

Amerikansk
fotball

Cheerleading

Disksport

Lacrosse



NORGES AMERIKANSKE IDRETTERS FORBUND

NAIF

Infopakke

2023

1. jan 2023 trådte ny
forsikringsavtale i kraft for
lisenstakere i NAIF.

*Har din klubb lest de nye
forsikringsvilkårene?*

Se side 7



I dette
dokumentet ligger
ressurser til bruk i
klubbhverdagen.



Idrettens varslingskanal er
implementert i særforbund og
mange idrettslag.

Har din klubb MittVarsel?

Se side 9

Strømming av barne- og
ungdomsidretten har vært et
omdiskutert tema siden
pandemien.

*Er klubben oppdatert om hva
som gjelder?*

Se side 12



INNHold

Antidoping	3
Arrangement	4
Barneidrettsbestemmelsene	5
Fair play og andre hjelpsomme retningslinjer	6
Forsikring for lisensierte medlemmer	7
Idrettsglede for alle – økonomi, inkludering, rekruttering, m.m	8
Økonomiske barrierer – Informasjon og tips	8
Økonomiske barrierer – Alle med	8
Inkludering i idrettslag	8
Bli MED-brosjyren: Idrettens rekrutteringsbrosjyre	8
Tips mot frafall	8
Tips til rekruttering av unge frivillige	8
Mitt varsel – idrettens felles varslingskanal	9
Mobbing, trakassering, og diskriminering	10
Paraidrett	11
Politiattest	12
Strømming av barne- og ungdomsidrett	13
Sunn Idrett	14
Trenerattesten	15
Ungdomsidrett: Retningslinjer og andre tips	16
BONUS - rabatter	17



ANTIDOPING

Les om dette på våre nettsider her: <https://amerikanskeidretter.no/forbund/temasider/ren-idrett/>

Antidoping er et veldig viktig tema for alle som driver med idrett. Dialog og informasjon er virkemidlene for å holde våre idretter rene.

Vi oppfordrer alle våre aktive utøvere, samt frivillige, foreldre og tillitsvalgte involvert i våre idretter til å gjennomføre «Ren utøver». Dette er et interessant og informativt e-kurs som gjøres av enkeltpersoner på Antidoping Norge sine hjemmesider. Det tar ca. 30 min å fullføre og deltaker får tilsendt sertifikat som bevis på at man har gjennomført. Kurset gir innblikk i rettigheter og ansvar du har som aktiv i et idrettslag.

Les mer her: <https://antidoping.no/ren-idrett/ren-utover/>

Rent idrettslag! At våre medlemsklubber blir sertifisert som Rent IL er en svært sentral del av forbundets handlingsplan for antidoping. Nå er prosessen blitt enklere for idrettslaget og vi ber våre medlemsklubber sertifisere seg. Og når din klubb er sertifisert – bank på døren hos naboklubben og oppfordre dem til å gjøre det også. Rent IL betyr kunnskap, forståelse – og en plan i klubben for forebyggende antidopingarbeid. Takk for innsatsen til alle klubber.

Antidoping Norge er en norsk stiftelse som jobber for ren idrett og et dopingfritt samfunn ved å drive forebyggende-, forskings- og informasjonsarbeid, samt gjennomføre dopingkontroller. I Norge er alle tilknyttet vårt forbund forpliktet til å følge Antidoping Norge sine regler og retningslinjer. For utøvere som er avhengig av medisiner er det fra 1.1.21 en ny forskrift for dette med fritak. Les mer her: <https://www.antidoping.no/medisinsk/medisinsk-fritak-tue>

Generelt kan man si at utøvere som ikke er på landslag i amerikansk fotball eller cheerleading eller skal delta i EM/VM, ikke trenger å søke om fritak før Antidoping Norge ber om det etter en dopingkontroll.

Spørsmål om antidoping? Ta kontakt på naif@amerikanskeidretter.no

Finn retningslinjer, andre ressurser og mer informasjon her: <https://antidoping.no>



ARRANGEMENT

Les om dette på våre nettsider her:

<https://amerikanskeidretter.no/forbund/temasider/arrangement/>

Vi bruker ordet «arrangement» om hendelser utenom ordinær aktivitet i klubben, enten det kun skjer i eget idrettslag eller med flere.

Et arrangement kan for eksempel være en treningskamp, felles kveldsmat i klubbhuset, eller en nasjonal konkurranse. Vi kan si at et arrangement er en hendelse som krever mer/annerledes planlegging enn vanlig trening, men ettersom noen arrangementer etter hvert blir rutine (slik som foreldremøter eller juleavslutninger) trenger det ikke å være vanskelig å gjennomføre. Planleggingen av et arrangement kan etter hvert gå nesten automatisk når man har forberedt et godt planverk.

NAIF har en del maler og håndbøker for arrangementer. Som medlemsklubb kan disse brukes fritt til små og store arrangementer – alt ligger tilgjengelig på vår nettside.

Har klubben spørsmål, eller er interessert i en samtale eller tips om hvordan man kan løse planlegging og gjennomføring av sitt arrangement? Ta kontakt på naif@amerikanskeidretter.no



BARNEIDRETTSBESTEMMELSENE

Les om dette på våre nettsider her:

<https://amerikanskeidretter.no/forbund/temasider/barneidrett/>

Barneidrett er idrettsaktivitet for barn til og med det året de fyller 12 år. Idrettens barnerettigheter gjelder for alle barn, uten forskjellsbehandling og uten hensyn til barnet og dets foreldres kjønn, etniske bakgrunn, livssyn, seksuelle orientering, vekt/fysiske utvikling og funksjonshemming.

Barn skal få en positiv opplevelse hver gang de er på trening eller i annen aktivitet. I idretten skal barna ha det sosialt, føle seg trygge, ønske å prøve nye ting, og ikke være redde for å feile.

Alle idrettstilbud for barn skal være åpne for alle som ønsker å være med. Aktivitetene bør, så langt det er mulig, foregå i barnets nærmiljø. Det sparer både tid og penger – og skaper lokalt samhold.

- Hentet fra: <https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/>

Last ned brosjyren om idrettens barnerettigheter og bestemmelser for barneidrett her:

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/bestemmelser-om-barneidrett/>

Meningen med disse barneidrettsbestemmelsene er ikke å hindre aktivitet, men å ivareta barnas utvikling, mestring og idrettsglede. Dette er føringer og retningslinjer vedtatt av idrettsnorge ved Idrettstinget og skal bidra til å skape god aktivitet for det enkelte barn. Derfor er det viktig at styret, trenere, lagledere og foreldre er oppmerksomme på disse bestemmelsene. NIF har laget flere gode filmer som informerer om de ulike reglene. Disse kan for eksempel vises på møter i klubben og for foreldre for å opplyse om bestemmelsene.

Hvert idrettslag som organiserer aktivitet for barn, skal ha en **barneidrettsansvarlig** – enten en tillitsvalgt eller en ansatt. Dette er sentralt for å følge opp og sikre at idrettslaget ivaretar barna og deres rettigheter. Det er også viktig å ta inn over oss at dette dreier seg om vår hverdag – store deler av medlemsmassen i cheer og amerikansk fotball er i aldersgruppen som omfattes av barneidrettsbestemmelsene. Det betyr at vi, sammen, må legge til rette for denne gruppen.

Det gis ingen dispensasjon fra barneidrettsbestemmelsene fordi de er på plass for å sikre flertallet, det er imidlertid mulighet for geografisk tilpasning for bedre konkurransetilbud i landsdeler der det, for eksempel, er kortere reisevei til konkurranser i naboland enn konkurranser nasjonalt. Ta kontakt med forbundet dersom det er aktuelt for deres klubb.

Finn filmene, andre ressurser og mer informasjon her:

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/>



FAIR PLAY OG ANDRE HJELPSOMME RETNINGSLINJER

Les om dette på våre nettsider her: <https://amerikanskeidretter.no/forbund/temasider/fair-play>

Fair play handler om respekt – respekt for hverandre, respekt for innsats og respekt for ulikheter.

Fair play er et samlebegrep vi bruker når vi snakker om holdnings- og verdiarbeid. Fair play er en del av grunnlaget for idrettsglede ved at det er retningsgivende for hvordan vi utfører handlinger og uttrykker holdninger, både i det sportslige og utenom. Fair play gjør oss bevisst på hvordan ord, kroppsspråk og handlinger påvirker andre og påvirker miljøet vi befinner oss i.

Last ned NAIF Fair Play-plakat her: <https://amerikanskeidretter.no/wp-content/uploads/fairplay.pdf>

Retningslinjer kan være nyttige verktøy for klubben.

Det finnes flere gode eksempler på etablerte retningslinjer i idretten. Retningslinjer trenger ikke å være strenge eller negative, og kan brukes som effektive verktøy for å forsterke klubbidentitet og gode holdninger. Slike interne retningslinjer kan for eksempel inneholde referanser til verdier klubben mener er viktig – som respekt og åpenhet.

Her kan vi blant annet vise til Olympiatoppen sin «Foreldreguide», som er utviklet for å gi råd om hvordan foreldre kan bidra i barns idrettsmiljø på en positiv måte. Andre retningslinjer som kan være nyttige for idrettslag å vurdere er en trenerhåndbok, veileder for reiseledere, retningslinjer for oppførsel på tribunen, instruksjoner for utøvere, osv.

NIF har maler med forslag til slike retningslinjer under «Interne retningslinjer» her: <https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/klubbhandboka/>



FORSIKRING FOR LISENSIERTE MEDLEMMER

Les om dette på våre nettsider her: <https://amerikanskeidretter.no/forbund/klubbdrift/lisens-og-forsikring/>

Ny forsikringsavtale fra 01.01.2023

Alle som er lisensiert gjennom NAIF er dekket av Idrettsforsikring hos Gjensidige. De som betaler for utvidet forsikring, har kortere ventetid.

Vi oppfordrer alle klubber til å se gjennom forsikringsbeviset som ligger på Gjensidige sine nettsider her: <https://www.gjensidige.no/meld-skade/idrettsforsikring>

Husk at man alltid må melde inn saken FØR behandling startes. Straks saken er meldt, får man beskjed om veien videre i skadesaken.

Slik bruker du forsikringen:

1. Gå inn på: <https://www.gjensidige.no/meld-skade/idrettsforsikring>
2. Logg inn med BankID og velg forbundet ditt
3. Svar på spørsmål om hva som har skjedd
4. Straks du har meldt saken, får du viktig informasjon om veien videre i skadesaken din

Du kan når som helst skrive til skadebehandleren din og laste opp dokumenter ved å logge inn – også hvis en pågående sak står som ferdigbehandlet. Gjelder det en ny skadehendelse, kan du melde inn en ny sak.

Spesielt viktig informasjon om den nye forsikringsavtalen:

- **Alle spørsmål om forsikring og skade skal gå direkte til Gjensidige: 915 03 100**, eller Idrettens skadetelefon: 987 02 033 (dersom man har utvidet forsikring)
- **All behandling må godkjennes i forkant av Gjensidige.**
- **Det er forskjell i hvilke behandlinger som dekkes nå sammenliknet med før.**
- **Forsikringen dekker ikke behandling hos lagets terapeut eller terapeut som laget har avtale med**, og som er lønnet av laget/klubben.
- **Forsikringen dekker kun behandling i Norge.** Avtalen dekker skader oppstått i hele verden, men behandlingen må foregå i Norge. Må man på sykehus utenfor Norge fordi man skader seg, dekkes dette av den enkeltes reiseforsikring.



IDRETTSGLEDE FOR ALLE – ØKONOMI, INKLUDERING, REKRUTTERING, M.M

Les om dette på våre nettsider her: <https://amerikanskeidretter.no/forbund/temasider/>

I idretten skal vi ivareta de som ønsker å være med og jobbe for å inkludere alle – på tvers av bakgrunn, språk, økonomisk tilstand, kjønn, kultur, legning, religion og andre faktorer.

Dette er viktig arbeid, men det er også omfattende og utfordrende. Idretten har noen verktøy og tips til hvor man kan begynne og hvordan man kan gå frem. Se linker til ressurser under.

Og om din klubb har noen gode tips – ta gjerne kontakt med oss slik at vi kan dele på erfaringene, naif@amerikanskeidretter.no

Ressurser og mer informasjon her:

ØKONOMISKE BARRIERER – INFORMASJON OG TIPS

<https://amerikanskeidretter.no/forbund/temasider/okonomiske-utfordringer-alle-med/>

ØKONOMISKE BARRIERER – ALLE MED <http://www.allemed.no/>

INKLUDERING I IDRETTSLAG <https://www.idrettsforbundet.no/tema/inkludering-i-idrettslag/>

BLI MED-BROSJYREN: IDRETTENS REKRUTTERINGSBROSJYRE, finnes på flere språk

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/inkludering/filmer-og-verktoy/>

TIPS MOT FRAFALL [https://www.idrettsforbundet.no/Nyhet/--bruk-heller-penger-pa-](https://www.idrettsforbundet.no/Nyhet/--bruk-heller-penger-pa-idrettsungdom-som-er-i-ferd-med-a-slutte/)

[idrettsungdom-som-er-i-ferd-med-a-slutte/](https://www.idrettsforbundet.no/Nyhet/--bruk-heller-penger-pa-idrettsungdom-som-er-i-ferd-med-a-slutte/)

TIPS TIL REKRUTTERING AV UNGE FRIVILLIGE [https://www.idrettsforbundet.no/blogg/fem-tips-](https://www.idrettsforbundet.no/blogg/fem-tips-til-rekruttering-av-unge-frivillige/)

[til-rekruttering-av-unge-frivillige/](https://www.idrettsforbundet.no/blogg/fem-tips-til-rekruttering-av-unge-frivillige/)



MITT VARSEL – IDRETTENS FELLES VARSLINGSKANAL

Les om dette på våre nettsider her: <https://amerikanskeidretter.no/trygg-idrett/>

Trygg Idrett – informasjon om varsling og varslingsportalen MittVarsel

I Norges amerikanske idretters forbund skal alle være trygge. Derfor ønsker vi at du sier ifra dersom du opplever noe som er et brudd på vårt reglement, etiske leveregler og retningslinjer. Vi ønsker å få vite om kritikkverdige forhold hos oss og er takknemlige for at du sier fra om du har opplevd eller vært vitne til uønskede hendelser, handlinger eller oppførsel. I NAIF tar vi alle varsler om kritikkverdige forhold på alvor.

Du kan si fra om hendelser eller handlinger som du selv har opplevd, har direkte kjennskap til, har oppdaget, eller har hørt om fra andre.

For eksempel kan du varsle om:

- underslag av penger
- trakassering fra trener
- mobbing fra andre utøvere
- jukking i konkurranser
- rasistiske utrop
- diskriminerende oppførsel

NAIF oppfordrer alle medlemsklubber til å opprette bruker i portalen MittVarsel - sett i gang så snart som mulig! For fleridrettslag er det hovedstyret som skal ha bruker – vi anbefaler at grupper i fleridrettslag løfter dette til hovedstyret dersom bruker i MittVarsel ikke er på plass.

Det er en enkel fremgangsmåte for å komme i gang og MittVarsel kan bidra til at alle medlemmer i idrettslaget kan kjenne seg trygge og ivaretatt i en varslingsprosess. Her får både varslere og saksbehandlere et verktøy som er enkelt og intuitivt, systemet sikrer trygg oppbevaring av sensitive personopplysninger, og man finner gode informasjonssider man kan støtte seg på.

For å få opprettet portal må idrettslagets representant/saksbehandler delta på et kort kurs – det er foreløpig satt opp månedlige kurs ut 2023. **Påmelding til kurs skjer på minidrett.nif.no – søk opp «Mitt varsel» for å få opp alle kommende kursdatoer.**



MOBBING, TRAKASSERING, OG DISKRIMINERING

Les om dette på våre nettsider her: <https://amerikanskeidretter.no/forbund/temasider/mobbing-trakassering-diskriminering/>

Bunlinjen er at Norsk idrett har nulltoleranse for alle typer trakassering og overgrep.

NAIF oppfordrer idrettslag til å ta opp disse temaene jevnlig i klubben. Snakk med utøvere, trenere, og alle andre som er involvert i klubbens aktivitet. Det er viktig å være bevisst på at det er store mørketall rundt mobbing, trakassering og overgrep, og å være bevisst på at det er sannsynlig at noe foregår i egen klubb. Snakk sammen om det og bli enig om regler, prosedyrer og retningslinjer.

Mobbing er ei negativ handling frå ein eller fleire, retta mot ein annan. Denne negative handlinga blir gjenteken, går føre seg over tid, og kan på denne måten bli ei systematisk krenking. Det er den som vert mobba som har rett til å definere om ein har blitt utsett for ei krenking, og det er trenarar og leiarar sitt ansvar å ta denne opplevinga på alvor.

Norges idrettsforbund har laga råd og tips på korleis du som trenar eller leiar skal forholde deg til mobbing og korleis du skal ta tak i ein mobbesituasjon.

Les mer her: <https://www.idrettsforbundet.no/tema/mobbing/>

Diskriminering er handlinger som direkte eller indirekte fører til forskjellsbehandling på bakgrunn av en persons kjønn, funksjonsevne, etnisitet, religion eller livssyn, seksuelle orientering, kjønnsidentitet, kjønnsuttrykk eller andre diskrimineringsgrunnlag. Rasisme er diskriminering basert på personens etnisitet, nasjonale opprinnelse, avstamning, hudfarge eller liknende.

Les mer her: <https://www.idrettsforbundet.no/tema/rasisme-og-diskriminering/>

Seksuell trakassering og overgrep skal ikke skje i idretten, og er direkte i strid med idrettens visjon om idretts glede for alle. Likevel vet vi at seksuell trakassering og overgrep skjer i idrettssammenheng, ofte uten at det blir rapportert, håndtert og reagert på.

Norsk idrett har nulltoleranse for enhver form for diskriminering og trakassering. Dette betyr at det alltid skal reageres på slike handlinger. Denne veilederen skal gjøre det enklere å rapportere, håndtere og reagere på seksuell trakassering og overgrep.

Les mer her: <https://www.idrettsforbundet.no/tema/seksuell-trakassering-og-overgrep/>

Idrettens retningslinjer mot seksuell trakassering og overgrep:

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/seksuell-trakassering-og-overgrep/retningslinjer/>



PARAIDRETT

Les om dette på våre nettsider her:

<https://amerikanskeidretter.no/forbund/temasider/paraidrett/>

Paraidrett handler om at idretts glede er for alle, det handler om å inspirere til et aktivt liv uavhengig av funksjonsgrad, og det handler om fellesskapet vi bygger sammen i idretten.

Ifølge NIF er det over 11.000 personer med ulike funksjonsnedsettelse som er medlemmer i idrettslag i Norge i dag. Disse er ikke bare aktive utøvere, men bidrar også som trenere og lagledere, i klubbstyre og komiteer. NIF og flere idrettskretser har egne fagansatte som jobber med å støtte klubber i arbeidet med tilrettelegging og tilpassing av aktivitet for personer med funksjonsnedsettelse. Disse kan man ta kontakt med her: <https://www.paraidrett.no/om-idrett/kontakt-oss/kontaktpersoner/>

I NAIF skal ikke funksjonsnedsettelse sette begrensninger for engasjement, og vi oppfordrer alle som ønsker å drive med våre idretter om å ta kontakt med sin nærmeste klubb.

For informasjon og tips til aktivitet, tilrettelegging m.m. Se her:

<https://www.paraidrett.no/aktivitetsmateriellepublikasjoner/>

Paraidrett brukes i dagligtalen i Norges idrettsforbund (NIF) som overordnet betegnelse for fagfeltet, i stedet for «idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse».

Para i denne sammenhengen kommer av para som i «parallell» og «ved siden av», som eksempelvis Paralympics er «ved siden av» Olympiske leker. NIF vil at paraidrett skal være et begrep for idrett som utøves parallelt og likeverdig med annen idrett.

Seksjonen har fire målgrupper: bevegelseshemmede, hørselshemmede, synshemmede og utviklingshemmede.

- Hentet fra: <https://www.paraidrett.no/om-idrett/om-paraidrett/>



POLITIATTEST

Les om dette på våre nettsider her:

<https://amerikanskeidretter.no/forbund/klubbdrift/#politiattest>

Fremvisning av politiattest i idrettslaget er med på å sikre at idretten er et trygt og godt sted for alle.

Har dere mindreårige eller personer med utviklingshemming i klubben? I så fall er det viktig at klubben passer på at de som skal jobbe i direkte kontakt med disse gruppene har vist politiattest.

Alle som utfører oppgaver som innebærer et **ansvars- eller tillitsforhold** overfor mindreårige eller personer med utviklingshemming skal fremvise politiattest til klubben. Idretten krever fremvisning av politiattest uten anmerkninger fra personer over 15 år som har oppgaver som beskrevet ovenfor.

Hovedstyret i idrettslaget har ansvaret for politiattestordningen, og skal utnevne en person som er ansvarlig for innhenting og oppfølging. Vedkommende skal ha en personlig vara. Dette skal gjøres gjennom et styrevedtak, slik at det kan dokumenteres hvem som til enhver tid har og har hatt dette ansvaret.

Oppgaver – steg for steg:

- **For politiattestansvarlig:**
 - Idrettslaget må avgjøre hvilke funksjoner/oppgaver som krever politiattest, og lage en oversikt over alle personer som er omfattet av ordningen. [Klikk her](#) for mer info.
 - Politiattestansvarlig skal fylle ut [følgende skjema](#), og sende dette til de personene som skal fremvise attest sammen med [denne linken](#) som beskriver formålet bak ordningen og søknadsprosessen.
 - Politiattestansvarlig skal ha et system for registrering og oppfølging av ordningen. NIF anbefaler å benytte seg av idrettens fellesløsning for administrasjon av politiattester: <https://www.idrettsforbundet.no/digital/politiattest/>
- **For søker av politiattest:**
 - Det er enkelt å søke politiattest. [Se mer informasjon om hvordan man går frem her.](#)
 - Personer under 18 år må legge ved [følgende skjema](#) med underskrift av en foresatt når de søker om politiattest.

Informasjon hentet fra Idrettsforbundet sin nettside. Les mer om temaet her:

<https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/politiattest/>



STRØMMING AV BARNE- OG UNGDOMSIDRETT

Les veilederen på Datatilsynet sine nettsider her: <https://www.datatilsynet.no/personvern-pa-ulike-omrader/skole-barn-unge/stromming-av-idrettsarrangement-for-barn/>

Debatten er ikke over, men Datatilsynets veileder er gjeldende.

Datatilsynet har utarbeidet en ny veileder for strømming av barne- og ungdomsidretten og har invitert Norges Idrettsforbund til dialog. NIF henviser foreløpig til Datatilsynets retningslinjer slik de står nå, og anbefaler alle arrangører av idrettsarrangementer til å sette seg grundig inn i denne veilederen.

Diskusjonen er viktig fordi det handler om å verne om de unge og spesielt utsatte, og ta hensyn til retten til personvern. Det betyr at denne veilederen også kan være aktuell for privatpersoner på klubbens interne arrangementer.

Er man foresatt, familie, venn eller annen nær relasjon og filmer fra et barns idrettsarrangement gjelder personvernregelverket og denne veilederen også for dem dersom opptaket strømmes (for eksempel på Instagram) eller hvis det legges ut for en større eller ubestemt krets på internett, for eksempel på sosiale medier. Dersom filmingen utelukkende er for personlig bruk, vil den som regel ikke omfattes av personvernregelverket. Dette er fordi det gjelder et unntak for rent personlige eller familiemessige aktiviteter.

Andre nyttige linker med mer informasjon her:

Strømming av idrettsarrangement for barn (06.06.23), Datatilsynet:
<https://www.datatilsynet.no/aktuelt/aktuelle-nyheter-2023/stromming-av-idrettsarrangement-for-barn/>

Veileder fra Datatilsynet om strømming av idrett for utøvere under 18 år (06.06.23), NIF:
<https://www.idrettsforbundet.no/nyheter/2023/veileder-fra-datatilsynet-om-stromming-av-idrett-for-utovere-under-18-ar/>



SUNN IDRETT

Les om dette på Sunn Idrett sine nettsider her: <https://sunnidrett.no/>

Uten mat og drikke, duger helten ikke.

Godt kosthold og bevissthet rundt kropp og mat er sentralt for gode idrettsprestasjoner. I Norge har idretten en viktig posisjon i samfunnet, og undersøkelser viser at idrettslaget er en viktig arena for læring og utvikling for mange barn og unge. Idretten skal ikke bidra til økt press og kroppsfokus, men jobbe med mestring og aktivitet.

Organisasjonen Sunn Idrett jobber med bevisstgjøring og opplæring i samspillet mellom mat, kropp, og idrett. Vi anbefaler alle klubber å jobbe aktivt med et bevisst forhold til mat, og gjerne invitere Sunn Idrett på besøk for å belyse dette temaet på en positiv måte for klubbens medlemmer. På nettsidene til Sunn Idrett finner man også mange gode artikler som er relevante for både utøvere, trenere, foreldre, og klubb generelt. Sunn Idrett har også e-læringsopplegg tilgjengelig for alle.



TRENERATTESTEN

Les om dette på våre nettsider her:

https://amerikanskeidretter.no/forbund/klubbdrift/#kurs_og_utdanning

Trenerattesten er en digital attesteringsløsning som tar treneren gjennom de viktigste oppgavene og forventningene som stilles til en trener i norsk idrett. Obligatorisk i norsk idrett og krav i NAIF.

Barn, unge og voksne skal oppleve idretts glede i et trygt miljø. Trenerattesten gir et godt utgangspunkt for å lykkes som trener, slik at utøverne møter et mer helhetlig kvalitetstilbud uavhengig av trener, idrett eller klubb.

På Idrettstinget i 2021 vedtok NIF at Trenerattesten skal være obligatorisk for alle trenere i norsk idrett. Klubbene må selv sikre at sine trenere har godkjent trenerattest. F.o.m. 1. august 2021 må trenere som skal delta på kurs i regi av NAIF ha godkjent trenerattest. Trenere må også ha godkjent trenerattest for å kunne meldes på til de offisielle konkurransene i NAIF.

Når en trener har fullført Trenerattesten, blir kompetansen synlig på idretts-CV-en, og man får tilgang til fagstoff og tips fra noen av Norges beste trenere og utøvere. Trenerattesten gir også idrettslaget full oversikt over hvem som har fullført trenerattest og fremvist politiattest. Ansvarlig i idrettslaget kan logge seg inn og få opp en enkel statistikk over idrettslagets aktive trenere.

Det er viktig å være klar over at idrettslaget selv må inn for å godkjenne trenere tilknyttet sin klubb. Les mer i brukerveiledning for idrettslaget nederst på denne siden.

Hvordan tar man trenerattesten?

- Treneren logger inn på <https://trener.nif.no> med sin «MinIdrett» bruker.
- Velg mellom attesten for barneidretten eller ungdomsidretten (trener man voksne, velger man foreløpig ungdomsidretten). Man kan også ta begge.
- Gjennomgangen tar ca. 10-20 minutter.

Trenger du hjelp?

- Brukerveiledning for trenere:
<https://www.idrettsforbundet.no/digital/trenerattest/brukerveiledning/for-trenere/>
- Brukerveiledning for idrettslaget:
<https://www.idrettsforbundet.no/digital/trenerattest/brukerveiledning/for-idrettslaget/>

Les mer om trenerattesten her:

<https://www.idrettsforbundet.no/digital/trenerattest/>



UNGDOMSIDRETT: RETNINGSLINJER OG ANDRE TIPS

Les om dette på våre nettsider her:

<https://amerikanskeidretter.no/forbund/temasider/ungdomsidrett/>

Ungdomsidrettens visjon er for, av og til ungdommen: Ungdom vil ha et variert og inkluderende idrettstilbud, der de møter venner, har det gøy og blir så gode som de selv vil.

Idretten ønsker å beholde så mange som mulig, så lenge som mulig og skape livslang idretts glede. Ungdom som ikke lenger er aktive utøvere bør tilbys andre roller, som for eksempel å være trener, leder, dommer, styremedlem eller frivillig som utfører andre oppgaver i idrettslaget.

For å samle hele idretten til en felles innsats for å øke ungdommers rolle og innflytelse i egen aktivitet og i norsk idrett, ble det i 2012 igangsatt en tiårig strategi kalt Ungdomsløftet. I tillegg til at målet er å beholde flest mulig i aktivitet lengst mulig, skal idretten legge til rette for at flere ungdom tar roller som ledere, trenere, dommere og frivillige.

Retningslinjene er et politisk virkemiddel for å sikre rettighetene til ungdom som individ og aktiv idrettsutøvende. Det innebærer også forpliktelser for andre enn ungdommen selv. Både trenere, ledere, foreldre og organisasjonsledd må følge opp disse i praksis.

- Hentet fra: <https://www.idrettsforbundet.no/tema/ungdomsidrett/>

Vi anbefaler alle våre klubber å være aktive i ivaretagelsen av ungdommene og involvere dem som ønsker å bli involvert. Om man er usikker på hvor man kan begynne for å ta opp, diskutere eller gjøre noe med ungdomsidretten i sitt idrettslag kan man gjennomføre «Temakveld - Ungdomsidrett» ([PowerPoint-mal](#) NB: tung fil, kan ta noen minutter å laste ned). *Målet med temakvelden er å gjøre idrettslaget mer bevisst tilbudet de har for ungdom i alderen 13-19 år, samt å diskutere mulige tiltak og handlinger idrettslaget kan iverksette.*

Finn retningslinjene for ungdomsidrett, andre ressurser og mer informasjon her:

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/ungdomsidrett/>

Ungdomsløftet.no



BONUS - RABATTER

Med koden **THC1282** kan medlemmene våre få rabattert pris hos Thon Hotels. Se oversikt over hotellene på www.thonhotels.no

[SAS](#) tilbyr sportsbilletter som blant annet gir utøvere, trenere og andre i idrettslagene mulighet til å booke billetter med gunstige vilkår – blant annet anledning til å endre dato for flygningen gratis og ta med to innsjekkede kolli per person gratis. Bruk koden **AMIDR99** når du bestiller sportspris.

NIF har avtale med Scandic hotels og denne omfatter også NAIF. Vår kode er D000025211 og den legges inn i feltet «Har du en bookingkode?» når du booker Scandic Sports:

https://www.scandichotels.no/utforsk-scandic/sport?cmpid=pa_nif

For mer informasjon om NIF sine reiseavtaler, klikk her:

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/idrettsreiser/>

