misnotaðu ekki stöðu þína og vald með kynferðislegum tilburðum eða með öðrum hætti.

### 4. Berðu virðingu fyrir starfsemi félagsins

- Þekktu lög og reglur félagsins.
- Stattu vörð um anda og gildi félagsins og sjáðu til þess að hvort tveggja lifi áfram meðal félagsmanna.
- Hafðu lýðræðisleg vinnubrögð í heiðri.
- Sýndu öllum iðkendum, dómurum, sjálfboðaliðum, þjálfurum, starfsfólki og íþróttinni sjálfri virðingu og stuðlaðu að því að iðkendur geri slíkt hið sama.
- Þjálfara/félagi ber skylda til að tilkynna til viðeigandi yfirvalda ef ljóst þykir að iðkandi hafi verið vanræktur, honum misþyrmt eða búi við aðstæður sem geta lagt heilsu hans og þroska í hættu.

Ég hef lesið og kynnt mér hegðunarviðmið stjórnar og starfsmanna:

Fullt nafn og kt.

Sími og netfang

## Hegðunarviðmið fyrir foreldra/forsjáraðila

1. Mundu að barnið þitt er í íþróttum sín vegna, en ekki þín vegna.
2. Hvettu barnið til þátttöku í íþróttum, en ekki þvinga það.
3. Veittu öllum börnum hvatningu, ekki bara þínu.
4. Sýndu jákvæðni, líka þegar á móti blæs.
5. Berðu virðingu fyrir öllum iðkendum, dómurum, sjálfboðaliðum, þjálfurum og öðru starfsfólki.
6. Berðu virðingu fyrir réttindum barna, hvert barn er einstakt.
7. Mundu að þjálfarinn þjálfar en foreldrar hvetja.
8. Upplýstu um stríðni, einelti eða áreitni.
9. Sýndu starfi félagsins virðingu og vertu virkur þátttakandi.
10. Misnotaðu ekki stöðu þína og vald með kynferðislegum tilburðum eða öðrum hætti.
11. Taktu aldrei þátt í veðmálum, fjárhættuspilum eða viðskiptum í tengslum við íþróttaviðburði þar sem þú getur haft áhrif á úrslit.

## Stuðningsmaður/áhorfandi

1. Hvettu lið þitt áfram og hrósaðu því á jákvæðan hátt.
2. Forðastu niðrandi ummæli í garð andstæðinga og samherja.
3. Með jákvæðri hegðun á kappleikjum ert þú mikilvæg fyrirmynd.
4. Ölvun og ólæti eru ekki liðin.
5. Berðu virðingu fyrir störfum dómara og starfsmanna.
6. Virtu umgengisreglur íþróttamannvirkisins.