KLUBBHÅNDBOK FOR BJARG HÅNDBALL

Innledning 4
Klubbens historie 4
Verdier 5
Virksomhetside 5
Hovedmål 6
Organisasjon 7
Klubbens lov 7
Årlig møte 7
Styret 8
Utvalg i Bjarg håndball 9
Sportslig utvalg 9
Dommerutvalg 10
Dugnadsutvalg 10
Arrangementsutvalg- og kioskutvalg 10
Ungdomsutvalg 11
Ansatte 12
Medlemskap 12
Medlemskapskontingent 13
Treningsavgift 13
Klubbens aktivitetstilbud 14
Treningstider og treningsgrupper 15
Barne- og ungdomsidrett 15
Barneidrett (opp til 12 år) 15
Ungdomsidrett (13–19 år) 16
Senior idrett 16
Toppidrett – 3. divisjon 16
Bredde – håndball for glede og fellesskap 17
En klubb – to veier 17
Aktivitetsplan / terminliste 18
Våre faste turneringer og cuper 18
Serie- og mesterskapsspill 18

Klubbens arrangementer 18
HaFo-cup 19
Andre klubbaktiviteter 19
Reise i regi klubben 19
Barn og ungdom på tur - Retningslinjer og verdier 20
Til deg som er 20
Utøver 20
Foreldre og foresatte 21
Hovedtrener 21
Lagleder 22
Dommer 23
Kommunikasjon og informasjon 23
Sosiale medier 24
Klubbdrift 24
Årshjul 24
Kurs og utdanning 24
Interne kurs og opplæring 24
Eksterne kurs og utdanning 24
Mål for kompetansearbeidet 25
Samarbeid med andre klubber 25
Medlemshåndtering 25
Dugnad og frivillig arbeid 26
Retningslinjer for dugnader i Bjarg Håndball 27
Klubbdugnader 27
Lagsdugnader 27
Politiattester 28
Forsikringer 28

Innledning

Hvorfor vi har laget denne klubbhåndboka
Klubbhåndboken for Bjarg håndball ("håndballgruppen") er laget for å samle all viktig informasjon om Bjarg sin håndballgruppe på ett sted. Den skal gjøre det enkelt å finne ut hva som gjelder internt i håndballgruppen, og bidra til at alle drar i samme retning over tid. Håndboken skal dessuten sikre kontinuitet i arbeidet vårt, slik at erfaringer, beslutninger og gode rutiner blir bevart – uavhengig av hvem som til enhver tid har roller i klubben.

Hvem den er utarbeidet av
Klubbhåndboken er utarbeidet av styret i Bjarg Håndball, med innspill fra NHF, komiteer, utvalg, trenere, utøvere og foreldre. Den er et resultat av et felles ønske om å utvikle klubben videre på en tydelig, inkluderende og strukturert måte.

Hvem den er utarbeidet for
Håndboken er laget for alle som er en del av Bjarg Håndball – medlemmer, utøvere, foreldre, trenere, dommere, ansatte, frivillige, utvalg og styret. Den skal være et nyttig oppslagsverk både for nye og erfarne i klubben.

Hvordan den skal brukes
Klubbhåndboken er et arbeidsverktøy og en rettesnor for hvordan vi ønsker å ha det i Bjarg Håndball. Den skal brukes aktivt i det daglige arbeidet, som støtte i beslutninger, og som veiledning i hvordan vi løser oppgaver, kommuniserer og samarbeider. Håndboken skal bidra til å gjøre det enklere å forstå hva som er viktig i klubben, hva vi står for, hva vi tilbyr – og hvordan vi sammen skaper et godt håndballmiljø basert på klubbens visjon og verdiene **Glede, Respekt, Utvikling og Samhold**.

Klubbens historie

Idrettslaget Bjarg ble stiftet i **1947** av engasjerte mennesker i Fana som ønsket å skape et felles idrettstilbud for barn og ungdom i nærområdet. Etter krigsårene var behovet stort for å bygge fellesskap, aktivitet og glede – og idretten ble et naturlig samlingspunkt. Klubben fikk navnet *Bjarg*, som betyr «berg» eller «stødig grunn» – et symbol på trygghet og samhold, verdier som fortsatt står sterkt i klubben i dag.

I starten drev klubben friidrett, fotball og ski, før håndballen vokste frem som en egen aktivitet. De første håndballkampene ble spilt utendørs på grus og asfalt, og både jenter og gutter deltok med stort engasjement. Etter hvert som Bjarghallene kom på plass i området, fikk håndballen bedre vilkår, og aktiviteten skjøt fart.

Gjennom årene har Bjarg Håndball vært opptatt av **å skape et trygt og inkluderende miljø** hvor barn og ungdom kan utvikle seg både som spillere og mennesker. Klubben har hatt fokus på **glede, samhold og utvikling**, og på å gi alle et tilbud – uansett ferdighetsnivå.

Blant de viktigste milepælene i klubbens historie finner vi etableringen av de første lagene på 1970-tallet, overgangen til innendørshåndball på 1990-tallet, og en jevn vekst på 2000- og 2010-tallet som har gjort Bjarg til en av de største håndballgruppene i Bergen sør. Klubben har også hatt flere spillere som har gått videre til både regionale og nasjonale satsingsmiljøer.

I dag står Bjarg Håndball sterkere enn noen gang. Klubben samler barn, ungdom og voksne til aktivitet året rundt, med et tydelig mål om **flest mulig – lengst mulig**. Med etablering av **Bjarg Arena** ser klubben fram mot en ny æra, der håndballen får enda bedre rammer for utvikling, fellesskap og idrettsglede.

Verdier

Bjarg Håndball baserer sin aktivitet på felles vedtatte verdier og veivalg for norsk idrett: **Ærlig, leken, ambisiøs og inkluderende.** Klubbens arbeid skal preges av **frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd**.

Ut fra disse fellesverdiene har Bjarg Håndball tydeliggjort hva som skal prege oss og klubben vår. Våre verdier skal være en rettesnor for hvordan vi opptrer – både på og utenfor banen, som spillere, trenere, foreldre, dommere og ledere.

Bjarg håndball har nedfelt følgende verdier:

Glede – Vi skaper et miljø der håndballen gir energi, mestring og fellesskap. Vi skal ha det gøy på trening og kamp, og feire små og store øyeblikk sammen.

Respekt – Vi viser respekt for hverandre, for motstandere, dommere, trenere og klubben. Vi snakker hverandre opp, ikke ned, og vi oppfører oss slik vi ønsker at andre skal møte oss.

Utvikling – Vi skal hele tiden bli litt bedre – som spillere, trenere, ledere og mennesker. Vi lærer av erfaring, heier på innsats og gir rom for å prøve, feile og lykkes.

Samhold – Vi står sammen som ett Bjarg. Vi inkluderer alle, hjelper hverandre og bygger et fellesskap der alle føler seg sett og verdsatt.

Verdiene skal hjelpe oss til å:

- skape et godt klubbmiljø der vi tar vare på hverandre
- bygge gode holdninger og et positivt treningsklima
- være en klubb som er kjent for samarbeid, trygghet og god oppførsel
- fremstå slik klubben ønsker – i hallen, på reise og på nett
- tydeliggjøre hva som gjør Bjarg Håndball unik
- være en klubb som er **åpen for alle** og speiler mangfoldet i lokalmiljøet vårt

Virksomhetside

Bjarg håndball bygger på følgende virksomhetside:

Bjarg Håndball skal gi et trygt, inkluderende og utviklende håndballtilbud for barn, ungdom og voksne i nærmiljøet – der alle får muligheten til å oppleve idrettsglede, mestring og samhold, uavhengig av ambisjonsnivå.

Denne virksomhetsideen definerer hva som er det spesielle og unike med aktiviteten i vår klubb – at vi **kombinerer bredde og trivsel med sportslig utvikling**. Vi er til for alle som ønsker å spille håndball i et miljø preget av **glede, respekt, utvikling og samhold**.

Virksomhetsideen forteller hva vi tilbyr som gjør at folk foretrekker Bjarg Håndball fremfor andre klubber: Et miljø der alle blir sett, der frivilligheten står sterkt, og der vi legger til rette for at spillere kan utvikle seg både som mennesker og som idrettsutøvere.

Visjonen, verdiene og virksomhetsideen er rettledende for alle medlemmer, tillitsvalgte, trenere og støtteapparat. Dette er utgangspunktet for det vi skal skape sammen, hvordan vi skal fremstå – og hva vi skal ha fokus på i arbeidet med å bygge **et sterkt og levende håndballmiljø i Bjarg**.

Hovedmål

Bjarg håndball sitt hovedmål er**:**

Bjarg Håndball skal være en trygg, utviklende og attraktiv klubb der flest mulig kan spille håndball, så lenge som mulig – i et miljø preget av glede, respekt, utvikling og samhold.

Hovedmålet definerer hva klubben ønsker å oppnå og bli til i forhold til omgivelsene. Det er et overordnet mål som peker fremover og beskriver hva vi skal strekke oss mot som klubb. Dette hovedmålet konkretiseres gjennom delmål og tiltak innenfor områder som **sportslig utvikling, klubbmiljø, trenerkompetanse, organisasjon og anlegg**.

Våre delmål

Sportslig utvikling:
Vi skal tilby trening og kampaktivitet som gir mestring og utvikling for alle nivåer, fra håndballskole til senior.

Klubbmiljø:
Vi skal skape et trygt og inkluderende miljø der alle føler seg velkommen, og hvor foreldre, trenere og frivillige samarbeider godt.

Trener- og lederutvikling:
Vi skal bygge kompetente og engasjerte trenere og ledere som får støtte og utviklingsmuligheter.

Organisasjon:
Vi skal ha en ryddig, effektiv og bærekraftig klubbdrift med tydelige roller, god kommunikasjon og sterk frivillighet.

Anlegg:
Vi skal bidra aktivt til utviklingen av **Bjarg Arena**, som skal gi klubben og nærmiljøet moderne og tilgjengelige treningsforhold.

Les mer her: Du finner flere detaljer i **Bjarg Håndball sin sportsplan** *(lenke settes inn når dokumentet er publisert)*

Organisasjon

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

Klubbens lov

Bjarg Håndball følger **loven til Idrettslagets Bjarg**, som er basert på **Lovnorm for idrettslag** utarbeidet av Norges Idrettsforbund (NIF). Lovnormen er ufravikelig og inneholder de minimumsbestemmelsene alle idrettslag må ha i sin egen lov.

Idrettslagets lov beskriver hvordan klubben skal styres, hvordan årsmøter og valg skal gjennomføres, samt rettigheter og plikter for medlemmer, tillitsvalgte og grupper. Denne loven gjelder for hele Idrettslaget Bjarg, inkludert håndballgruppen, og danner grunnlaget for hvordan vi organiserer virksomheten vår.

Bjarg Håndball kan vedta **retningslinjer og tillegg** som gjelder for håndballens egen aktivitet, så lenge disse ikke er i strid med loven til Idrettslaget Bjarg eller NIFs lovnorm.

Alle endringer i loven for Idrettslaget Bjarg må **vedtas av årsmøtet i hovedlaget** og godkjennes av Vestland Idrettskrets.

Les mer her: Lovnorm for idrettslag – Norges Idrettsforbund: For idrettslag

Årlig møte

Det **årlige møtet i Bjarg Håndball** er gruppens høyeste myndighet og avholdes hvert år i **februar/mars**, i forkant av **årsmøtet i Idrettslaget Bjarg**. Det årlige møtet legger grunnlaget for håndballgruppens virksomhet og for styrets arbeid i kommende periode.

Det årlige møtet behandler blant annet:

- årsrapport og regnskap for håndballgruppen
- budsjett og handlingsplan for kommende år
- innkomne forslag fra medlemmer
- valg av representanter og utvalg som håndballgruppen selv oppnevner

Alle medlemmer i Bjarg Håndball som har fylt **15 år**, har vært medlem i minst én måned og har betalt kontingent, har **stemmerett og er valgbare** ved det årlige møtet.

Innkalling til møtet annonseres på klubbens hjemmeside og sendes ut til alle lag i god tid. Protokollen fra det årlige møtet legges ut på klubbens nettsider etter møtet.

Det årlige møtet er en viktig arena for alle som ønsker å påvirke retningen til Bjarg Håndball og bidra til at klubben utvikler seg

Les mer: Lovhefte med lovnorm for idrettslag, §§ 13–17 om årsmøte og møteprosedyrer

Styret

Styrets rolle og ansvar

Styret i Bjarg Håndball er gruppens høyeste myndighet mellom de årlige møtene. Styret skal følge opp vedtakene fra det årlige møtet og sørge for at håndballgruppens aktivitet drives i tråd med Idrettslaget Bjarg sine vedtekter, mål og verdier.

Noen saker kan ikke behandles av håndballstyret alene, men må tas opp i hovedstyret eller på årsmøtet i Idrettslaget Bjarg. Dette gjelder saker av ekstraordinær karakter, saker med betydelig økonomisk omfang, eller saker som berører hele idrettslaget. Dersom styret er i tvil, skal saken løftes til hovedstyret.

Lovpålagte oppgaver for styret

- Iverksette vedtak fra det årlige møtet og fra overordnede organisasjonsledd
- Påse at håndballgruppens midler brukes forsvarlig og i samsvar med vedtak og budsjett
- Sikre at klubben har god økonomistyring og strukturert regnskapsføring
- Oppnevne utvalg, komiteer eller personer for spesifikke oppgaver og lage mandat for disse
- Representere håndballgruppen utad

Andre viktige oppgaver

- Planlegge og ivareta håndballgruppens totale drift, herunder mål, strategi, budsjett og regnskap
- Sikre at håndballaktiviteten følger idrettens retningslinjer
- Stå for håndballgruppens daglige ledelse og oppfølging av trenere, lag og utvalg
- Utarbeide årsberetning og saker til det årlige møtet
- Oppnevne eller engasjere regnskapsfører og personer som disponerer konti
- Sørge for oppdatert klubbhåndbok og gode rutiner for informasjon og kommunikasjon

Styrets arbeid

Styret i **Bjarg Håndball** har ansvaret for å lede og utvikle håndballgruppens virksomhet mellom de årlige møtene. Styret skal arbeide i tråd med klubbens **virksomhetsidé, verdier og hovedmål**, samt følge de føringer som gis fra **hovedstyret i Idrettslaget Bjarg** og vedtak fattet på håndballgruppens årlige møte.

Møter og arbeidsform

Styret holder normalt **styremøte én gang i måneden**, eller oftere ved behov. Møtene avholdes som regel på i Bjarghuset og ledes av styreleder.

Møtene planlegges på forhånd gjennom **innmeldte saker** fra styremedlemmer, trenere, utvalg eller medlemmer. Saksliste sendes ut i forkant av møtet, og det skrives alltid **protokoll** fra 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. Styremedlemmer plikter å respektere et styrevedtak, selv om det er fattet mot deres egen stemme.

Styremøter kan også avholdes **digitalt eller per e-post**, i tråd med bestemmelsene i **Lovnorm for idrettslag § 10**.

Habilitet

Hvert styremøte skal innledes med spørsmål om noen er **inhabil** i forhold til sakene som skal behandles. Dersom inhabilitet vurderes, skal dette alltid protokollføres. Reglene om habilitet følger **Lovnormens § 9**, som gjelder for alle idrettslag tilknyttet NIF.

Les mer her:

- Maler og veiledning for håndtering av styremøter (NIF)
- Lovnorm for idrettslag §§ 9–10

Utvalg i Bjarg håndball

Styret i Bjarg håndball har opprettet følgende utvalg som skal bidra til en god sportslig og administrativ drift av håndballgruppen:

- Sportslig utvalg
- Dommerutvalg
- Dugnadsutvalg
- Arrangements-og kioskutvalg
- Sponsorutvalg
- Ungdomsutvalg

Sportslig utvalg

Formål: Bidra til å opprettholde og videreutvikle det sportslige tilbudet i Bjarg håndball, samt følge opp at sportslig aktivitet i håndballgruppen drives i tråd med håndballgruppen sin sportsplan, retningslinjer og verdier.

Hovedoppgaver:

- Har ansvar for å følge opp klubbens sportsplan, trenerteam, lagfordeling og utviklingsarbeid.
- Skal bidra til god dialog mellom trenere, styret og klubbens sportslige ledelse.

- Har ansvar for å utarbeide forslag til fordeling av treningstider. Endelig fordeling skal godkjennes av styret.
- Følge opp at hospitering gjennomføres i henhold til avtalte retningslinjer
- Planlegge og gjennomføre årlig oppstartsdag for 1.klassinger

Dommerutvalg

Formål: Ivareta Bjarg håndball sine dommere og sikre at Bjarg håndball har tilstrekkelig med dommere på de ulike nivåene.

Hovedoppgaver:

- Har ansvar for rekruttering, oppfølging og veiledning av klubbens dommere.
- Sikrer at Bjarg Håndball stiller med nødvendige dommere i henhold til NHFs krav.
- Sette opp dommere til miniarrangement og kortbane kamper der Bjarg har arrangementsansvar.
- Godkjenne dommerregninger for kamper opp til og med nivå J/G 11 år.
- Avholde minst en sosial samling per sesong.

Dugnadsutvalg

Formål: Sikre håndballgruppen inntekter gjennom dugnader og produktsalg

Medlemmer: Består av 4-6 medlemmer hvorav en leder.

Hovedoppgaver:

- Planlegge og koordinere dugnader i regi av Bjarg håndball,
- Gjennomføre dugnader i henhold til håndballgruppen sine retningslinjer
- Har ansvar for å sikre god kommunikasjon og rettferdig fordeling av oppgaver mellom lagene.

Arrangementsutvalg- og kioskutvalg

Formål:

- Legge til rette for at alle arrangement i Bjarghallen, Zinken og Bjarg Arena gjennomføres på en god måte slik at spillere, dommere og tilskuere får en god opplevelse
- Legge til rette for en kioskdrift som genererer gode inntekter til håndballgruppen

Medlemmer: Består av 4-6 medlemmer hvorav en leder.

Hovedoppgaver

- Ansvar for utarbeidelse og revidering av rutine for gjennomføring av arrangement (seriekamper og miniturneringer)
- Fordele arrangementsansvar på de ulike lagene for høst-og vårsesong og sende ut informasjon til lagledere.

- Være kontaktpunkt for lagledere ved spørsmål knyttet til arrangement
- Gjennomføre opplæring av nye lagledere
- Organisere sekretariatskurs årlig (før sesongoppstart)
- Ansvar for utarbeidelse og revidering av rutine for kioskdrift (bestilling av varer, sushi, justering av vareutvalg, panting av flasker, vareopptelling mv.)
- Bestilling av varer og påfyll av kiosk i henhold til behov
- Sørge for panting av innsamlede flasker etter behov

Ungdomsutvalg

Formål:

- Skape et trygt miljø for at unge skal tørre å engasjere seg, bidra positivt inn i frivilligheten og ta ansvar.
- UU skal bidra til å skape et inkluderende miljø i håndballgruppen ved ulike arrangement og aktiviteter.

Medlemmer: Består av 6-8 medlemmer i alderen 15-18 år.

Organisering:

- Leder, nestleder, sekretær og 3-6 styremedlemmer
- UU arbeider selvstendig med egne møter og møtereferater, men følges opp av styrets kontaktperson for UU.

Hovedoppgaver:

- Være en pådriver for at ungdom holder på lenger med håndball. Flest mulig, lengst mulig.
- Gjennomføre ulike aktiviteter som skaper et inkluderende håndballmiljø

Sponsorutvalg

Formål: Sponsorutvalget skal bidra til å sikre klubben stabile og økte inntekter gjennom samarbeid med næringslivet og andre aktører. Utvalget skal bygge relasjoner som gir verdi både for sponsorer og for klubben, og alltid jobbe i tråd med klubbens verdier og strategiske mål.

Medlemmer: Består av 4-6 medlemmer hvorav en leder.

Hovedoppgaver:

- Etablere strategisk rammeverk
    - Utarbeide og forvalte en sponsorstrategi godkjent av styret
    - Sikre at sponsorarbeidet støtter klubbens langsiktige økonomiske mål og sportslige satsinger.
- Innsalg og relasjoner

  - Identifisere og kontakte potensielle sponsorer.
  - Vedlikeholde og utvikle relasjoner med eksisterende sponsorer.
  - Utarbeide forslag til avtaler (avtaler godkjennes og signeres alltid av styret).
- Leveranse og oppfølging
  - Sørge for at avtalte motytelser blir levert.
  - Lage en årlig plan for sponsoraktiviteter.
  - Ha en enkel rapportering til styret på status.
- Kommunikasjon og synlighet
  - Samarbeide med kommunikasjonsansvarlig i klubben om profilering av sponsorer (drakter, nettside, SoMe, hall).
  - Sikre en helhetlig og profesjonell fremtoning utad.

Ansatte

Bjarg har en **Administrasjon og frivillighetskoordinator** som er ansatt i deltidsstilling.

Koordinatoren har ansvar for å styrke klubbens frivillige struktur og sikre at trenere, foreldre og støtteapparat får gode rammevilkår. Rollen skal være et bindeledd mellom de frivillige i håndballgruppen og de ansatte i hovedlaget, og bidra til at klubbens aktiviteter drives på en god og bærekraftig måte.

Hovedoppgaver:

- Rekruttere, følge opp og støtte frivillige trenere, lagledere og arrangementspersonell
- Kartlegge og søke på støtteordninger, midler og prosjekter som fremmer aktivitet og inkludering
- Legge til rette for kompetanseheving og gode møteplasser for frivillige
- Bidra til samarbeid mellom håndballgruppen og de andre gruppene i Bjarg (fotball, friidrett m.fl.)
- Være en aktiv stemme for håndballen inn mot hovedlagets administrasjon og ansatte

Koordinator rapporterer til Daglig leder i Idrettslaget Bjarg og styret i Bjarg Håndball.

Medlemskap

Ved innmelding skal alle medlemmer registreres med **navn, fødselsdato, adresse, e-postadresse og telefonnummer**. For medlemmer under 18 år skal også **navn og kontaktinformasjon til foresatte** oppgis.

Alle medlemmer får en personlig profil på **Min Idrett**, der man selv kan aktivere og administrere medlemskapet.

På Min Idrett kan du melde deg på arrangementer og kurs, endre egne personopplysninger, finne informasjon om lisensbetaling, se kommende aktiviteter og bruke andre tjenester som gjelder ditt medlemskap.

For å bli medlem i en klubb må man **ikke ha uoppgjorte økonomiske forpliktelser** til andre klubber. Et medlem regnes som fullt innmeldt fra den dagen **medlemskontingenten er betalt**.

En ansatt kan være medlem i idrettslaget, men **har ikke stemmerett på årsmøtet** og kan heller ikke ha **årsmøtevalgte verv**. Unntak gjelder for personer som kun har et mindre antall betalte trenertimer i uken.

Medlemskapet kan opphøre ved **utmelding, strykning eller eksklusjon**:

- Utmelding skal skje skriftlig og trer i kraft når den er mottatt.
- Medlemmer som skylder kontingent for mer enn ett år, kan strykes, og kan ikke tas opp igjen før kontingenten er betalt.
- Dersom medlemmet har ubetalt kontingent etter to år, skal medlemskapet bringes til opphør ved strykning fra idrettslagets side.
- Dersom klubben vurderer eksklusjon av et medlem, skal det alltid tas kontakt med idrettskretsen, som har egne prosedyrer for dette.

Les mer her:

- Min Idrett – medlemsportal
- Lovnorm for idrettslag § 10–12 – om medlemskap og eksklusjon

Medlemskapskontingent

Medlemskontingenten fastsettes av **årsmøtet i Idrettslaget Bjarg** og betales forskuddsvis for hvert kalenderår. Kontingenten gjelder for medlemskap i hele **Idrettslaget Bjarg**, og må være betalt for at man skal regnes som aktivt medlem av klubben. Alle medlemmer registreres med **navn, fødselsdato, adresse og e-postadresse**, i tråd med kravene fra Norges Idrettsforbund.

For **2025/2026 sesongen** er medlemskontingenten:

- Kr **500**,- per medlem
- Kr **100**,- for trenere og andre frivillige som er medlem av Bjarg

Treningsavgift

Treningsavgiften fastsettes av **Bjarg Håndballstyre** på bakgrunn av faktiske kostnader for aktiviteten. Avgiften dekker utgifter til blant annet **halleie, dommerutgifter, drakter, påmeldingsavgifter til serie og turneringer, utstyr, trenergodtgjørelser og drift av klubbens aktiviteter**.

Dersom medlemskontingenten kreves inn sammen med treningsavgiften, skal begge deler være spesifisert på fakturaen.

Treningsavgifter for sesongen 2025/2026

Aldersgruppe	**Trinn / lagtype**	**Treningsavgift**
Barnehåndball (6 år)	Mini / J&G 6	Kr 775,-
Barnehåndball (7 til 9 år)	Mini / J&G 7–9	kr 1 550,-
Barnehåndball (9 år – 13 år)	J&G 10-13	kr 1 850,-
Ungdomshåndball (14 år – 16 år)		Kr 2250,-
Junior og senior (16 år og oppover)		Kr 2250,-

Klubbens aktivitetstilbud

Bjarg Håndball tilbyr et bredt og inkluderende aktivitetstilbud for barn, ungdom og voksne i nærområdet. Klubben ønsker å gi alle muligheten til å oppleve håndballglede, utvikling og samhold – uavhengig av ferdighetsnivå og ambisjoner. Vårt mål er **flest mulig – lengst mulig**, og vi legger til rette både for lek og læring i barnehåndballen, og for utvikling og prestasjon på ungdoms- og seniornivå.

Våre hovedaktiviteter er:

Aktivitet	**Alder / nivå**	**Beskrivelse**
Håndballskole	6–9 år	Introduksjon til håndball gjennom lek, koordinasjon og grunnleggende balltrening.
Barnehåndball	7–12 år	Fokus på mestring, samspill og håndballglede. Spill på små baner med jevnbyrdige lag og rotasjonsprinsipp.
Ungdomshåndball	13–15 år	Gradvis mer strukturert trening med videre utvikling av teknikk, taktikk og lagspill. Mulighet for hospitering.
Junior og senior	16 år og oppover	Klubbens lag i J20, 4. divisjon og 3. divisjon. Her kombineres sportslig utvikling med et sterkt sosialt miljø.
Målvaktskole og ekstratrening	Alle aldre	Tilbud om spesialisert trening for målvakter og spillere som ønsker ekstra utfordringer.
Håndball for alle	Åpent tilbud	Lavterskel- og inkluderingsaktiviteter for barn og ungdom som ønsker å delta uten krav til ferdighet eller nivå.

Aktivitet	Alder / nivå	Beskrivelse
Felles Skadefri	Ungdom og voksne	Bjarg tilbyr felles bevegelighetstrening for alle over 12 år. Lavintensitet aktivitet med fokus på bevegelighet, balanse, koordinasjon og muskelkontroll.
Trener- og dommerkurs	Ungdom og voksne	Bjarg tilbyr kurs og opplæring i samarbeid med NHF for å bygge kompetente trenere og dommere.

Se Bjarg håndball sin sportsplan for detaljer

Treningstider og treningsgrupper

Bjarg Håndball har treningsgrupper i alle årsklasser fra **J/G 6 år til seniornivå**. Treningene foregår hovedsakelig i hallene på **Stavollen og Zinken Hopp** samt på utvalgte skolehaller i nærområdet.

Oppdatert oversikt over treningstider, hallfordeling og kontaktpersoner skal finnes på klubbens nettsider: www.bjarg-handball.no/treningstider *(lenke settes inn når siden er publisert)*

Barne- og ungdomsidrett

Bjarg Håndball ønsker å **beholde flest mulig barn og unge – lengst mulig**. Vårt mål er at alle skal oppleve trygghet, trivsel og mestring i et miljø preget av **glede, respekt, utvikling og samhold**. Håndballen skal gi positive opplevelser for alle – uansett ambisjonsnivå.

Alle som trener barn og ungdom i klubben, skal ha gjennomført **Trenerattesten**, som er en elektronisk attest utviklet av Norges Idrettsforbund. Denne attesten sikrer at alle trenere og ledere har grunnleggende kunnskap om trygg og god barne- og ungdomsidrett.

Barneidrett (opp til 12 år)

Alle som har ansvar for barn, eller som er trenere for barn, skal kjenne til **Idrettens barnerettigheter** og **Bestemmelser om barneidrett**. All aktivitet for barn i Bjarg Håndball skal planlegges og gjennomføres i tråd med intensjonene i disse retningslinjene.

Det er styret i Bjarg IL oppnevner en **ansvarlig for barneidretten f**or hele Bjarg IL, i tråd med Lovnormens § 18, som følger opp at bestemmelsene etterleves.

Dette innebærer at:

- Aktiviteten skjer **på barnas premisser**
- Barna skal **ha det trygt**, både fysisk og sosialt
- Barna skal **ha venner og trives** i miljøet
- Barna skal **oppleve mestring** og utvikling gjennom lek og læring
- Barna får **påvirke egen aktivitet**
- Barna kan selv velge **om og hvor mye de vil konkurrere**

Bjarg Håndball vektlegger lek, allsidighet og variasjon i barneidretten. Vi ønsker at alle skal få prøve ulike posisjoner, lære å samarbeide og ha det gøy på trening og kamp.

Les mer her:

- Bestemmelser om barneidrett – Norges Idrettsforbund
- Idrettens barnerettigheter – Norges Idrettsforbund

Ungdomsidrett (13–19 år)

I ungdomsidretten ønsker Bjarg Håndball å skape **trygge og motiverende miljøer** der ungdom får utvikle seg videre – både som spillere og som mennesker. Vi skal gi et tilbud som passer **både for dem som vil satse i handballidretten, og for dem som ønsker å spille håndball for gleden og fellesskapet**.

Alle som er trenere for ungdom i klubben, skal kjenne til **retningslinjene for ungdomsidrett** og jobbe i tråd med disse.

Klubben og trenerne skal sørge for:

- At ungdom får **bli så gode som de selv vil**
- At det legges til rette for **både konkurranse og trivsel**
- At ungdom får **være med og bestemme over egen aktivitet**
- At ungdom får **bidra med det de kan** – som hjelpetrenere, dommere eller frivillige
- At ungdom får **kurs og utdanning** som gir utvikling og ansvar
- At treningsgruppen er robust til å gi **både bredde og satsing** en mulighet
- At det vektlegges **samarbeid på tvers** av årskull for å forberede for juniorlag
- At **treningsavgiftene er overkommelige** slik at alle kan delta

Bjarg Håndball ønsker å gi ungdommer ansvar og medvirkning. Vi oppmuntrer unge spillere til å engasjere seg i klubbarbeid, bidra på håndballskoler og ta kurs som trener eller dommer.

Les mer her:

- Retningslinjer for ungdomsidrett – Norges Idrettsforbund

Senior idrett

Toppidrett – 3. divisjon

Den sportslige satsingen i Bjarg Håndball er rettet mot klubbens øverste seniorlag som representerer det høyeste nivået i klubben. For jenter er dette 3.divisjon. For gutter er ambisjonen

å etablere et stabilt lag i 3.divisjon eller høyere. Seniorlaget skal være et **utviklingsmiljø for ambisiøse spillere** som ønsker å trene målrettet, konkurrere på høyt nivå og representere Bjarg på best mulig måte, samtidig som de kanskje ønsker å ta steg og komme seg opp på ett enda høyere nivå.

Hovedmål:

- Tilby et trenings- og kampmiljø med høy kvalitet og tydelige krav
- Utvikle spillere fra egne rekker og gi unge talenter mulighet til å ta steget opp
- Ha et kompetent trenerteam med tydelig plan for fysisk, teknisk og taktisk utvikling
- Bygge lagkultur basert på profesjonalitet, lagånd og klubbens verdier
- Være et forbilde for yngre spillere i klubben

Satsingslaget skal samtidig ha en **sterk forankring i klubben** – der spillere, trenere og støtteapparat representerer Bjarg sine verdier både på og utenfor banen. Klubben ønsker at spillere bidrar på klubbtiltak for aldersbestemte lag.

Bredde – håndball for glede og fellesskap

Bjarg Håndball ønsker også å gi et fullverdig tilbud til spillere som vil fortsette med håndball **for gleden, miljøet og aktiviteten**. Våre breddelag i seniorserien gir mulighet til å kombinere håndball med jobb, studier og familie – slik man vil, uten krav om høyt treningsvolum.

Hovedmål:

- Skape et inkluderende og sosialt miljø der alle føler seg velkommen
- Gi mulighet til å trene og spille kamper på et nivå som passer spillerne
- Legge vekt på trivsel, aktivitet og klubbfølelse
- Ha åpne lag som tar imot både tidligere spillere og nybegynnere
- Delta i lavere divisjoner og lokale turneringer med fokus på samhold og glede

En klubb – to veier

Bjarg Håndball skal være **ett fellesskap med to likeverdige veier**:

- En **toppidrettsvei** for de som vil satse og utvikle seg sportslig
- En **breddevei** for de som ønsker et sosialt og aktivitetsbasert tilbud

Uansett hvilken vei du velger – du er en del av **Bjarg-familien**. Bjarg Håndball samarbeider med andre klubber ved behov for å kunne ha begge veier åpne for gutter og jenter gjennom ungdom- og senior-idretten

Aktivitetsplan / terminliste

Bjarg Håndball deltar i en rekke serier, cuper og turneringer gjennom sesongen. Disse arrangementene er viktige arenaer for både **utvikling, mestring og klubbfølelse**, og gir spillerne gode opplevelser sammen på og utenfor banen.

Klubben legger vekt på å delta i arrangementer som passer for lagets alder, nivå og ambisjoner. Vi oppfordrer alle lag til å kombinere sportslig utvikling med sosiale opplevelser og fellesskap.

Våre faste turneringer og cuper

Bjarg håndball legger opp til at følgende arrangement som felles turneringer for klubben:

Arrangement	**Tidspunkt**	**Beskrivelse**
Åpningscupen	August / september	En sosial sesongstart for både spillere, trenere og foreldre. Fokus på fellesskap, håndballglede og oppstart av sesongen.
Beachhåndball	April / mai	Sesongavslutning for mange av lagene våre. Fokus er håndballglede, kreativitet og det sosiale.

I tillegg deltar lagene våre jevnlig i andre lokale og regionale cuper som arrangeres av nærliggende klubber.

Serie- og mesterskapsspill

Bjarg Håndball deltar i:

- **Regionale serier** for alle aldersklasser, organisert gjennom NHF Region Vest
- **Temaserien** for yngre lag (anbefales for alle lag i barne- og ungdomshåndballen)
- **Bringserien (J/G 16)** for lag som kvalifiserer til regionalt og nasjonalt nivå
- **Landsserien (J/G 18–20)** for lag på nasjonalt nivå
- **NM 20 (Junior-NM)** for ambisiøse lag som ønsker å delta i nasjonalt mesterskap

Klubben legger til rette for deltakelse i **Bring, Landsserien og NM 20** for lag som har sportslige ambisjoner, samtidig som vi sikrer at det alltid finnes et godt tilbud for breddelag på samme alderstrinn.

Klubbens arrangementer

Bjarg Håndball ønsker å skape **aktivitet, fellesskap og håndballglede** også utenfor den ordinære treningshverdagen. Gjennom året arrangerer klubben flere sosiale og sportslige aktiviteter som samler spillere, trenere, foreldre og frivillige på tvers av lag og alder.
Disse arrangementene er viktige for å bygge klubbkultur, styrke samholdet og vise frem håndballen som inkluderende og morsom for alle.

HaFo-cup

HaFo-cup (Håndball + Fotball) er Bjarg Håndballs største klubbarrangement og arrangeres hver vår. Dette er en sosial og morsom **internturnering** der spillere, foreldre og trenere møtes på tvers av lag og alder for å spille kamper i både håndball og fotball.

HaFo-cupen har blitt en **klubbtradisjon** og et høydepunkt for mange medlemmer.

Arrangør: Ungdomsutvalget (UU)
Tidspunkt: Våren (vanligvis i april/mai)
Deltakere: Spillere, foreldre, trenere og frivillige fra alle lag

Målet er med HaFo-cupen er å:

- Skape samhold på tvers av aldersgrupper
- Gi ungdommen ansvar gjennom planlegging og gjennomføring
- Bygge klubbkultur og frivillighetsglede

Andre klubbaktiviteter

I tillegg til HaFo-cupen arrangerer klubben gjennom året mindre arrangementer som:

- **Sesongåpning** med felles aktivitetsdag og presentasjon av lag
- **Håndballskoler** i skoleferiene
- **Klubbkvelder og sosialt samvær** på Stavollen
- **Trener- og foreldresamlinger** med faglig og sosialt innhold
- **Sesongavslutning / Vårfest** med premieutdeling og takk til frivillige

Disse arrangementene bidrar til å gjøre Bjarg Håndball mer enn bare trening og kamp – de bygger fellesskap, identitet og klubbglede.

Planlegging og retningslinjer

For større arrangementer planlegger klubben å utarbeide **egen arrangementsmanual**. Manualen skal beskrive planlegging, sikkerhet, oppgaver, økonomi og kommunikasjon slik at nye arrangører lett kan overta ansvaret i fremtiden.

Dersom arrangementet er **åpent for deltakere som ikke er medlem av klubb i NIF**, skal klubben sørge for at alle deltakere er underlagt **idrettens regelverk**, inkludert **idrettens dopingbestemmelser**.

Reise i regi klubben

Reiselederen har **overordnet myndighet og ansvar** for laget fra avreise til hjemkomst. Reiselederen kan være en trener, lagleder eller en forelder som har meldt seg som frivillig. Dersom flere voksne reiser med laget, skal det utpekes **én hovedansvarlig** reiseleder.

Reiselederen har ansvar for:

- Trygghet, trivsel og orden under hele reisen
- Kontakt med foreldre og klubb ved behov
- Oversikt over deltakerliste, kontaktinformasjon og eventuelle allergier
- Transport, måltider, overnatting og oppmøtetider
- At klubbens retningslinjer og verdier følges under reisen

Barn og ungdom på tur - Retningslinjer og verdier

- Bjarg Håndball ønsker at alle turer skal være preget av **trygghet, inkludering og godt fellesskap**. Reisene skal bygge klubbkultur og bidra til positive opplevelser – både sportslig og sosialt.
- Spillere og ledere på tur representerer **Bjarg Håndball**, og skal opptre i tråd med klubbens verdier. Lagene oppfordres til å reise i klubbtøy for å synliggjøre fellesskapet
- Alle **barn under 10 år** skal ha følge av foreldre eller foresatt dersom turen innebærer overnatting, med mindre annet er avtalt med laget og foreldrene.
- For barn og ungdom over 10 år skal det alltid være **tilstrekkelig voksenbemanning** i forhold til antall deltakere og kjønn.
- Det skal gjennomføres en **kort informasjonssamling** for spillere og foresatte i forkant av reisen, slik at alle kjenner til regler, opplegg og kontaktpersoner.

Til deg som er …

For at vi sammen skal skape et trygt, inkluderende og utviklende miljø, må alle som er en del av klubben – **spillere, foreldre, trenere, lagledere og dommere** – vite hva som forventes av dem. Alt vi gjør i Bjarg Håndball skal bygge på våre verdier: **Glede – Respekt – Utvikling – Samhold.** Disse verdiene skal kjennes igjen både på trening, i kamp, på tribunen og i dugnadsarbeidet.

Utøver

Som spiller i Bjarg Håndball skal du få oppleve mestring, trygghet og lagfølelse. Vi forventer at du:

- Møter presis og gir ditt beste på trening og kamp
- Viser **respekt** for trenere, lagkamerater, dommere og motstandere
- Bidrar til **samhold** i laget – vi heier på hverandre
- Tar ansvar for eget utstyr og oppførsel
- Bidrar på dugnader
- Husker at håndball skal være **gøy** – vi vinner og taper sammen

Alle utøvere skal kjenne til klubbens **verdier, visjon, aktivitetstilbud, medlemskap, dugnadsordninger** og **retningslinjer for oppførsel**. Bjarg håndball bruker **spillervettregler** for å understøtte disse prinsippene.

Foreldre og foresatte

Foreldre er en av klubbens viktigste ressurser – både som støttespillere for barna og som frivillige i klubbdriften. Vi ønsker foreldre som **støtter, oppmuntrer og viser respekt** for alle som bidrar.

Foreldre bør være kjent med:

- Hva klubben står for – **Glede, Respekt, Utvikling og Samhold**
- Aktivitetstilbudet og medlemskapet
- Forsikringer og politiattestordningen
- Dugnader og frivillig innsats
- Klubbens forventninger til foreldrerollen.

Våre forventninger til foreldre:

- Støtt barnet ditt og laget – uavhengig av resultat
- Oppmuntre til innsats og lagspill
- La trenerne få være trenere
- Vær en positiv representant for Bjarg på tribunen
- Delta i dugnader og bidra til fellesskapet

Les mer her:
Råd til idrettsforeldre – Olympiatoppen - foreldreguidepdf.pdf

Hovedtrener

Hovedtrener har det overordnede sportslige ansvaret for laget. Hovedtrener rapporterer til Sportslig Utvalg. Hovedtrener samarbeider med lagleder om organiseringen av aktivitetene som laget deltar i. Hovedtrener har ansvar for å sikre at alle spillere får et godt tilbud og ivaretas på en god måte. Alle eksterne hovedtrenere må ha en skriftlig kontrakt med klubben.

Hovedtrener skal bidra til å bygge klubbkultur og ta del i initiativ på tvers av årskull, samt legge til rette for deltakelse på felles klubbtreninger.

Hovedtrener skal være kjent med:

- Bjarg håndball sitt verdigrunnlag
- Bjarg IL sine lover
- Bjarg håndball sin sportsplan
- Barneidrettsbestemmelsene og retningslinjer for ungdomsidrett fra Norges idrettsforbund
- medlemskap
- lisens og forsikringer
- politiattest
- trenerattesten
- kompetansetilbud for trenere

Hovedoppgaver:

Hovedtrener skal:

- I forkant av hver sesong sette sportslige og sosiale mål for laget i samsvar med Bjarg Håndball sin sportsplan
- Planlegge og gjennomføre treninger i samsvar med Bjarg Håndball sin sportsplan
- Lede treningene i samarbeid med eventuelle hjelpetrenere
- Lede laget under kamper og turneringer
- Møte i god tid til trening og kamp
- Gjennomføre trenerattesten
- Holde seg faglig oppdatert og skaffe nødvendig kompetanse
- Ha dialog og samarbeid med foreldre
- Bidra i trenergruppen og møter i trenerforum i regi av Bjarg håndball
- Følge gjeldende regelverk.
- Representere Bjarg håndball på en god måte og sikre at både egen og utøvernes/lagets opptreden er i samsvar med Bjarg håndball sine verdier og retningslinjer

Les mer her:

- Mal på arbeidsavtale fra Norges Idrettsforbund
- Informasjon om trenerutdanning fra Norges Idrettsforbun
- Informasjon om trenerattesten

Lagleder

Laglederen er lagets organisator og klubbens forlengede arm ut mot foreldre og spillere. Rollen handler om å **skape struktur, trygghet og flyt i lagets hverdag**. Lagleder har også ansvar for lagskassen.

Laglederrollen er en administrativ rolle og krever ingen håndballkunnskaper. Det sportslige ansvaret ligger hos hovedtreneren.

Laglederen skal kjenne til klubbens **verdier, sportsplan og foreldrevettregler**, og bidra til at laget fremstår som en del av **Bjarg-fellesskapet**.

Lagledere skal være kjent med:

- Bjarg håndball sitt verdigrunnlag
- Bjarg IL sine lover
- Bjarg håndball sin sportsplan
- Barneidrettsbestemmelsene og retningslinjer for ungdomsidrett fra Norges idrettsforbund
- medlemskap
- lisens og forsikringer
- politiattest

Hovedoppgaver:

Laglederen skal:

- Organisere og innkalle til klubbdugnader
- Vedlikeholde medlemsliste for laget
- Arrangere foreldremøte minimum en gang per sesong.
- Gå igjennom fair play-regler og foreldrevettregler med alle spillere og foresatte
- Møte på lagleder- og allmannamøter i regi av Bjarg håndball
- Melde på til cuper, stevner og turneringer
- Bemanne sekretariat til alle hjemmekamper
- Bemanne kiosk/billett/fairplay-vakt når laget har arrangementsansvar i Bjarghallen eller Zinken Hopp
- Ved behov omberamme kamper
- Administrere reiser i forbindelse med cuper
- Følge opp at alle spiller som er 13 år eller eldre har gyldig lisens

Dommer

Dommere er en viktig del av håndballmiljøet og skal oppleve trygghet, støtte og respekt. Bjarg Håndball skal rekruttere, utvikle og følge opp egne dommere på alle nivåer. Dommerne har ansvar for å sikre en god gjennomføring av kamper/konkurranser.

Dommere skal være kjent med

- Bjarg håndball sitt verdigrunnlag
- Bjarg IL sine lover
- krav til dommere på ulike nivåer
- medlemskap
- lisens og forsikringer
- klubbens retningslinjer og forventninger til dommere

Les mer her:

- Temaside for dommere fra Norges Idrettsforbund
- Ta dommerattesten fra Norges Idrettsforbund

Kommunikasjon og informasjon

Bjarg håndball informerer målgruppene gjennom:

- **Informasjon** på klubbens nettside og Spond
- **Trenermøter og foreldremøter** gjennom sesongen
- **Nyhetsbrev og oppslag** på klubbens digitale kanaler

All kommunikasjon skal være **åpen, inkluderende og i tråd med klubbens verdier**.

Sosiale medier

Bjarg håndball lagskontoer på sosiale medier er kun tillatt for spillere 15 år og eldre. Slike lagskontoer skal være i regi av lagleder/trener, og disse skal ha tilgang og admin-rettigheter til kontoen. Ved bruk av slike kontoer skal innholdet samsvare med verdiene i Bjarg - Glede- respekt – utvikling – samhold. Bruk av bilder/filmer på sosiale medier skal alltid godkjennes av de personene som er avbildet/filmet.

Klubbdrift

Bjarg Håndball skal være en **velfungerende og bærekraftig klubb**, med tydelige roller, god kommunikasjon og en struktur som gjør det enkelt å være frivillig, spiller, trener eller forelder. Vi ønsker at alle som bidrar i klubben skal vite **hva de skal gjøre, hvem de samarbeider med og hvorfor det er viktig**.

Årshjul

Informasjon kommer i neste revisjon.

Kurs og utdanning

Bjarg Håndball ønsker å være en **lærende klubb**, der kunnskap og erfaring ikke stopper hos den enkelte, men **deles og brukes til å løfte hele miljøet**. Vi oppmuntrer alle som tar kurs eller får ny erfaring til å bringe læringen tilbake til klubben – gjennom møter, samtaler, trenerforum eller små forbedringer i hverdagen.

Bjarg Håndball ønsker å legge til rette for at **trenere, dommere, ledere og frivillige** skal utvikle seg i rollene sine. Vi tror på at **kompetanse skaper trygghet**, og at trygge og engasjerte mennesker gir barn og ungdom bedre opplevelser i idretten.

Interne kurs og opplæring

Klubben tilbyr flere former for intern kompetansebygging:

- **Klubbkvelder og temakvelder** for trenere, dommere og ledere
- **Trenerforum** for deling av erfaring og faglig utvikling
- **Dommerkvelder** for oppdatering og veiledning
- **Trygg på trening** – introduksjon til klubbens verdier og retningslinjer
- **Frivillighetsopplæring** for foreldre og støtteapparat

Disse tiltakene skal bidra til at vi **lærer sammen, deler erfaringer og utvikler klubbkulturen**.

Eksterne kurs og utdanning

Bjarg Håndball kan, etter søknad, dekke deltakeravgifter for kurs i regi av:

- **Norges Håndballforbund Region Vest** – trener- og dommerkurs, barneidrett, temakurs og keeperutvikling
- **Norges Idrettsforbund / Vestland Idrettskrets** – lederutvikling, frivillighetsledelse, trygg idrett og klubbdrift.

Alle kurs og utdanningstiltak som Bjarg Håndball dekker, skal **godkjennes av styret før påmelding**. Dette sikrer at klubben har oversikt over hvem som deltar, og at kompetansen brukes på en måte som kommer hele klubben til gode.

Når klubben støtter et kurs eller en utdanning, forventer vi at deltakeren **bidrar tilbake** til fellesskapet.

Eksempler:

- Har du tatt dommerkurs, dømmer du kamper i klubben eller hjelper til med å rekruttere nye dommere.
- Har du tatt trenerkurs, deler du erfaringer i trenerforum eller veileder yngre trenere.
- Har du deltatt på lederkurs, bruker du kunnskapen i utvalg, prosjekter eller veiledning av nye frivillige.

Dette handler ikke om krav – men om **samhold og gjensidighet**: Vi lærer for hverandre, ikke bare for oss selv.

Mål for kompetansearbeidet

Bjarg Håndball skal være en klubb der:

- Alle trenere har **Trenerattest** og får mulighet til å utvikle seg videre
- Dommere og ledere får **trygghet og oppfølging i sine roller**
- Frivillige får **innføring og støtte** i sine oppgaver
- Vi deler erfaringer på tvers av roller og alder
- Klubben utvikler seg som **et lærende fellesskap**

Samarbeid med andre klubber

Ved behov samarbeider Bjarg med andre klubber. Det er styret i Bjarg håndball som beslutter om slikt samarbeid skal inngås, og det skal alltid skrives avtaler som regulerer og rammer inn samarbeidet.

Medlemshåndtering

Per dags dato bruker vi *klubbAdmin* til å håndtere medlemmene, men dette kan endre seg i nærmeste fremtid

Dugnad og frivillig arbeid

Bjarg Håndball drives i hovedsak av frivillige. Foreldre, foresatte, spillere og støttemedlemmer bidrar med tid, innsats og engasjement – uten å motta lønn. Denne frivillige innsatsen er **grunnmuren i klubben** og gjør det mulig å tilby gode aktivitetstilbud til lavest mulig kostnad for medlemmene.

Frivillighet og regler

I norsk idrett er det **ikke lov å pålegge noen å delta på dugnad**. Deltakelse skal være frivillig, men klubben kan **oppfordre alle medlemmer og foreldre til å bidra** – fordi dugnadsinnsatsen har stor betydning for fellesskapet og bidrar til å holde medlemsavgiften så lav som mulig. Dugnaden er ikke en plikt, men en **mulighet til å bidra** til at barn, ungdom og voksne får oppleve idrettsglede i Bjarg.

Frivillig arbeid gjennom dugnad er en avgjørende ressurs for Bjarg Håndball og er helt nødvendig for at medlemmene skal kunne få et godt aktivitetstilbud og at medlemsavgiften skal kunne holdes nede. Dugnadsarbeidet bør oppleves som sosialt, gøy og frivillig, og vil da kunne bidra til å styrke fellesskapet i idrettslaget. Bjarg Håndball vil oppfordre til å stille på dugnad, bidra på lodd/produktsalg til det beste for klubbens medlemmer.

Dugnadsarbeidet gjør at Bjarg Håndball kan:

- Melde på lag i serien
- Betale dommerne for dømming av kampene
- Holde **treningsavgifter og kontingenter nede**
- Kjøpe inn nødvendig **utstyr og drakter**
- Arrangere **kamper, turneringer og håndballskoler**
- Bidra til et **godt klubbmiljø** og fellesskap
- Gjøre klubben mer **bærekraftig og selvstendig**
- **Hallavgift** for at vi skal kunne trene i hall

Dugnadsarbeid gir mange gode opplevelser og en følelse av å bidra til fellesskapet. Din innsats blir satt stor pris på – både av laget ditt og hele Bjarg Håndball. I Bjarg Håndball ønsker vi å bygge en **frivillighetskultur** basert på våre verdier:

- **Glede** – dugnad skal være sosialt, meningsfullt og gøy
- **Respekt** – alle bidrag teller, og vi verdsetter forskjellig innsats
- **Utvikling** – dugnad gir erfaring, ansvar og fellesskap
- **Samhold** – vi gjør det sammen, for **klubben vår**

Bjarg håndball er underlagt Norges Idrettsforbund (NIF). NIF er en organisasjon som er tuftet på frivillig innsats. De fleste idrettslag arrangerer derfor dugnader der medlemmene eller foreldre deltar. Dugnad sparer idrettslaget for utgifter som ellers måtte vært dekket av medlemmer.

Retningslinjer for dugnader i Bjarg Håndball

Klubbdugnader

Inntektene som Bjarg håndball får fra klubbdugnadene brukes til felles klubbformål som leie av treningsflater, hall, utstyr, dommere/trenerutgifter og sportslig utvikling.

Ved gjennomføring av følgende klubbdugnader tilfaller inntektene i sin helhet til Bjarg Håndball:

- Kioskvakter, sekretariat, fairplayvakt, vakt for inngangsbillett, baking, ifb. ulike arrangement, loddsalg.
- Ulike dugnadsroller ifb. arrangement som Bjarg Håndball gjennomfører, som for eksempel egne turneringer og store merkedager.

For andre klubbdugnader som Bjarg håndball organiserer, vil inntektene som det enkelte lag genererer til dugnaden bli fordelt 50/50 mellom laget og håndballgruppen. Det betyr at 50% av inntekten går til håndballgruppen, og 50% til de utøverne fra laget som deltar på dugnaden. De 50% som går til laget, blir likt fordelt mellom de utøverne som deltar på dugnaden. Eksempler på slike klubbdugnader er:

- Avinor pantedugnad
- Produktsalg

Lagsdugnader

Det enkelte lag kan gjennomføre egne lagsdugnader, men følgende begrensinger gjelder:

- Lagsdugnader kan ikke konkurrere med klubbens dugnader.
- Lagsdugnader kan ikke gjennomføres i periodene Bjarg håndball arrangerer sine klubbdugnader.
- Dersom et lag kollektivt velger å ikke stille på klubbdugnader, så kan man ikke gjennomføre lagsdugnader. Vi er en klubb, og laget er en del av klubben.

Alle inntekter fra lagsdugnader tilfaller laget i sin helhet. Midlene skal brukes til lagets egne aktiviteter som turneringer, reiser, utsyr eller sosiale tiltak.

Før gjennomføring av lagsdugnad må følgende gjøres:

- Dugnad må avtales og kommuniseres ut til laget på forhånd slik at spillerne/foreldre vet formålet med dugnaden, hva pengene er ment å gå til og når.
- Det må også informeres/avtales på forhånd til laget/foreldre om dugnadsinntekten er knyttet opp mot enkeltspillere eller om det skal deles på alle på laget uavhengig av om alle deltar eller ikke. For eksempel kan spillere som deltok på dugnad få redusert egenandel på turnering, mens de som ikke deltok, betaler full pris. Lagleder har her et ansvar for at alle som vil, får anledning til å delta på dugnaden.

Eksempler på dugnader som kan gjennomføres som lagsdugnader:

- Innsamling av flasker

- Boss rydding
- Spondlotterier
- Salgsdugnader
    - Nordkak, kort, salg av toalettpapir mv.

Dersom man er usikker, ta kontakt med dugnadsansvarlig i Bjarg håndball for en avklaring før en setter i gang med en dugnad.

Politiattester

Klubben krever politiattest av alle ansatte og frivillige som skal utføre oppgaver for klubben som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige eller mennesker med utviklingshemming. Det er to viktige overordnede grunner til at norsk idrett har innført en ordning med politiattest:

- Seksuelle overgrep mot barn er totalt uforenlig med idrettens verdigrunnlag.
- Norsk idrett skal være et trygt sted å være for barn, og et trygt sted for foreldre å sende sine barn.

Les mer her: Informasjon om politiattest for idrettslag fra Norges Idrettsforbund. Her finnes skjemaer og beskrivelse av prosedyren for håndteringen av ordningen med politiattest.

Klubbens antidopingarbeid

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

Les mer her: Informasjon om rent idrettslag fra Antidoping Norge

Forsikringer

Alle barn som er medlemmer av lag tilsluttet NIF, er forsikret gjennom Norges Idrettsforbund frem til den datoen de fyller 13 år. For spillere som er 13 år og eldre må det i tillegg betales spillerlisens til Norges håndballforbund.

Les mer her: Lisens og forsikring | handball.no