

Å VÆRE FORELDER I #####, REGION SØRVEST, MEDFØRER AT DU SKAL:

- Være et positivt forbilde i alle situasjoner
- Respektere trenere, lagledere, dommere og motstandere
- Oppmuntre og heie på alle, både hjemme- og bortelag
- Vise interesse for ditt barns valg av idrett
- Stoppe ryktespredning! Gjør deg opp meninger basert på egne erfaringer

Å VÆRE TRENER I #####, REGION SØRVEST, MEDFØRER AT DU SKAL:

- Sørge for alle er like velkommen i ishallen. Mobbing, trakassering og rasisme skal aldri forekomme.
2. Trene ditt eget lag, ikke de andre.
 3. Behandle alle spillere, ledere og dommere med respekt. Alle skal føle at de hører hjemme her. Se alle og snakk med alle, minst én gang på hver trening.
 4. Utvikle gode mennesker. Alle kan ikke bli NHL-, landslags- eller elitespiller, men alle skal bli folk.
 5. Vise at det er leit når noen blir skadet, også motspillere. Hockey er hardt og tøft, men ikke stygt.
 6. Være et forbilde for spillerne dine. Det du gjør er minst like viktig som det du sier.

HUSK: Du representerer deg selv, klubben din og ikke minst norsk hockey. Alltid!

SOM SPILLER I #####, NIHF REGION SØRVEST, SKAL DU:

- Respektere dine omgivelser. Dette gjelder både medspillere, motspillere, dommere, trenere og andre
- Alltid ta avstand fra alle former for mobbing, trakassering og rasisme
- Være en god representant for klubben, regionen og idretten både under trening/kamp og i livet utenfor idretten
- Være en god lagspiller som også gjør andre bedre
- Alltid strebe etter å være den beste utgaven av deg selv