

BADMINTONFÉLAG HAFNARFJARÐAR



**Handbók borðtennisdeildar
2024**



INNGANGUR

Hlutverk þessarar handbókar er að veita hagsmunaaðilum upplýsingar um starfsemi Borðtennisdeildar Badmintonfélags Hafnarfjarðar og þá sérstaklega stjórn, starfsmönnum, iðkendum og foreldrum og forráðamönnum þeirra. Það skiptir máli að upplýsingar um starfið séu aðgengilegar á einu stað og því verður þessi handbók uppfærð eftir því sem þurfa þykir.

Badmintonfélag Hafnarfjarðar var stofnað 7. október 1959. Ekki var mikil starfsemi fyrstu árin vegna húsnæðisleysis en starfsemin komst á skrið haustið 1972 þegar Íþróttahúsið við Strandgötu var tekið í notkun. Fjöldi félagsmanna hjá félaginu hefur aukist jafnt og þétt undanfarin ár og eru nú starfandi tvær deildir innan félagsins, badmintondeild og borðtennisdeild, og eru iðkendur innan félagsins samtals um 700 talsins.

Borðtennisdeild BH var stofnuð árið 2009 á 50 ára afmæli félagsins og eru því nú liðin 15 ár frá stofnun hennar. Margir af bestu leikmönnum landsins æfa og spila fyrir Borðtennisdeild BH, þar á meðal núverandi og fyrrum Íslandsmeistarar. Borðtennisdeildin varð fyrirmyndardeild ÍSÍ í desember 2024.

Nánar um sögu félagsins má finna í viðauka I við þessa handbók. Þar er einnig stutt ágríp af sögu Borðtennisdeildarinnar en unnið er að því að skrásetja sögu hennar í tilefni af 15 ára afmæli deildarinnar.





EFNISYFIRLIT

INNGANGUR	1
EFNISYFIRLIT	2
1. SKIPULAG FÉLAGSINS	3
Skipurit	3
Markmið	4
Ungt fólk og stjórnun félagsins	4
Skipun stjórnar og hlutverk stjórnarmanna	5
Siðareglur	6
Persónuverndarstefna	6
2. UMGJÖRÐ ÞJÁLFUNAR OG KEPPNI	6
Þátttaka í mótum	7
Kennslu og æfingarskrá	7
3. FJÁRMÁLASTJÓRNUN	8
4. ÞJÁLFARAR	8
Listi yfir þjálfara félagsins	8
Samráðsfundir og samstarf þjálfara	9
5. FÉLAGSSTARF	9
Atburðadagatal	10
6. FORELDARSTARF	10
7. FRÆÐSLU OG FORVARNARSTARF	10
Fræðslustefna	10
Forvarnarstefna	11
8. JAFNRÉTTISMÁL	12
9. UMHVERFISMÁL	12
10. VIÐAUKAR	13
I: Ágrip af sögu félagsins	14
II: Lög félagsins	18
III: Ársreikningur og fjárhagsáætlun BH	24
IV: Borðtennisþjálfarar BH 2024	31
V: Námskrá Borðtennisdeildar BH	32
VI: Atburðadagatal BH	39
VII: Stjórn BH	41
VIII: Forvarnarstefna BH	42
IX: Jafnréttisstefna og jafnréttisáætlun	45
X: Siðareglur BH	50
XI: Persónuverndarstefna BH	54
XII: Umhverfisstefna Borðtennisdeildar BH	58



1. SKIPULAG FÉLAGSINS

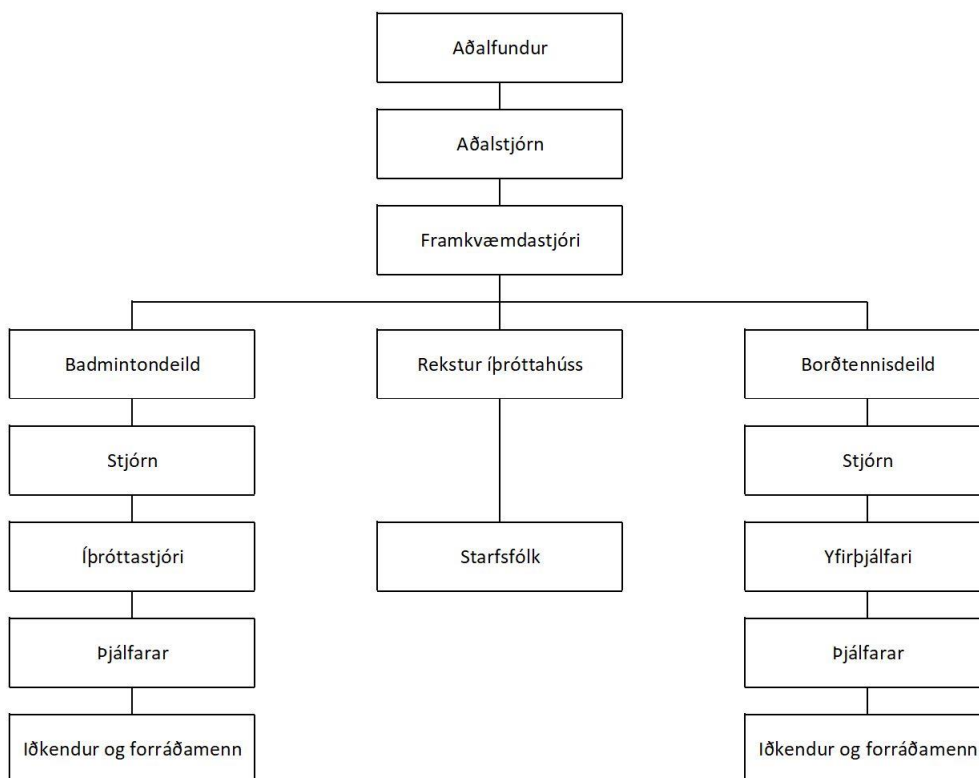
Badmintonfélag Hafnarfjarðar er fjölgreinafélag. Deildir félagsins eru nú þrjár: Badmintondeild, Borðtennisdeild og Skvassdeild en skvassdeildin liggur í dvala.

Aðalstjórn og deildarstjórnir hverrar deildar fara með stjórn félagsins í umboði aðalfunda. Allar deildir eru fjárhagslega sjálfstæðar en skulu engu að síður og eins og kemur fram í lögum félagsins bera allar mikilsháttar og verulegar fjárhagsskuldbindingar og samninga ásamt fjárhagsáætlunum undir samþykki aðalstjórnar sem er ábyrg fyrir rekstri deilda sinna.

Lög félagsins eru að finna í viðauka II við þessa handbók.

Skipurit

Skipurit Badmintonfélags Hafnarfjarðar



Markmið

Félagið hefur að meginmarkmiði að stuðla að iðkun spaðaíþróttanna meðal félagsmanna og skapa jafnframt skemmtilega félagslega umgjörð fyrir alla félagsmenn.

Markmið félagsins má flokka í eftirfarandi þætti:

Íþróttaleg:

- Að Badmintonfélag Hafnarfjarðar eigi hverju sinni íþróttamenn sem skipa sér meðal þeirra bestu á Íslandi og jafnframt keppnishæfa á alþjóða vísu.
- Að iðkendur geti stundað íþrótt sína við aðstæður sem eru meðal þeirra bestu á Íslandi.
- Að bjóða börnum upp á skemmtilega og fjölbreytta íþróttaiðkun.
- Að bjóða unglíngum upp á að velja hvort þau vilja fara þá leið að verða afreks- eða keppnisfólk eða iðka badminton eða borðtennis sér til heilsubótar og skemmtunar eingöngu.
- Að iðkendum gefist tækifæri á að þroska og efla sína getu með aðstoð menntaðra þjálfara og öflugs umhverfis.

Félagsleg:

- Að utan hefðbundinna íþróttæfinga og keppni gefist iðkendum tækifæri á að njóta öflugs félagslífs.
- Að stuðla að aukinni þátttöku félagsmanna í starfi félagsins.
- Að vera opið fyrir iðkun allra þjóðfélagshópa og kynja.
- Að bjóða reglulega uppá ýmiskonar fræðslu til að efla iðkendur bæði íþróttalega og félagslega
- Að iðkendum líði vel í félaginu.

Fjármálaleg:

- Að félagið sé rekið á ábyrgan og öflug hátt.
- Að félagið sé ekki skuldsett.
- Að félagið sé rekið án halla.
- Að velta félagsins fari vaxandi frá ári til árs.

Ungt fólk og stjórnun félagsins

Í lögum Badmintonfélag Hafnarfjarðar er kveðið á um að skipað skuli ungmennráð með fulltrúum hvernar deildar félagsins sem er með unglíngastarf og að einn fulltrúi ráðsins skuli hafa tillögurétt og málfrelsi á fundum deildarstjórna og aðalstjórnar félagsins. Ungmennaráð er starfandi í bæði badminton og borðtennisdeild auk þess sem yngri kynslóðin á sína fulltrúa í stjórnnum deildanna.

Skipun stjórnar og hlutverk stjórnarmanna

Á aðalfundi félagsins ár hvert er kosið í stjórnir deilda og jafnframt aðalstjórn félagsins. Allar deildir eiga fulltrúa í aðalstjórn eins og getið er um í lögum félagsins (sjá viðauka II).

Hlutverk stjórnarmanna eru eftirfarandi:

Aðalstjórn:

- Formaður:** Formaður félagsins fylgist með daglegum rekstri félagsins. Hann á samskipti við allar deildir sem og við bæjaryfirvöld. Formaður félagsins heldur einnig utan um samskipti við stærri styrktaraðila, boðar til funda og tekur virkan þátt í stefnumörkun félagsins.
- Varaformaður:** Varaformaður félagsins er staðgengill formanns.
- Gjaldkeri:** Gjaldkeri félagsins er ábyrgur fyrir fjárhag og bókhaldi félagsins.
- Ritari:** Ritari félagsins er ábyrgur fyrir fundargerðum og formlegum bréfaskiptum félagsins.
- Meðstjórnendur:** Aðrir meðstjórnendur er í flestum tilfellum fulltrúar deilda í aðalstjórn og er ætlað að vera virkir tengiliðir deilda við aðalstjórn.

Deildarstjórn:

- Formaður:** Formaður deildar fylgist með daglegum rekstri. Hann á samskipti við aðalstjórn félagsins, sérsambönd sem og önnur félög. Formaður deildar heldur einnig utan um samskipti við stærri styrktaraðila, boðar til funda deilda og tekur virkan þátt í stefnumörkun.
- Varaformaður:** Varaformaður deildar er staðgengill formanns.
- Gjaldkeri:** Gjaldkeri deildar er ábyrgur fyrir fjárhag og bókhaldi deildar gagnvart aðalstjórn.
- Ritari:** Ritari deildar er ábyrgur fyrir fundargerðum og formlegum bréfaskiptum deildar.
- Meðstjórnendur:** Að starfa náið með öðrum stjórnamönnum að þeim verkefnum sem stjórnin tekur sér fyrir hendur.

Jafnframt er stjórn félagsins sem og stjórn deilda heimilt að skipa nefndir og ráð til að annast afmörkuð verkefni fyrir hönd félagsins. Má þar nefna afmælisnefnd, mótanefnd, ferðanefnd o.fl.

Upplýsingar um núverandi stjórn félagsins má finna í viðauka VII.

Siðareglur

Markmið siðareglna Badmintonfélags Hafnarfjarðar er að veita félagsmönnum leiðbeiningar og vera þeim hvatning til góðrar framkomu bæði í leik og starfi. Siðareglurnar eru hluti af þeim félagsanda sem ríkir í BH og þurfa að njóta almenns stuðnings meðal félagsmanna. Þær eru ekki tæmandi, heldur leiðbeinandi og hvetjandi. Reglurnar byggja á siðareglum sem íþróttahreyfingin hefur sett sér og gilda fyrir alla starfsemi félagsins, jafnt í húsnaði þess sem utan þess. Reglurnar má finna í viðauka X.

Persónuverndarstefna

Badmintonfélag Hafnarfjarðar leggur ríka áherslu á að vernda persónuupplýsingar sem unnið er með í starfseminni. Félagið er með ítarlega persónuverndarstefnu sem ætlað er að skýra hvernig félagið aflar og notar persónuupplýsingar og hvaða réttindi einstaklingar eiga sem skráðir eru hjá Badmintonfélagi Hafnarfjarðar. Persónuverndarstefnan tekur mið af regluverki persónuverndar eins og það er á hverjum tíma. Stefnuna má finna í viðauka XI.

2. UMGJÖRÐ ÞJÁLFUNAR OG KEPPNI

Umgjörð þjálfunar og keppni innan félagsins hefur verið í stöðugri mótun á undanförunum árum. Einn mikilvægasti þáttur starfsins er að hafa menntaða þjálfara sem sjá um daglega þjálfun og vinna markvisst að því að efla þá umgjörð sem félagið býður upp á. Þjálfarar eru fyrirmyndir leikmanna og það skiptir máli að þeir komi fram sem slíkir í öllu sínu starfi.

Starf félagsins tekur mið af stefnuýfirlýsingu ÍSÍ um íþróttir barna og unglunga sem samþykkt var á Íþróttabingi árið 2015, og hafa stjórnarmenn og þjálfarar kynnt sér vel innihald hennar. Borðtennisdeild leggur áherslu á tækifæri þjálfara til að halda við þekkingu sinni, sækja sér menntun og eflingu ungra þjálfaraefna. Deildin hefur ræktað samstarf við ýmis erlend félög þar sem þekkingamiðlun á sér stað milli þjálfara og leikmönnum gefst færi á að kynnast nýjum hugmyndum og fá nýja leiðsögn.

Auk þess hefur félagið eftirfarandi stefnu varðandi umgjörð þjálfunar:

- Félagið skal stefna að því að hafa eingöngu menntaða þjálfara að störfum og stuðla að aukinni menntun meðal þjálfara félagsins, bæði almenna hluta ÍSÍ og sérgreinahluta sérsambandanna.
- Innihald æfinga skal taka mið af kennslu og æfingaskrá félagsins þar sem aldur og geta iðkenda ræður mestu um innihald æfinga.
- Allir iðkendur skulu hafa tækifæri á að fá þjálfun sem hentar getu og þroska iðkenda.
- Í þeim tilfellum að um stóra iðkendahópa sé að ræða eru 2-3 þjálfarar með hópana sem skipta á milli sín verkþáttum og vinna með iðkendur í smærri hópum.



Þátttaka í mótum

Stefna Badmintonfélags Hafnarfjarðar varðandi mót er sú að allir iðkendur eru hvattir til þátttöku í mótum sem hentar þeirra getustigi. Þátttaka iðkenda í mótum skal alltaf vera á þeirra eigin forsendum og þar af leiðandi þeirra val hvort þeir taka þátt. Þá skal leikmönnum gert ljóst að fleiri hlutverk séu til boða á mótum en leikmenn, svo sem að taka þátt í skipulagningu, dómgæslu, miðlun eða öðrum sjálfbóðaliðastörfum. Viðmiðum ÍSÍ um íþróttir barna- og unglunga er fylgt og ekki er lögð áhersla á árangur í keppni í yngstu aldursflokkum.

Deildin sendir þjálfara á öll helstu mót sem haldin eru innan vébanda Borðtennissambands Íslands og leggur deildin út fyrir ferðakostnaði þjálfara. Sé fjöldi leikmanna frá félaginu sem skráir sig til keppni í einstök mót undir fimm er ekki hægt að tryggja það að þjálfari geti verið á staðnum en þó er reynt að gera ráðstafanir þannig að það gangi upp.

Þjálfarar leitast við að gera leikmenn sjálfstæðari í hugsun á mótum með því að spyrja spurninga í stað þess að segja þeim hvað á að gera. Reyndir þjálfarar veita yngri þjálfaraefnum tækifæri til að sjá um mikilvæga leiki og ungir leikmenn fá tækifæri til að láta ljós sitt skína með því að keppa á efri getustigum.

Deildin styður afreksmenn og afreksefni eins og kostur gefst og beitir sér fyrir framgangi sinna meðlima innar hreyfinga eftir því sem við á. Leikmönnum, þjálfurum og dómurum sé gert kleift með stuðningi deildarinnar að taka þátt í afreksstarfi landsliða eða á vettvangi alþjóðlegra borðtennishreyfinga.

Kennslu og æfingarskrá

Árið 2022 var gefin út kennslu- og námskrá fyrir borðtennisdeild félagsins.

Borðtennisdeild BH hefur alltaf lagt mikla áherslu á að hafa vel menntaða þjálfara sem fylgja öllum leikmönnum félagsins alla leið frá fyrstu æfingu. Iðkendum er skipt í þrjá hópa; byrjendur, lengra komna og úrvalshóp. Mismunandi áherslur eru í hverjum hóp og eru iðkendur útskrifaðir úr hverjum hóp fyrir sig með því að þreyta bandapróf í lok hverrar annar. Þetta er aðferð sem þjálfarar borðtennisdeildar BH tóku upp, m.a. til að fá raunsanna mynd bæði fyrir þjálfara og leikmenn af getustigi innan hópsins. Böndin eru mismunandi að lit og prófraunin fyrir hvert og eitt miserfið. Mikil spennu og eftirvænting hefur verið í yngri aldursflokkunum og reyndar einni í þeim eldri með prófin og þau gefist frábærlega.

Í viðauka V má finna kennslu og námskrá Badmintonfélags Hafnarfjarðar fyrir borðtennis.



3. FJÁRMÁLASTJÓRNUN

Einn mikilvægasti þáttur í starfsemi íþróttafélaga er að hafa öfluga og gegnsæa fjármálastjórnun. Á það bæði við gagnvart félagsmönnum sem og öðrum hagsmunaaðilum, s.s. bæjaryfirvöldum, íþróttahreyfingunni og aðstandendum iðkenda.

Stefna félagsins og jafnframt deilda félagsins er að félagið sé rekið á ábyrgan og öflug hátt, sé ekki skuldsett og að fjárhagsleg velta félagsins fari vaxandi frá ári til árs. Allar deildir eru fjárhagslega sjálfstæðar en skulu engu að síður og eins og kemur fram í lögum félagsins bera allar mikilsháttar og verulegar fjárhagsskuldbindingar og samninga ásamt fjárhagsáætlunum undir samþykki aðalstjórnar sem er ábyrg fyrir rekstri deilda sinna.

Á aðalfundi félagsins skal lögð fram fjárhagsáætlun fyrir komandi rekstrarár og skulu ársreikningar félagsins og rekstur þess taka mið af þeirri áætlun sem liggur fyrir hverju sinni.

Félagið skal fylgja reglum íþróttahreyfingarinnar hvað varðar daglegan rekstur og standa í skilum með skýrslur til ÍTH, ÍBH og ÍSÍ, eins og reglur kveða á um.

Launaðir þjálfarar félagsins skulu vera launþegar og skal félagið standa skil á opinberum gjöldum vegna þessa. Launakjör taka mið af menntun og reynslu þjálfara.

Ekki er aðskilið í bókhaldi félagsins rekstur yngri og eldri flokka félagsins, né skipting kostnaðar milli kynja þar sem æfingar eru óháðar kyni og sumir hópar með breytt aldursbil. Stærsti hluti iðkenda eru yngri en 18 ára.

Ársreikning félagsins og fjárhagsáætlun má finna í viðauka III.

4. ÞJÁLFAVARAR

Í markmiðum félagsins kemur fram að iðkendum skuli gefast tækifæri á að þroska og efla sína getu með aðstoð menntaðra þjálfara og öflugs umhverfis. Með því er átt við að stjórn félagsins skal ráða menntaða þjálfara til starfa og auka enn frekar þekkingu og menntun starfandi þjálfara félagsins. Þjálfarar eru hvattir til að fara á þau námskeið sem í boði eru bæði hjá ÍSÍ (almennur hluti) og sérsamböndum og hljóta stuðning félagsins vegna þátttökunnar.

Listi yfir þjálfara félagsins

Borðtennisdeild Badmintonfélags Hafnarfjarðar hefur hverju sinni á að skipa vel menntuðum þjálfurum og leiðbeinendum sem sótt hafa menntun jafnt á Íslandi sem erlendis. Allir þjálfarar skulu vera með skriflegan ráðningasamning þar sem meðal annars er krafist að þjálfarar hafi kynnt sér siðareglur félagsins. Einnig er þess krafist að þjálfarar gefi leyfi fyrir uppflettingu í sakaskrá ríkisins.

Listi yfir starfandi þjálfara sem og menntun þeirra má finna í viðauka IV.

Samráðsfundir og samstarf þjálfara

Þjálfarar borðtennisdeildar hittast reglulega yfir starfstímabilið og skipuleggja þjálfum og uppbyggingu starfsins auk framþróun leikmanna. Formaður deildar útnefnir yfirþjálfara og boðar til funda eins og þurfa þykir til að skipta niður verkþáttum.

Þjálfarar BH sinna einnig þjálfun landsliða og taka virkan þátt í samráðsfundum þjálfara þar eftir því sem við á.

Alla jafnan skal vera einn samráðsfundur fyrir upphaf tímabils til þess að leggja línurnar fyrir tímabilið og einn fundur í upphafi árs. Þjálfarar sem skipta með sér æfingum ákveðinna hópa hittast oftast til að bera saman bækur og samræma sig. Þjálfarar með stóra og/eða sérstaklega krefjandi hópa fá aðstoðarþjálfara ef þurfa þykir.

5. FÉLAGSSTARF

Lögð er áhersla á að í boði séu einhverskonar félagslegar uppákomur á hverri önn hjá öllum hópum og deildum félagsins. Eftirfarandi uppákomur hafa verið fastir liðir í starfi borðtennisdeildar félagsins undanfarin ár.

Fullorðnir/trimmarar

- Þátttaka í „social“ flokkum á opna Hafnarfjarðarmótinu í janúar ár hvert
- Fjölskylduhátíð 17. júní
- Lokahóf Borðtennissamands Íslands
- Sjálfboðaliðastörf

Keppnishópur

- Þátttaka í Evrópukeppni og aðrar keppnisferðir erlendis
- Æfingaferðir erlendis
- Bíóferðir tvisvar á ári
- Árlegt matarboð yfirþjálfara
- Fjölskylduhátíð 17. júní
- Lokahóf Borðtennissambands Íslands
- Samáhorf á stórmót

Börn og unglingar

- Æfingabúðir út á land 1x á ári
- Æfinga- og keppnisferðir erlendis
- Vídjókvöld eftir bandapróf
- Pizzakvöld
- Fjölskylduhátíð 17. júní
- Viðburðir á vegum ungmennaráðs t.d. leikjakvöld, lasertag, bíóferðir, ísbúðarferðir o.s.frv.



Einnig er lögð rík áhersla á það að allir iðkendur í félaginu aðstoði að einhverju leiti við uppákomur á vegum félagsins t.d. við að leggja keppnisgólf, undirbúa viðburði, vinna við fjáraflanir, sinna dómarastörfum í yngri flokkum o.fl. Með því móti skapast betri samkennd í félaginu og félagsleg samvera. Fjölbreytt hlutverk í íþróttastarfi gera það oft að verkum að brottfall verður minna og iðkendur haldast lengur í félaginu.

Atburðadagatal

Atburðadagatal deildarinnar má finna í viðauka VI.

6. FORELDARSTARF

Foreldraráð eru starfandi í bæði badminton- og borðtennisdeild félagsins. Hlutverk foreldraráðs er að að styðja við barnastarf félagsins með eftirfarandi hætti:

- Standa vörð um hagsmuni iðkenda.
- Aðstoða við skipulagningu ferðalaga og félagsstarfs utan æfinga ef þörf er á.
- Vera ráðgefandi fyrir stjórn og starfsfólk varðandi ýmis mál eins og til dæmis gerð æfingataflna o.fl. til að fá sem flest sjónarhorn að borðinu.
- Vera til aðstoðar fyrir iðkendur og foreldra sem af einhverjum ástæðum vilja ekki eða treysta sér ekki að bera upp erindi við þjálfara, framkvæmdastjóra eða stjórn.
- Hvetja foreldra til að taka þátt í starfinu.

Foreldrar hafa átt mikilvægt framlag til starfsemi deildarinnar með því að vera virkir þátttakendur í starfi deildarinnar, sinna sjálfboðaliðastörfum á mótum, aðstoða við skipulagningu ferðalaga, aðstoða við styrkjaöflun, sinna stjórnarstörfum og ýmislegt fleira.

Spaðaíþróttir hafa notið þess að uppbygging þeirra leyfir að börn geti iðkað íþróttina saman með foreldrum og öðrum fjölskyldumeðlimum. Borðtennisdeildin heldur úti opnum tímum um helgar þar sem börn og foreldrar geta stundað borðtennis saman og þannig geta foreldrar tekið virkan þátt í starfi félagsins og lífi barna sinna.

7. FRÆÐSLU OG FORVARNARSTARF

Badmintonfélag Hafnarfjarðar er með skýra stefnu í bæði fræðslu og forvarnarmálum.

Fræðslustefna

Badmintonfélag Hafnarfjarðar leggur áherslu á góða upplýsingagjöf og fræðslu í öllu sínu starfi.



Þjálfarar

- Lögð er áhersla á að hjá félaginu starfi vel menntaðir þjálfarar.
- Þjálfarar eru hvattir til að sækja þjálfaranámskeið.
- Félagið greiðir fyrir námskeið að hluta eða öllu leiti fyrir starfandi þjálfara.
- Að minnsta kosti einu sinni á önn eru haldnir þjálfarafundir þar sem þjálfarar bera saman bækur sínar, gera áætlanir og deila góðum ráðum.
- Á hverju ári biðst þjálfurum að sækja skyndihjálparnámskeið og fræðslu frá barnavernd og skulu þjálfarar sækja slík námskeið amk þriðja hvert ár.

Starfsfólk

- Á hverju ári fer starfsfólk á skyndihjálparnámskeið og fær fræðslu frá barnavernd.
- Starfsfólk er hvatt til að sækja námskeið sem efla þá í starfi og greiðir félagið að hluta eða öllu leiti fyrir slík námskeið.

Iðkendur

- Að minnsta kosti einu sinni á ári skal bjóða uppá fræðslu fyrir iðkendur íþróttatengd málefni t.d. næringarfræði, sálfræði, sjálfstyrkingu, holla lífshætti, samspil þjálfunar og hvíldar o.þ.h.
- Iðkendur eru hvattir til að afla sér þekkingar um sína íþróttagrein á vefnum og fylgjast með alþjóðlegum mótum og keppnum.

Foreldrar

- Foreldrar skulu ætíð geta lesið sér til um starfið, skipulag og stefnur á vef félagsins.
- Reglulega skal senda út tilkynningar til foreldra og halda þeim vel upplýstum.
- Foreldrafundir skulu haldnir eins oft og þurfa þykir en að mestu leiti fer fræðsla og upplýsingagjöf fram með rafrænum hætti.

Forvarnarstefna

Badmintonfélag Hafnarfjarðar hefur mótað sér stefnu í forvarnarmálum. Stefnan er unnin út frá Viðbragðsáætlun íþrótt- og æskulýðsstarfs og má finna þar ítarlegri upplýsingar og verkferla sem félagið mun nota í þeim málum sem upp koma. Í alvarlegum og erfiðum málum er skilt að leita aðstoðar hjá Samskiptaráðgjafa íþrótt- og æskulýðsstarfs.

Forvarnarstefnu BH er skipt upp í þrjá flokka, vímuvarnir, einelti og ofbeldi. Stefnuna í heild sinni má finna í viðauka VIII.

8. JAFNRÉTTISMÁL

Badmintonfélag Hafnarfjarðar stuðlar að jöfnum tækifærum sinna félagsmanna og mismunar ekki vegna kynferðis, uppruna, kynhneigðar, kynvitundar, aldurs, fötlunar, þjóðernis, trúarbragða, skoðana, litarháttar eða annarrar stöðu. Badmintonfélagið leggur áherslu á gagnkvæma virðingu í öllu starfi.

Jafnréttisáætlun félagsins byggir á lögum nr. 150/2020 um jafna stöðu og jafnan rétt kynjanna og tekur einnig mið af lögum nr. 85/2018 um jafna meðferð utan vinnnumarkaðar. Jafnréttisáætlunin er jafnframt byggð á vinnu Íþróttá- og Ólympíusambands Íslands og Jafnréttisstofu um gerð jafnréttisáætlana fyrir íþróttafélög og leiðbeiningar þess efnis.

Jafnréttisstefnu og jafnréttisáætlun Badmintonfélags Hafnarfjarðar má finna í viðauka IX.

9. UMHVERFISMÁL

Badmintonfélag Hafnarfjarðar leggur áherslu á að íþróttastarf félagsins fari fram í sátt við umhverfið. Hreinlæti og góð umgengni íþróttamannvirkja skiptir máli í starfi félagsins og skulu iðkendur og félagsmenn meðvitaðir um þann þátt íþróttastarfsins.

Borðtennisdeild BH hefur sett sér umhverfisstefnu og aðgerðaáætlun sem má finna í viðauka XII.



10. VIÐAUKAR



I: Ágrip af sögu félagsins

Stofnfundur Badmintonfélags Hafnarfjarðar var haldin þann 7. október 1959 og mættu 57 áhugasamir badmintoniðkendar á fundinn. Árni Þorvaldsson sem í framhaldinu var kosinn fyrsti formaður félagsins sagði við það tækifæri: „Að nokkrir félagar hefðu hafið æfingar í badminton fyrir um það bil ári, og þótt íþróttin svo ánægjuleg að sjálfsagt hefði þótt að gefa sem flestum tækifæri til að iðka hana, en með því að stofna sérstakt Badmintonfélag myndi á ýmsan hátt verða auðveldara að vinna að viðgangi þessarar íþróttar hér í bæ.“ Hermann Guðmundsson þáverandi framkvæmdastjóri ÍSÍ sem var á fundinum félagsmönnum til aðstoðar gerði síðan fundarmönnum grein fyrir tillögu að lögum félagsins og sagði að þau væru að mestu leyti samin eftir lögum Tennis- og badmintonfélags Reykjavíkur. Það er einnig skemmtilegt að greina frá því að á stofnfundinum var ákveðið að árgjald félagsins yrði kr. 100. Í fundargerð stofnfundar kemur fram að Hermann hafi jafnframt upplýst það á fundinum að badmintonfélag hefði verið stofnað í bænum 1934 en ekki orðið langlíf. Ekki eru miklar heimildir til um tilurð þess félags og því er stofndagur félagsins ávallt miðaður við 7. október 1959.

Meðal stofnenda félagsins voru m.a. Ebba Lárusdóttir og Þorgeir Ibsen en Ebba var á þessum árum landsþekkt badmintonkona, en hún varð 6 sinnum Íslandsmeistari í einliðaleik kvenna og 4 sinnum Íslandsmeistari í tvíliðaleik. Þorgeir Ibsen kunni líka ýmislegt fyrir sér í íþróttinni en hann hampaði Íslandsmeistaratitli í tvenndarleik 1951. Í fundargerð stofnfundar kemur fram að Þorgeir hefði í lok fundar rætt um badmintoniþróttina og kynnt hana fyrir fundarmönnum.

Ekki gekk þrautalaust að halda úti félaginu fyrstu árin þar sem engin aðstaða var í bænum til að spila badminton ef frá er talinn íþróttasalurinn við St. Jósefsspítala eða bakvið Kató eins og húsið var kallað. Þar var einn völlur sem reyndar var ekki í fullri stærð og var endalínan uppá vegg. Stjórnin leigði einhverja tíma í Valsheimilinu 1960 og 1961 en ekki fara miklar sögur af annarri starfsemi félagsins ef frá er talið, að haldin var glæsileg árshátíð í febrúar 1962. Lítið starf var á næstu árum og lagðist skipulögð starfsemi félagsins af.

Árið 1971 ákvað Árni Þorvaldsson formaður félagsins að gera tilraun til að endurvekja félagið og boðaði til stjórnarfundar. Var stjórnarfundurinn haldinn í Willys jeppa yst á Álftanesinu og var eitt mál á dagskrá sem var endurreisn félagsins. Þeir þrír stjórnarmenn sem sátu fundinn þau Árni, Rakel Kristjánsdóttir og Böðvar Sigurðsson samþykktu að boða til félagsfundar 24. maí þar sem aðstæður væru að skapast til að iðka badminton í bænum. Félagfundurinn var síðan haldin og mættu 28 áhugasamir félagar á fundinn. Samþykkt var að sækja um inngöngu í Íþróttabandalag Hafnarfjarðar og óska eftir tímum í nýja íþróttahúsinu. Það gekk eftir og voru fyrstu æfingar í Íþróttahúsinu við Strandgötu haustið 1972 en félagið fékk til úthlutunar tíma á mánudögum og á fimmtudögum frá kl. 17:15-18:55. Samþykkt var í stjórn félagsins að gjald fyrir hvern æfingatíma yrði kr. 240.

Tilkoma Íþróttahússins við Strandgötu gjörbreytti aðstöðu í Hafnarfirði til badmintoniðkunar og hefur starfsemi félagsins verið óslitin frá þeim tíma er húsið var tekið í notkun. Ýmis vandamál komu þó upp í byrjun og má lesa í fundargerðum að samþykkt var á stjórnarfundum 1974 að rætt yrði við Ingva R. Baldvinsson íþróttafulltrúa um að eitthvað yrði sett fyrir glugganna þar sem erfitt væri að spila á móti gluggunum þegar sólin væri lágt á lofti. Félagið hefur haft aðstöðu í ýmsum íþróttahúsum bæjarins eftir því sem aðstaða til íþróttaiðkunar hefur breyst. Æfingar hafa verið í Íþróttahúsi Víðistaðaskóla og Íþróttahúsinu í Kaplakrika auk þess sem félagið æfði í Íþróttahúsinu við Strandgötu. Í dag er öll starfsemi félagsins rekin í Íþróttahúsinu við Strandgötu og er félagið með alla úthlutaða tíma til íþróttafélaga í húsinu. Um helgar er töluvert mikið af mótum í ýmsum íþróttagreinum. 1.janúar 2020 tók BH við rekstri íþróttahússins við Strandgötu og var Anna Lilja Sigurðardóttir ráðin framkvæmdastjóri félagsins og forstöðumaður hússins.

Formenn Badmintonfélags Hafnarfjarðar frá upphafi hafa aðeins verið sjö talsins. Fyrsti formaðurinn, Árni Þorvaldsson, sat við stjórn 1959-1962 og svo aftur 1971-1972 þegar félagið var endurreist. Á eftir honum tók Valgeir Kristjánsson við í einn vetur 1972-1973. Árni Sigvaldason var formaður félagsins 1973-1978 og síðan aftur 1983-1987. Árin þar á milli eða 1978-1983 var Gylfi Ingvarsson formaður. Fyrsta konan til að gegna formanns embættinu var Oddfríður Jónsdóttir en hún var formaður árin 1987-1991. Hörður Þorsteinsson tók við formanns embættinu af Oddfríði árið 1991 og gengdi því allt til ársins 2024 eða í 33 ár sem er ekki ólíklegt að sé met í íþróttahreyfingunni. Hann sat í stjórn félagsins í 35 ár. Erla Björg Hafsteinsdóttir tók við af Herði sem formaður á aðalfundinum 19.mars 2024.

Fyrsta Íslandsmeistaratitil félagsins í badminton í efsta flokki vann núverandi formaður Erla Björg Hafsteinsdóttir í tvíliðaleik kvenna árið 2009. Hún bætti síðan við þremur Íslandsmeistaratitlum í safnið síðar auk þess að verða heimsmeistari öldunga árið 2019. Gerda Voitechovskaja vann svo fyrsta Íslandsmeistaratitil BH í einliðaleik í badminton í efsta flokki árið 2023. Hún endurtók leikinn árið 2024 og bætti þá einnig við titli í tvíliðaleik. Árið 2024 var auk þess sigursælasta ár félagsins í badminton frá upphafi því BH vann flesta titla allra félaga á Meistaramóti Íslands eða 10 talsins auk 14 titla á Íslandsmóti unglunga og hafa þeir aldrei verið fleiri í sögu félagsins. Þá varð sameiginlegt lið BH og ÍA Íslandsmeistari liða sama ár. Lið BH varð einnig Íslandsmeistari liða í efstu deild í badminton árið 2023.

Fjölmarginir þjálfarar hafa komið að þjálfun badmintoniðkenda hjá Badmintonfélagi Hafnarfjarðar í gegnum árin. Má þar nefna Þórdísi Edwald, Ásu Pálsdóttur, Danan Karsten Thomsen, Jóhann Kjartansson, Þórhall Jóhannesson, Tinnu Helgadóttur, Hörður Þorsteinsson, Önnu Ósk Óskarsdóttur, Helenu Guðrúnu Óskarsdóttur, Andra Stefánsson og Irenu Ásdísi Óskarsdóttur.

Tennisdeild var stofnuð árið 1988 en lagðist af 2021 þegar Tennisfélag Hafnarfjarðar var stofnað. Auk þess hafa skvassmenn keppt undir merkjum BH en sú deild liggur niðri eins og er.

Ágrip af sögu Borðtennisdeildar BH

Borðtennisdeild BH var stofnuð árið 2009 á 50 ára afmæli BH. Starfið í byrjun samanstóð af opnum tímum sem fóru fram á badmintonvelli í Íþróttahúsinu við Strandgötu en Geir Bjarnason hjá Hafnarfjarðarbæ hélt utan um skipulag tímana. Árið 2011 tók borðtennismaðurinn og Hafnirfirðingurinn Ingimar Ingimarsson frumkvæði að því að skipuleggja starf í deildinni og naut hann mikil liðsinnis frá Geir. Starfið fólst í æfingum fyrir börn tvisvar í viku undir handleiðslu Ingimars. Ný stjórn tók við störfum í febrúar 2011 sem var skipuð Jóhannes Bjarka Urbancic Tómassyni, formanni, Gesti Má Sigurðssyni, Steinari Stephensen, Ingimari Ingimarssyni og Einari Harðarsyni. Um það leyti var ráðinn aðstoðarþjálfari, Kári Mímisson, enda voru æfingar svo vel sóttar að erfitt var að hafa bara einn þjálfara á æfingum. Eftir nokkra mánuði tók Tómas Ingi Shelton við stöðu þjálfara og þeir Ingimar eru yfirþjálfarar og drifkraftar í deildinni enn þann dag í dag, og hafa jafnvel vaxið nokkuð í starfi ýmist sem landsliðsþjálfarar og sem formaður Borðtennissambands Íslands.

Æfingarymið færðist á næstu árum milli staða, fyrst af badmintonvelli Íþróttahússins á Strandgötu yfir í íþróttahús Setbergsskóla veturinn 2012-2013, og svo í salinn Álfafell á annarri hæð Íþróttahússins við Strandgötu þar sem deildin hefur aðstöðu enn í dag. Flutningurinn yfir í Álfafellið var mikið heillaskref því þar fékk deildin loksins aðstöðu þar sem borð gátu verið uppistandandi og ekki var því þörf að setja borðin upp og taka þau saman fyrir og eftir hverja æfingu, en slíkt er bæði tímafrekt og líkamlega erfitt. Við það að fá fasta aðstöðu varð einnig auðveldara að fjölga æfingahópum og því byrjaði deildin að bjóða upp á æfingar fyrir fleiri aldurshópa en áður.

Aldrei hafði borðtennisdeild verið starfandi í Hafnarfirði áður en Borðtennisdeild BH tók til starfa. Í fyrstu stóð leikmannahópurinn því einungis af börnum sem voru að taka sín fyrstu skref í íþróttinni en eftir því sem iðkendum fjölgaði og geta þeirra jókst, varð vart við þörf á fyrirmyndum á leikmannasviðinu. Ingimar, Tómas og Jóhannes voru allir leikmenn úr KR ákváðu þeir því að skipta yfir í BH eftir keppnistímabilið 2013 til að upprennandi leikmenn BH hefðu fyrirmyndir á leikvöllinum. Gjörningurinn heppnaðist ekki betur en svo að þremmingarnir kepptu í 2. deild karla og unnu hana fyrir hönd KR árið 2013 en yfirgáfu svo allir liðið þegar kom að því að taka sæti í efstu deild. Í staðinn skráðu þeir lið fyrir hönd BH í 2. deild karla tímabili seinna og unna hana aftur. Þar með komst fyrsti deildarsigur BH í hús árið 2014 í 2. deild karla. BH keppti svo í efstu deild í fyrsta sinn tímabilið 2014-2015 en féll niður um deild og vann svo 2. deild aftur tímabilið 2015-2016 og hefur haldið sér í efstu deild síðan þá og skilað góðum árangri. Sigurinn í 2. deild var reyndar ekki fyrsti bikar Borðtennisdeildar BH því árið áður hafði Sigurjóna Hauksdóttir orðið Íslandsmeistari í flokki 12-13 ára telpna, en í kjölfarið fóru titlar að tínast inn, fyrst í unglingsflokkum og svo, eftir því sem leikmenn deildarinnar eltust og efldust, í meistaraflokkum.

Deildin varð Íslandsmeistari í liðakeppni karla árið 2019 með liði skipuðu þeim Birgi Ívarssyni og Magnúsi Gauta Úlfarssyni, ungum og upprennandi leikmönnum sem áttu þá eftir að vinna ófáa titla saman, Birgir hafði byrjað að spila í HK en skipti fljótt yfir í BH á meðan Magnús Gauti er uppallinn BH-ingur, Jóhannesi Bjarka Urbancic Tómassyni sem hefur áður komið við sögu og Pétri Marteini Urbancic Tómassyni, bróður Jóhannesar sem einnig hafði skipt yfir í BH úr KR skömmu áður. BH varð þar með aðeins

fjórða félagið til að verða Íslandsmeistari í liðakeppni karla. Sama lið varð Íslandsmeistari í liðakeppni árið 2023.

Árið 2019 varð BH einnig bikarmeistari þar sem lið skipað þeim Harriet Cardew, Jóhannesi Bjarka og Pétri Marteini hlaut titilinn í fyrsta sinn í sögu félagsins. Síðan þá hefur afrekið verið leikið eftir tvisvar, árin 2022 af þeim Birgi Ívarssyni, Magnúsi Gauta og Sól K. Mixa, og árið 2024 af Magnúsi Gauta, Sól og Þorbergi Frey Pálmarssyni.

Magnús Gauti varð fyrsti Íslandsmeistari BH í meistaraflokki karla en hann hlaut titilinn árin 2018, 2019 og 2021. Þeir Magnús Gauti og Birgir Ívarsson einokuðu Íslandsmeistaratitilinn í tvíliðaleik karla en þeir unnu hann samfellt þrjú ár í röð 2019-2021.

Alltaf hefur hallað á konur í borðtennishreyfingunni og er Borðtennisdeild BH engin undantekning þar á. Stofnendur og stjórnendur deildarinnar hafa í gegnum tíðina verið karlar og, þrátt fyrir að ýmissa leiða hafi verið leitað til að fjölga konum í deildinni, hafa þær alltaf verið í minnihluta iðkenda. Þrátt fyrir það hefur BH átt góðu gengi að gegna í kvennaflokkum. BH átti Íslandsmeistara í tvíliðaleik kvenna árið 2020, en það voru þær kornungu Sól Kristínardóttir Mixa og Harriet Cardew, þá aðeins 14 og 16 ára gamlar. Sól varð reyndar einnig Íslandsmeistari í tvenndarleik það árið með áðurnefndum Magnúsi Gauta, og hafði reyndar einnig orðið margfaldur Íslandsmeistari í unglingsaflokkum, bæði fyrir og eftir þennan tíma. Fyrsti Íslandsmeistari BH var kona, eða öllu heldur 12-13 ára telpa, og eini titill BH í öldungaflokki kom frá Sigrúnu Ástu Sverrissdóttur árið 2016.

Árið 2024, árið sem þessi handbók er gefin út, hefur verið sérlega sigursælt því Sól Kristínardóttir Mixa, uppallinn BH-ingur, hefur gert sér lítið fyrir og sigrað hvert mótið á fætur öðru. Hún varð fyrsti Íslandsmeistari kvenna í einliðaleik í sögu BH en vann einnig titilinn í tvíliðaleik, ásamt Aldísi Rún Lárusdóttur úr KR, varð bikarmeistari eins og áður er rakið og hlaut deildameistaratitilinn í efstu deild kvenna á árinu, en lið BH samanstóð af Sól, hinni norsku Vivian Hyunh og Kristíni Ingibjörgu Magnúsdóttur, KR-ingi sem spilaði með liði BH þetta leiktímabilið.

Borðtennisdeild BH horfir fram á bjartan veg því andinn í deildinni er góður, reksturinn er í góðum farvegi, borðtennismenning hefur fest sig í sessi í Hafnarfirði og iðkendur í deildinni eru hin bestu skinn.

II: Lög félagsins

Lög Badmintonfélags Hafnarfjarðar

I. Nafn, heimili og tilgangur

1. gr.

Um Badmintonfélag Hafnarfjarðar

Félagið heitir Badmintonfélag Hafnarfjarðar, skammstafað BH. Heimili þess og varnarþing er í Hafnarfirði.

2. gr.

Tilgangur félagsins

Tilgangur félagsins er iðkun hvers konar íþróttá, sem landslög heimila, og að efla áhuga almennings á gildi íþróttá.

Tilgangi sínum hyggst félagið ná með stofnun og starfrækslu íþróttadeilda, einni í hverri grein, eftir því sem félagsmenn kunna að óska, undir sameiginlegri aðalstjórn félagsins. Aðalstjórn skal aðstoða við stofnun nýrra deilda og gildir stofnfundur, sem haldinn er eftir reglum aðalfunda deilda.

Stofnun nýrrar deildar í félagið skal borin upp til endanlegs samþykkis á næsta aðalfundi félagsins eftir stofnun hennar eða á sérstökum aukafundi sbr. 4. mgr. 6. gr.

BH starfar að öllu leyti sjálfstætt og skal vera hlutlaust varðandi stjórnsmál og trúarbrögð og gæta jafnræðis og jafnréttis. Allir skulu vera jafnir fyrir lögum BH og njóta réttinda án tillits til kynferðis, trúarbragða, skoðana, þjóðernis, kynþáttar, litarháttar, efnahags, ætternis eða stöðu að öðru leyti.

3. gr.

Aðild að félaginu

Félagi getur hver sá orðið, sem þess æskir og samþykktur er af meirihluta stjórnar þeirrar deildar, er hann óskar að starfa í. Heimilt er að ganga í fleiri en eina deild félagsins. Ennfremur er heimilt að gerast félagi, án þess að vera skráður í sérstaka deild og fjallar aðalstjórn þá um mál þeirra félaga, sem deildarstjórn væri. Úrsögn úr félaginu skal tilkynna skriflega deildarstjórn, eða aðalstjórn, ef félagi er ekki meðlimur deildar, og skal hún tekin til greina, ef félagi er skuldlaus.

4. gr.

Árgjald

Árgjald félagsmanna skal ákveðið á aðalfundi félagsins. Aðalstjórn skal sjá um innheimtu þess og skal það renna í aðalsjóð félagsins.

Sérhverri deild félagsins er heimilt að innheimta af öllum meðlimum hennar sérstök æfingagjöld. Þessi gjöld skulu standa undir kostnaði vegna æfinga og þátttöku í keppni á vegum deildarinnar.

II. Aðalfundur félagsins

5. gr.

Aðalfundur

Aðalfundur félagsins skal haldinn fyrir júnílok ár hvert. Til aðalfundar skal boða á tryggilegan hátt með minnst viku fyrirvara. Aðalfundur er lögmætur ef minnst helmingur skráðra kjörinna fulltrúa skv. kjörbréfi mæta. Hverri deild ber að skila kjörbréfum yfir fulltrúa sína.

Dagskrá aðalfundar skal vera svo:

1. Kosning þriggja manna kjörbréfanefndar.
2. Kosning fundarstjóra og fundarritara.
3. Skýrsla stjórnar um starfsemi ársins.
4. Lesnir og skýrðir endurskoðaðir reikningar.
5. Lagabreytingar.
6. Aðrar tillögur.
7. Ákveðin árgjöld.
8. Lögð fram starfs- og fjárhagsáætlun næsta starfsárs.
9. Kosinn formaður.
10. Kosnir aðrir stjórnarmenn.
11. Kosnir tveir skoðunarmenn.
12. Önnur mál.

Á fundinum ræður meirihluti atkvæða, séu ekki önnur undantekningarákvæði í lögum þessum. Falli atkvæði jafn skal kosning endurtekin og fáið þá ekki úrslit ræður hlutkesti.

6. gr.

Um framkvæmd aðalfunda

Allir lögmætir félagsmenn hafa rétt til fundarsetu með málfrelsi á aðalfundi félagsins. Atkvæðisrétt á aðalfundi hafa:

1. Stjórn félagsins.
2. Fulltrúar deilda kjörnir á aðalfundum þeirra, 1 fyrir hverja 15 féлага, þó aldrei færri en 1 og aldrei fleiri en fimm.

Aðalfundur hefur æðsta vald í öllum málum þess, þegar undan er skilið ákvæði um fasteignakaup og sölu, sbr. 5. mgr.8. gr.

Skylt er aðalstjórn að halda aukafund félagsmanna, sem til skal boðað með sama hætti og til aðalfundar, ef krafa um slíkt kemur fram frá meirihluta deildarstjórna, enda tilkynni þær um leið fundarefni það, sem þær óska að rætt verði. Aukafundur hefur sama vald og aðalfundur, nema þar fara hvorki fram lagabreytingar né stjórnarkosning.

7. gr.
Reikningsár félagsins

Reikningsár félagsins og deilda skal vera almanaksárið. Reikningar félagsins skulu liggja frammi viku fyrir aðalfund.

III. Stjórn félagsins

8. gr.
Aðalstjórn

Aðalstjórn fer með æðsta vald félagsins milli aðalfunda. Henni ber að efla félagið og gæta hagsmuna þess út á við sem heildar. Hún hefur umráð yfir eignum félagsins og ræður starfsemi þess í stórum dráttum í samráði við deildarstjórnir. Aðalstjórn skipar trúnaðarmenn í nefndir félagsins og á vegum þess, nema þá sem um getur í 11. gr.

Aðalstjórn er heimilt að skipa sérnefndir svo sem húsnefnd, skemmtinefnd, fjáröflunarnefnd og aðrar, er henni þurfa þykir. Starfstímabil þessara nefnda skal aldrei vera lengra en fram að næsta aðalfundi félagsins.

Alla sjóði félagsins og peningaeignir skal ávaxta í banka, sparisjóði eða viðurkenndum verðbréfamarkaði.

Kaup og sala fasteigna félagsins er bundin samþykki aðalstjórnar.

Aðalstjórn einni er heimilt að víkja einstaklingum úr félaginu, telji hún að framkoma þeirra hafi verið vítaverð og félaginu til vansa.

Ályktanir stjórnar eru bundnar meirihluta atkvæða stjórnarmanna.

Kjósa skal minnst 3 og mest 5 stjórnarmenn í aðalstjórn, ásamt einum fulltrúa frá hverri deild. Aðalstjórn sér um daglegan rekstur félagsins. Fundi aðalstjórnar skal halda eins oft og þurfa þykir. Aðalstjórn hefur heimild til að ráða starfsmenn eftir þörfum hverju sinni.

9. gr.
Fundir stjórnar með deildum

Aðalstjórn félagsins skal halda fundi með formönnum hinna einstöku deilda þegar tilefni gefst til og eigi sjaldnar en einu sinni á ári fundi með öllum formönnum deilda saman. Á fundum þessum skulu deildarformenn gefa skýrslu um starfsemi deildanna og stjórn félagsins gefa skýrslu um starfsemi og áform á vegum félagsins.

Aðalstjórn félagsins er skylt að hafa eftirlit með fjárreiðum deilda og er heimilt að krefja stjórnir deilda um rekstraryfirlit og greiðslustöðu þegar ástæða þykir til. Stjórnin skal ákveða með hvaða hætti þessu ákvæði verður framfylgt.

10. gr.**Verulegar fjárhagsskuldbindingar**

Allar mikilsháttar og verulegar fjárhagsskuldbindingar og samninga ásamt fjárhagsáætlunum skal bera undir samþykki aðalstjórnar. Verði misbrestur á þessu firrir félagið sig allri ábyrgð á skuldbindingunni og eru þá þeir einstaklingar sem hana framkvæmdu persónulega skuldbundnir. Aðalstjórn áskilur sér þá rétt til þess að hafa afskipti af stjórnun viðkomandi deildar.

IV. Deildir**11. gr.****Aðalfundir deilda**

Aðalfund deilda skal halda fyrir maílok ár hvert. Kosningarétt hafa rétt skráðir félagar sem náð hafa 16 ára aldri og kjörgengi hafa allir rétt skráðir félagar, sem orðnir eru 18 ára að aldri. Til aðalfundar skal boðað með viku fyrirvara á tryggilegan hátt. Er hann lögmætur ef 10 félagar mæta, eða 50% af lögmætum félögum, séu þeir færri en 20. Dagskrá aðalfundar skal vera svo:

1. Kosning fundarstjóra og fundarritara.
2. Skýrsla stjórnar um starfsemi félagsins.
3. Lesnir og skýrðir rekstrar- og efnahagsreikningar fyrir síðasta almanaksár.
4. Lögð fram starfs- og fjárhagsáætlun fyrir næsta starfsár.
5. Kosinn formaður.
6. Kosnir aðrir stjórnarmenn
7. Kosnir fulltrúar og varafulltrúar á aðalfund félagsins.
8. Önnur mál.

12. gr.**Um stjórnir deilda BH**

Stjórn deildar skal skipuð fimm eða sjö einstaklingum. Skal formaður kjörinn sérstaklega og skriflega ef fleiri en ein uppástunga kemur fram. Hinir fjórir/sex stjórnarmennirnir skulu kosnir hlutbundinni kosningu. Stjórnin skiptir sjálf með sér verkum sem hér segir: varaformaður, ritari, gjaldkeri og meðstjórnendur.

Stjórnin er kjörin til eins árs í senn. Falli atkvæði jafnt skal kosning endurtekin og fáist ekki þá úrslit ræður hlutkesti.

Deildarstjórn skal vinna að eflingu þeirrar íþróttagreinar, er deildin hefur verið stofnuð til.

Stjórnir deilda skulu skipa ungmennaráð skipað a.m.k. þremur iðkendum deildarinnar. Fulltrúar ungmennaráðs skulu vera 25 ára eða yngri. Einn fulltrúi ungmennaráðs hefur málfrelsi og tillögurétt á fundum deildarstjóra.

13. gr.***Vanræksla aðalfundar deilda***

Vanræki deild að halda aðalfund fyrir tilskilinn tíma, sbr. 11. gr., skal aðalstjórn félagsins boða til fundarins og sjá um framkvæmd hans. Fundurinn er þá lögmætur, hversu fáir félagar sem þar mæta.

14. gr.***Um daglegan rekstur deilda***

Stjórnir deilda hafa hver um sig sérstakan fjárhag, ráða íþróttakennara, þjálfara og starfsmann og ákveða laun þeirra, annast daglegan rekstur deildanna, sjá um íþróttamót, er hverri grein heyra til, svo og þátttöku iðkenda í mótum þeim, er ákveðin er þátttaka í. Deildir eru þannig sjálfstæðar, nema sbr. 10. gr., og hafa tekjur af æfinga- og félagsgjöldum sínum, mótum þeim er þær halda, svo og eftir öðrum fjáröflunarleiðum, er deildarstjórnir ákveða í samráði við aðalstjórn félagsins. Haldnar skulu gjörðabækur um ársstarfið, fundi, keppnir og annað sem deildin tekur sér fyrir hendur. Skila skal starfsskýrslu deildar fyrir liðið almanaksár ásamt reikningum fyrir sama tímabil til stjórnar félagsins í mars ár hvert.

15. gr.***Deildarskrá***

Halda skal skrá yfir alla féлага og iðkendur deildarinnar í samráði við aðalstjórn félagsins. Deildarstjórn ber að fylgja reglum aðalstjórnar um skil á bókhaldsgögnum og fylgja ákvæðum 10. gr.

16. gr.***Uppgjörstímabil deilda BH***

Uppgjörstímabil deilda miðast við almanaksárið.

V Önnur ákvæði**17. gr.*****Um heiðursfélaga BH***

Heiðursfélaga má kjósa og skal þeim afhent heiðursfélagaskjal. Heiður þessi er sá æðsti er félagið veitir. Aðalstjórn félagsins kýs heiðursfélaga. Heiðursfélagar hafa öll réttindi félagsmanna, eru gjaldfrír, en verða að hafa náð fimmtugsaldri.

Eftirfarandi heiðursmerki má veita og skal þá fara eftir sömu reglum og gilda um kosningu heiðursfélaga að undanskildu ákvæði um að hafa náð fimmtugsaldri og því að vera gjaldfrír.

1. BH merki úr gulli, fyrir vel unnin störf í þágu félagsins, svo og erlendum og innlendum aðilum, sem sérstök ástæða þykir til, að heiðra.
2. BH merki úr silfri fyrir vel unnin störf í þágu félagsins.

Heimilt er að veita hverri deild fyrir sig leyfi til að hafa eitt sérstakt heiðursmerki. Skal merkið og reglur fyrir veitingu þess, háð samþykki aðalstjórnar. Að öðru leyti hefur deildin öll umráð yfir veitingu þess.

18. gr. **Niðurlagning deilda**

Hætti íþróttadeild störfum, skal afhenda eignir og skjöl hennar aðalstjórninni. Taki deildin ekki aftur til starfa innan 5 ára, skulu eignirnar renna í sjóð aðalstjórnar félagsins. Verðlaunagripir og verðmæt skjöl skulu vera í vörslu aðalstjórnar.

19. gr. **Lagabreytingar**

Lögum þessum má ekki breyta nema á aðalfundi félagsins, og þarf til þess samþykki $\frac{3}{4}$ hluta atkvæðisbærra fundarmanna.

Tillögur um lagabreytingar, sem óskast teknar fyrir á aðalfundi, skulu hafa borist aðalstjórn fyrir 15. janúar ár hvert. Tillögur til lagabreytinga skulu kynntar stjórnnum allra deilda innan félagsins eigi síðar en 1. febrúar ár hvert.

Tillögur til lagabreytinga skulu tilkynntar jafnframt aðalfundarboði og skulu félagsmönnum heimilar til athugunar hjá aðalstjórn 7 dögum fyrir aðalfund.

20. gr. **Um slit**

Komi fram tillaga um að félaginu skuli slitið skal hún tekin fyrir á sérstökum fundi sem stjórnin boðar til með sama hætti og aðalfund. Fundurinn er ályktunarhæfur ef minnst helmingur félagsmanna sækir fundinn og tillagan fær gildi ef 2/3 fundarmanna samþykkja hana. Mæti ekki nægilega margir skal boða til fundar á ný og halda hann innan þriggja vikna. Sá fundur er ályktunarhæfur án tillits til fundarsóknar og fær tillagan gildi ef 2/3 fundarmanna samþykkja hana.

Hætti félagið störfum skulu eignir þess renna til Hafnarfjarðarbæjar.

Lög þessi öðlast gildi þegar ÍSF og stjórn ÍBH hefur staðfest þau.

Þannig samþykkt á aðalfundi Badmintonfélags Hafnarfjarðar 19.mars 2024.

Staðfest af ÍSF 11.apríl 2024 og ÍBH 8.maí 2024.



III: Ársreikningur og fjárhagsáætlun BH

Badmintonfélag Hafnarfjarðar

Íþróttahúsinu við Strandgötu
Hafnarfirði

Ársreikningur fyrir
starfsárið 2023



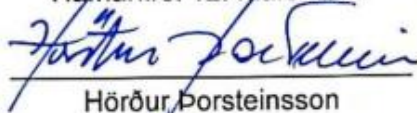
Efnisyfirlit

	Bls.
Áritun stjórnar	3
Áritun endurskoðenda	3
Rekstrarreikningur	4
Efnahagsreikningur	5
Skýringar	6-8

Áritun stjórnar

Stjórn Badmintonfélags Hafnarfjarðar staðfestir hér með ársreikning félagsins fyrir starfsárið 1. janúar 2023 til og með 31. desember 2023 með undirritun sinni.

Hafnarfirði 12. márs 2024


Hörður Þorsteinsson
formaður


Auður Kristín Arnadóttir
Gjaldkeri


Anna Lilja Sigurðardóttir
Framkvæmdastjóri


Áritun skoðunarmanna

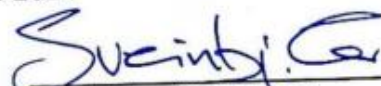
Til félaga í Badmintonfélagi Hafnarfjarðar

Við höfum endurskoðað ársreikning Badmintonfélag Hafnarfjarðar fyrir starfsárið 1. janúar til og með 31. desember 2023. Ársreikningurinn hefur að geyma skýrslu stjórnar, rekstrarreikning, efnahagsreikning og sundurliðanir nr. 1-12.

Að okkar áliti gefur ársreikningurinn glögga mynd af starfsemi félagsins á starfsárinu og efnahag þess 31. desember 2023 í samræmi við lög, samþykktir og viðurkenndar reikningskilavenjur.

Hafnarfirði 12. mars 2024


Einar Þór Harðarson
kjörinn skoðunarmaður


Sveinbjörn Grétarsson
kjörinn skoðunarmaður

Rekstrarreikningur 1. janúar - 31. desember 2023

<i>Rekstrartekjur</i>		Árið 2023	Árið 2022	Fjárhagsáætlun 2023	Fjárhagsáætlun 2024
		Allar deildir Skýr.			
Framlög og styrkir.....	1	107.316.806	95.537.829	110.000.000	117.000.000
Tekjur af mótum.....	2	2.883.233	2.222.149	3.000.000	3.000.000
Æfingagjöld.....	3	17.434.775	10.578.906	13.000.000	20.000.000
Rekstrartekjur		<u>127.634.814</u>	<u>108.338.884</u>	<u>126.000.000</u>	<u>140.000.000</u>
Rekstrargjöld					
Húsaleiga.....	4	30.702.672	32.477.000	35.000.000	32.000.000
Rekstur Strandgötu.....	5	53.725.175	53.139.621	56.000.000	59.000.000
Þjálfunarsvið.....	6	32.227.184	25.385.802	25.000.000	36.000.000
Áhöld og boltar.....	7	6.699.016	3.572.084	4.500.000	7.500.000
Fræðsla og kynningar.....	8	3.209.704	1.785.896	2.000.000	3.500.000
Stjórnunarsvið.....	9	1.201.785	1.103.502	1.000.000	1.400.000
Rekstrargjöld		<u>127.765.536</u>	<u>117.463.905</u>	<u>123.500.000</u>	<u>139.400.000</u>
Rekstrarhagnaður/(tap)		<u>(130.722)</u>	<u>(9.125.021)</u>	<u>2.500.000</u>	<u>600.000</u>
Vextir					
Vaxtagjöld.....		(228)		0	0
Vaxtatekjur.....		171.502	30.741		
		<u>171.274</u>	<u>30.741</u>		
Hagnaður/(tap) ársins		<u>40.552</u>	<u>(9.094.280)</u>	<u>2.500.000</u>	<u>600.000</u>

Efnahagsreikningur 31. desember 2023

	Skýr.	31.12.2023	31.12.2022
Eignir:			
Veltufjármunir			
Viðskiptakröfur.....		319.416	499.445
Handbært fé.....	10	8.981.672	5.498.916
Veltufjármunir		<u>9.301.088</u>	<u>5.998.361</u>
Eignir alls		<u><u>9.301.088</u></u>	<u><u>5.998.361</u></u>
Skuldir og eigið fé:			
Eigið fé			
Óráðstafað eigið fé.....	11	2.852.269	2.811.717
Eigið fé		<u>2.852.269</u>	<u>2.811.717</u>
Skammtímaskuldir			
Viðskiptaskuldir.....	12	6.448.819	3.186.644
Skammtímaskuldir		<u>6.448.819</u>	<u>3.186.644</u>
Skuldir og eigið fé alls		<u><u>9.301.088</u></u>	<u><u>5.998.361</u></u>

Sundurliðanir				
	Árið 2023	Árið 2022	Fjárhagsáætlun 2023	Fjárhagsáætlun 2024
1. Framlög og styrkir				
Hafnarfj. rekstrarstyrkur.....	7.540.344	5.042.004	7.000.000	9.000.000
Hafnarfj. rekstur Strandgötu.....	49.975.453	44.972.004	52.000.000	55.000.000
Hafnarfj. reiknuð húsaleiga.....	30.702.672	32.477.000	35.000.000	32.000.000
ÍBH, lottó, Alcan og afr.sj.....	2.954.087	3.541.429	4.000.000	4.000.000
Framlög kepp., húsal, augl. o.fl....	16.144.250	9.505.392	12.000.000	17.000.000
Styrkir og framlög	<u>107.316.806</u>	<u>95.537.829</u>	<u>110.000.000</u>	<u>117.000.000</u>
2. Tekjur af mótum ofl.				
Mótatekjur.....	2.883.233	2.222.149	3.000.000	3.000.000
Mótatekjur ofl.	<u>2.883.233</u>	<u>2.222.149</u>	<u>3.000.000</u>	<u>3.000.000</u>
3. Æfingagjöld				
Æfingagjöld	14.083.317	7.263.263	9.000.000	16.000.000
Niðurgreiðslur æf.gj. frá sveitarfél.	3.351.458	3.315.643	4.000.000	4.000.000
Æfingagjöld	<u>17.434.775</u>	<u>10.578.906</u>	<u>13.000.000</u>	<u>20.000.000</u>
4. Húsaleiga				
Íþróttahúsið Strandgötu.....	27.632.405	29.229.300	32.000.000	28.800.000
Álfafell.....	3.070.267	3.247.700	3.000.000	3.200.000
Húsaleiga	<u>30.702.672</u>	<u>32.477.000</u>	<u>35.000.000</u>	<u>32.000.000</u>
5. Rekstur Strandgötu				
Laun- og launatengd gjöld.....	45.873.871	44.682.204	48.000.000	50.000.000
Rafmagn og hiti.....	4.181.951	4.069.379	4.000.000	4.500.000
Viðhald áhalda.....	651.447	1.320.802	1.000.000	1.000.000
Viðhald fasteigna.....	714.552	890.402	1.000.000	1.000.000
Annar rekstrarkostnaður.....	2.303.354	2.176.834	2.000.000	2.500.000
Rekstur Strandgötu	<u>53.725.175</u>	<u>53.139.621</u>	<u>56.000.000</u>	<u>59.000.000</u>
6. Þjálfunarsvið				
Laun og launatengd gj. þjálf.....	18.852.337	18.356.323	20.000.000	22.000.000
Mótsgjöld.....	3.791.579	3.503.486	3.000.000	4.000.000
Æfingaferðir, mótakostnaður.....	9.583.268	3.525.993	2.000.000	10.000.000
Þjálfunarsvið	<u>32.227.184</u>	<u>25.385.802</u>	<u>25.000.000</u>	<u>36.000.000</u>

7. Áhöld, boltar og búningar				
Boltar.....	3.290.610	2.893.465	3.000.000	4.000.000
Búningar, spaðar og búnaður.....	3.408.406	678.619	1.500.000	3.500.000
Áhöld og boltar	<u>6.699.016</u>	<u>3.572.084</u>	<u>4.500.000</u>	<u>7.500.000</u>
8. Fræðsla og kynningar				
Sumarnámskeið/vörukaup.....	2.730.503	615.553	1.000.000	2.500.000
Námskeið.....	70.000	461.192	500.000	500.000
Tölvukostnaður.....	409.201	709.151	500.000	500.000
Fræðsla og kynningar	<u>3.209.704</u>	<u>1.785.896</u>	<u>2.000.000</u>	<u>3.500.000</u>
9. Stjórnunarkostnaður				
Uppskeruhátíð og heiðranir.....	413.382	711.622	500.000	500.000
Funda-og salarkostnaður.....	144.054	151.318	200.000	200.000
Auglýsingar o.fl.....	200.705	149.162	200.000	200.000
Ritföng, færslugjöld o.fl.....	443.644	91.400	100.000	500.000
Stjórnunarkostnaður	<u>1.201.785</u>	<u>1.103.502</u>	<u>1.000.000</u>	<u>1.400.000</u>
10. Handbært fé				
Badmintond. Ísl.banki 5010.....	6.803.659	979.412		
Badminton, Ísl.banki 5015.....	1.069.654	3.394.426		
Borðtennisdeild, Ísl.banki.....	1.108.359	1.125.078		
Handbært fé	<u>8.981.672</u>	<u>5.498.916</u>		
11. Óráðstafað eigið fé				
Frá fyrra ári.....	2.811.717	11.905.997		
Hagn/(tap ársins).....	40.552	(9.094.280)		
Óráðstafað eigið fé	<u>2.852.269</u>	<u>2.811.717</u>		
12. Skammtímaskuldir				
Viðskiptaskuldir.....	3.736.658	980.393		
Laun og launatengd gjöld.....	2.712.161	2.206.251		
Skammtímaskuldir	<u>6.448.819</u>	<u>3.186.644</u>		

13. Sundurliðun deilda

<i>Tekjur</i>	Badminton	Borðtennis	Samtals
Framlög og styrkir.....	104.246.539	3.070.267	107.316.806
Tekjur af mótum og húsal.	2.293.573	589.660	2.883.233
Æfingagjöld.....	15.472.626	1.962.149	17.434.775
Rekstrartekjur	<u>122.012.738</u>	<u>5.622.076</u>	<u>127.634.814</u>
<i>Gjöld</i>			
Húsaleiga.....	27.632.405	3.070.267	30.702.672
Rekstur íþróttahúss.....	53.725.175		53.725.175
Þjálfunarsvið.....	30.697.862	1.529.322	32.227.184
Áhöld, boltar og búningar.....	5.855.903	843.113	6.699.016
Fræðsla og kynningar.....	3.075.464	134.240	3.209.704
Stjórnunarsvið.....	968.658	61.853	1.030.511
Rekstrargjöld	<u>121.955.467</u>	<u>5.638.795</u>	<u>127.594.262</u>
Hagnaður/(tap)	<u>57.271</u>	<u>(16.719)</u>	
Hagnaður/(tap) deilda samtals	<u>40.552</u>		

* Rekstur íþróttahússins við Strandgötu er færður með tekjum og gjöldum badmintondeildar sem og yfirstjórn félagsins.



IV: Borðtennisþjálfarar BH 2024

Nafn	Menntun
Ingimar Ingimarsson	ITTF level 1 (þjálfari 1)
Tómas Ingi Shelton	ITTF level 2 (þjálfari 2)
Sól Kristínardóttir Mixa	Ungþjálfari

V: Námskrá Borðtennisdeildar BH



KENNSLU OG NÁMSKRÁ BORÐTENNISDEILDAR BH

INNGANGUR

Til að ná tökum á borðtennis þarf mikla og jafna ástundun yfir langt tímabil. Leikmenn þurfa að tileinka sér marga mismunandi snúninga og eiga við mikinn hraða og kraft í leikjum. Því er mikilvægt að bjóða upp á skilvirka og nákvæma þjálfun fyrir alla okkar iðkendur.

Borðtennisdeild BH hefur alltaf lagt mikla áherslu á að hafa vel menntaða þjálfara sem fylgja öllum leikmönnum félagsins alla leið frá fyrstu æfingu. Við skiptum því iðkendum okkar í þrjá hóp; byrjendur, lengra komna og úrvalshóp. Mismunandi áherslur eru í hverjum hóp og eru iðkendur útskrifaðir úr hverjum hóp fyrir sig með því að þreyta bandapróf í lok hvers annar. Þetta er aðferð sem þjálfarar borðtennisdeildar BH tóku upp, m.a. til að fá raunsanna mynd bæði fyrir þjálfara og leikmenn af getustigi innan hópsins. Böndin eru mismunandi að lit og prófraunin fyrir hvert og eitt miserfið. Mikil spenna og eftirvænting hefur verið í yngri aldursflokkunum og reyndar einni í þeim eldri með prófin og þau gefist frábærlega. Í lok þessarar námskrár er yfirlitsmynd sem sýnir þetta ferli.

BYRJENDUR

Fyrsti hópurinn er fyrir byrjendur. Það er fyrir iðkendur á öllum aldri sem eru að stíga sín fyrstu skref í íþróttinni. Æfingar eru 2-3 sinnum í viku, oftast í klukkutíma í senn. Helstu áherslur okkar hjá byrjendum eru eftirfarandi:

Jákvæð upplifun af æfingum

Það allra mikilvægasta fyrir yngri iðkendur er að tryggja jákvæða upplifun af æfingunum okkar. Við leggjum áherslu á að virkja alla á æfingunni og finna sem flestar æfingar og leiki sem allir geta tekið þátt í, óháð aldri og getu. Þjálfari tryggir það að öllum finnist þeir velkomnir og að

iðkendur kynnist í gegnum æfingarnar. Markmið hvorrar æfingar er að þau læri eitthvað nýtt og upplifi að þau bæti getu sína með því að mæta vel á æfingar.

Kenna aga og virðingu gagnvart æfingartímanum

Við leggjum ríka áherslu á, strax frá byrjun, að kenna góðan aga og bera virðingu gagnvart íþróttinni sjálfri, félögum sínum og æfingartímanum. Þjálfari er alltaf mættur á réttum tíma svo að tíminn nýtist sem best. Þannig smitast það yfir á iðkendur og læra þau að vera mætt á réttum tíma og tilbúin að hefja æfingu um leið og tíminn byrjar. Í lok æfingarinnar tína svo allir upp kúlurnar og læra þannig að bera sjálf ábyrgð á umgengni í salnum og sýna íþróttinni sinni virðingu.

Kenna rétta tækni

Fyrir byrjendur skiptir öllu máli að læra grunnhöggin eins vel og hægt er og stimpla þau inn í vöðvaminnið sem fyrst. Grunnstefin í borðtennis eru samtals 9 og því mikilvægt að leggja áherslu á þau strax. Þau eru:

- Grip
- Upphafsstaða
- Fótaburður
- Forhönd (yfirsnúningur)
- Bakhönd (yfirsnúningur)
- Forhönd (undirsnúningur)
- Bakhönd (undirsnúningur)
- Uppgjöf
- Móttaka

Með því að hafa reynslumikla þjálfara með góða borðtennis menntun getum við tryggt það að allir iðkendur okkar eiga tök á því að læra þessi grunnhögg rétt frá byrjun.

Áhersla á að spila rétt, ekki úrslit

Að lokum kennum við öllum byrjendunum okkar að leggja áherslu á að spila rétt í leikjum og nota í keppni það sem þau læra á æfingum. Við hvetjum þau til að vera óhrædd að gera mistök. Sjálf úrslitin skipti engu máli. Einstakt mót sé aðeins varða á miklu lengri leið. Það sé

miklu mikilvægara að æfa rétt högg og nota þau í keppni heldur en að vinna. Með þessu verða þau betur undirbúin og tæknilega betri þegar þau eru komin lengra í íþróttinni. Það gerir það einnig að verkum að þau keppa óhrædd.

Bandapróf fyrir byrjendur

Byrjendur taka tvö bandapróf áður en þau útskrifast upp í lengra komna, þ.e. **gula bandið** og **appelsínugula bandið**. Í bandaprófinu sjálfu spila krakkarnir við þjálfara og sýna það sem þau hafa lært fyrir framan prófdómara. Þjálfari er til staðar til að styðja við krakkana og hjálpa þeim svo að allir standi sig sem best.

LENGRA KOMIN

Eftir að hafa verið 1 ár í byrjenda hópnum færast krakkarnir í lengra komna. Þar fara krakkarnir að finna sinn eigin stíl og er lögð áhersla á að bæta sinn leik. Æfingar eru 4-5 sinnum í viku, oftast einn og hálfur tími í senn. Helstu áherslur í lengra komnum eru:

Tækni allra er ekki eins

Nú gefst tími til að fara dýpra í tæknina og þar læra krakkarnir að engir tveir leikmenn eru eins. Þau eru ekki að keppast við að hitta á borðið heldur að keppa við þann sem er hinum megin við borðið. Vegna þess hve fjölbreytileg íþróttin er, þá er engin ein rétt leið til að verða góður leikmaður þjálfunin verður því einstaklingsmiðaðri á þessu stigi og æfingar eru aðlagðar að einstökum leikmönnum, en ekki öfugt.

Aukin áhersla á þrek og styrk

Eftir að iðkendur hafa lært grunnhöggin færast áherslan meira á líkamlegan styrk og form. Æfingarnar verða erfiðari með það að markmiði að styrkja fætur og þyngja höggin. Í lok æfinga er þrek þar sem þjálfari stýrir ýmsum æfingum sem auka styrk og snerpu iðkenda.

Taktík og leikplan

Aukin áhersla er lögð á keppni og eru leikmennirnir hvattir til að keppa 1-2 sinnum í hverjum mánuði. Á æfingum er því farið meira í taktík og hvað eigi að gera í keppni. Þó að fókusinn sé

enn ekki á að vinna þá er mikilvægt að kenna okkar iðkendum hvernig skuli spila á móti mismunandi leikmönnum á mótum. Sömuleiðis er mikilvægt að kenna iðkendum hvernig skuli takast á við pressu í leik og vinna úr því.

Kúluæfingar

Í BH leggjum við ríka áherslu á að bjóða leikmönnum okkar upp á einstaklingabundnar æfingar í formi kúluæfinga. Þar sendir þjálfarinn kúlur á leikmanninn og nær þannig að sérsníða æfingar að því sem leikmaðurinn hverju sinni þarfnast. Þjálfarinn getur stjórnað hraðanum, snúningnum, hæðinni og öllu öðru og boðið upp á agaðar æfingar. Við tryggjum það að allir iðkendur komi í kúluæfingar í hverri viku og taki þannig hraðari framförum.

Finna sinn leikstíl

Mikilvægasta skrefið sem leikmenn taka í lengra komnum er að finna sinn eigin leikstíl. Leikmenn finna hér hvort þeir verða sóknar- eða varnarspilarar, spila hratt upp við borðið eða með þyngri högg langt frá borðinu o s frv. Því er mikilvægt að hafa þjálfara sem þekkja leikmennina vel og geta hjálpað þeim að fullkomna sinn eigin leikstíl.

Bandapróf fyrir lengra komin

Lengra komin taka 4 bandapróf hið minnsta, áður en þeir fara upp í Úrvals hópurinn. Þ.e. **græna bandið, bláa bandið, rauða bandið** og **bleika bandið**. Þessi bönd tryggja að leikmenn fullkomni vald sitt á grunnhöggnum og geti sýnt fram á góðan leikskilning fyrir framan prófdómara. **Rauða** og **bleika** eru erfiðari að því leyti að ef leikmenn uppfylla ekki kröfur prófdómara þurfa þeir að endurtaka prófið seinna til að ná bandinu.

ÚRVAL

Efsta stigið okkar er Úrvals hópurinn. Þar á leikstíll að vera kominn og leikmenn að keppa því sem næst allar helgar. Aldur er mismunandi, allt frá unglíngum og upp í fullorðna, mikilvægast er að geta leikmanna sé svipuð til að æfingar gangi sem best. Æfingar eru 5-6 sinnum í viku, tveir tímar í senn hið minnsta. Á úrvalsæfingum eru áherslurnar eftirfarandi:

Dýpka leikskilning enn frekar

Þar sem tæknin og leikstíllinn á að vera kominn hjá leikmönnum er nú farið dýpra í leikskilning. Leikir eru teknir upp og skoðaðir á æfingu þar sem þjálfari og leikmaður fara yfir þá saman til að auka skilninginn sem mest. Áherslan er nú komin á úrslit leikja og hvernig leikmaðurinn sjálfur getur náð sem mest út úr sínum leik. Lögð er meiri áhersla á að það er á valdi leikmannsins hversu langt hann vill ná. Hann verði að sýna frumkvæði og vera flinkur. Með þessu er t.d. átt við það að pirra sig ekki á lýsingu yfir borði sem trúfli uppgjafir þegar andlitið snýst upp þegar gefið er upp með forhönd. Skipta þá heldur yfir í bakhandaruppgjafir og halda ótrauður áfram.

Meira þrek

Þar sem leikmenn á Úrvalsæfingum eru að keppa í fremstu röð og berjast um landsliðssæti skiptir miklu máli að vera í eins góðu líkamlegu formi og hægt er. Leikmenn leggja áherslu á að bæta sig í alls konar þreki, s.s. snerpu, styrk og þol. Þjálfari undirbýr program fyrir leikmennina og heldur utan um framfarir, sem hann getur svo farið yfir með leikmönnum í samtölum.

Enn meira af kúluæfingum

Á Úrvalsæfingum er lögð mikil áhersla á kúluæfingar. Þar sem leikmenn eru komnir langt er mikilvægt að hafa mjög persónubundnar æfingar þar sem þjálfari getur náð sem mest úr hverjum leikmanni fyrir sig. Þess vegna reynum við að tryggja kúluæfingar að lágmarki 2-3 sinnum í viku fyrir hvern leikmann. Þannig haldast leikmenn í toppformi og geta skoðað nákvæmlega atriði sem þarf að laga eftir hvern leik.

Andlega hliðin

Það erfiðasta sem leikmenn á hæsta getustigi þurfa að kljást við er andlega hliðin. Borðtennis reynir mikið á andlega þar sem þetta er einstaklingsíþrótt og smávægilega mistök geta haft mikil áhrif. Því er mikilvægt að þjálfarar styðji vel við leikmennina og þekki þá vel til að geta undirbúið þá fyrir leik. Við höfum því alltaf þjálfara á hverju einasta móti sem getur undirbúið leikmenn rétt andlega og verið til staðar á meðan keppni stendur og eftir.

Bandapróf fyrir Úrval

Leikmenn sem fara í Úrval klára sín síðustu bandapróf, þ.e. **dökkbláa bandið** og **svarta bandið**. Þar þurfa leikmenn að geta sýnt fram á þau valdi allt það sem nefnt hefur verið hér að framan til að þreyta prófin. Prófin eru mjög erfið og þarf oft margar tilraunir til að ná þeim. Þeir leikmenn okkar sem hafa náð svarta bandinu spila allir í efstu deild og eru í landsliðshópum Íslands sömuleiðis.

Á næstu blaðsíðu er yfirlitsmynd sem sýnir bandapróf Borðtennisdeildar BH.

BANDAPRÓF BH

TIL HANINGTU! ÞÚ ERT MEÐ HVÍTA BANDIÐ!

Það getur verið erfitt að ljúka ein mundað að hver æfing er skref fram á við.

SKILYRÐI FYRIR GULA BANDIÐ

1. Sjána hvernig á að haldast rétt á spaðanum
2. Sjána og útskýra upphafsstöðu
3. Sjána og útskýra "Híðar saman híðar/krabbahopp" hóstað
4. Slá 10 skopp-bolta með forhönd og bakhönd
5. Hæla kúlu 5x á lofti
6. Slá 5x með forhönd
7. Slá 5x með bakhönd
8. Sjána og útskýra lögleiga uppgjöf
9. Spurning: Nehðu 3 félög fyrir utan BH sem spila borðtennis á Íslandi

SKILYRÐI FYRIR GRÆNA BANDIÐ

1. Slá 20x með forhönd og bakhönd
2. Slá 10x með forhönd og bakhönd til skiptis
3. Lúppa 10x með forhönd
4. Lúppa 5x með bakhönd
5. Puta 5x með forhönd í forhönd og bakhönd til skiptis
6. Puta 5x með bakhönd í forhönd og bakhönd til skiptis
7. Smassa 10x
8. Sjána 3 mismunandi uppgjafir og a.m.k. eina stutta
9. Spurning: Hverji eru Íslandsmeistarar í meistaraflokki karla og kvenna?

SKILYRÐI FYRIR BLEIKA BANDIÐ

1. Lúppa 20x með forhönd og bakhönd
2. Lúppa 10x með forhönd og bakhönd gegn undir- og yfirsnúningi
3. Blökka 15x með forhönd og bakhönd til skiptis
4. Flappa undir-, híðar- og yfirsnúning
5. Sjána og útskýra híðastig (aðstæp)
6. Lúppa á lopp 5x með forhönd
7. Útskýra hvernig stuttir takkar, langir takkar og anti-gúmmi virka
8. Dæma eina lotu
9. Sjána 6 mismunandi uppgjafir þar af a.m.k. 2 stuttar, 1 með yfir-, 1 með híðar- og 1 með undirsnúningi
10. Spurning: Hverji eru Evrópu- og Heimameistarar í karla- og kvennaflokki?

SKILYRÐI FYRIR RAUÐA BANDIÐ

1. Lúppa 15x með forhönd og bakhönd til skiptis
2. Lúppa 10x með forhönd gegn undirsnúningi
3. Lúppa 5x með bakhönd gegn undirsnúningi
4. Blökka 10x með forhönd og bakhönd
5. Flappa 5x með forhönd og 5x með bakhönd
6. Taka 5x stutt á móti stuttu uppgjöf
7. Útskýra þaðú takklína þegar verið er að smassa og fiska
8. Útskýra staðsetningar í opnum
9. Sjána 5 mismunandi uppgjafir og a.m.k. tveir stuttar og eina hraða
10. Spurning: Hverji eru Íslandsmeistarar í 1. deild karla og kvenna? Nehðu tvo leikmenn úr hvoru liði.

SKILYRÐI FYRIR BH-BLÁA BANDIÐ

1. Gera 3 umferðir af Falkenberg
2. Lúppa 10x með forhönd í forhönd og bakhönd til skiptis
3. Lúppa 10x með bakhönd í forhönd og bakhönd til skiptis
4. Lúppa 5x með forhönd gegn undirsnúningi
5. Útskýra móttakar gegn undir-, yfir- og híðarundirsnúningi
6. Útskýra reglur um time-out, handkláði og vatn-mat í leik
7. Sjána 4 mismunandi uppgjafir og a.m.k. ein stutt með undirsnúningi
8. Spurning: Hraða leikmenn BH eru í meistaraflokki karla og kvenna?

SKILYRÐI FYRIR DÖKKBLÁA BANDIÐ

1. Lúppa á lopp 10x með forhönd
2. Útskýra stökkuð borðans og vera á undan að sækja í 5 stögum
3. Taka stutt á móti stuttu uppgjöf og haldast stuttum 5 sinnum í röð
4. Taka á móti 10 stuttum uppgjöfum (annað hvort stutt á móti eða flappa)
5. Lúppa 10 langar uppgjafir (undir-, híðar og yfirsnúningar)
6. Sjána og útskýra lössaþök
7. Sjána og útskýra hvernig á að spila gegn löngum og stuttum tökkum
8. Þolþróf: 1 mínúta af Falkenberg í kulufélagum
9. Sjána 7 mismunandi uppgjafir þar af a.m.k. 3 stuttar, 1 með undir-, 1 með híðar-, 1 með yfirsnúningi og 1 hraða
10. Spurning: Hver er landsliðsgjafi og hverji voru í Íslenska landsliðinu á síðasta tímabili?

SKILYRÐI FYRIR SVARTA BANDIÐ

Forkrafa: Vinna einhvern í meistaraflokki á móti

1. Lúppa á lopp 15x með forhönd
2. Lúppa á lopp 5x með bakhönd
3. Taka á móti 10 óreglulegum uppgjöfum
4. Lúppa 10x gegn óreglulegum undirsnúningi
5. Sjána og útskýra feik í móttökum með bæði forhönd og bakhönd
6. Spila lotu á móti löngum og stuttum tökkum
7. Þolþróf: 1 og ½ mínúta af Falkenberg í kulufélagum
8. Segja til – aðling í taktík og leikskráningi
9. Sjána 8 mismunandi uppgjafir þar af a.m.k. 3 stuttar, 1 með undirsnúningi, 1 með híðarundirsnúningi, 1 með yfirsnúningi og 1 hraða uppgjöf
10. Spurning: Nehðu 5 leikmenn sem hafa orðið Íslandsmeistarar í meistaraflokki karla og kvenna

Útskriftarleikur gegn leikmanni í meistaraflokki

VI: Atburðadagatal BH

Að neðan er viðburðaáætlun Borðtennisdeildar BH fyrir tímabilið 2024-2025. Viðburðirnir eru auglýstir í Sportablar og á samfélagsmiðlum deildarinnar.

Á sunnudögum er opinn tími fyrir öll. Þar gefst iðkendum og utanaðkomandi tækifæri til að spila borðtennis til gamans og ef menn óska þess þá fá þeir leiðsögn.

Viðburðirnir að neðan eru bæði sérstakir félagslegir viðburðir og keppni.

Júlí

- Sumarnámskeið
- Unglingalandsliðsstarf
- Endurskoðun handbókar
- Einstaklingsæfingar
- Engin mót
- Styrktarþjálfun

Ágúst

- Arctic Open
- Sumarfrí
- Æfingamót
- Styrktarþjálfun

September

- Pizzakvöld
- Forgjafamót
- Foreldrakvöld
- Unglingamót BH
- Styrktarþjálfun

Október

- Aldursflokkamót Dímonar
- Íslandsmótið í flokkakeppni
- Hrekkjavökuæfing
- Tækniþjálfun

Nóvember

- Hópefli keppnishóps
- Stórmót HK
- Danmerkurferð allra hópa
- Tækniþjálfun

Desember

- Evrópukeppni félagsliða
- Jólaæfingabúðir BH
- Bandapróf

- Keppnisþjálfun

Janúar

- Opna Hafnarfjarðarmótið – opið mót fyrir öll getustig.
- Evrópumeistaramótið
- Grunnskólamót Hafnarfjarðar og Garðabæjar
- Keppnisþjálfun

Febrúar

- Unglingamót Víkings
- Hjálmarsmót KR
- Íslandsmótið
- Keppnisþjálfun

Mars

- Styrkleikamót Víkings
- Unglingamót HK
- Íslandsmót unglunga
- Undanúrslit í liðakeppni
- Keppnisþjálfun

Apríl

- Úrslit í liðakeppni
- Bikarkeppni
- Unglingamót Garps
- Bandapróf
- Gróðursetning
- Keppnisþjálfun

Maí

- Skólamót Víkings
- Íslandsmót öldunga
- Lokamót BTÍ
- Borðtennisþing
- Leikgreiningar
- Tækniþjálfun

Júní

- Sumarnámskeið
- Lokahóf Borðtennissambandsins
- Fjölskylduhátíð 17. Júní
- Aðalfundur
- Tækniþjálfun



VII: Stjórn BH

AÐALSTJÓRN BADMINTONFÉLAGS HAFNARFJARÐAR 2024-2025

FORMAÐUR	Erla Björg Hafsteinsdóttir
VARAFORMAÐUR	Ingimar Ingimarsson
GJALDKERI	Auður Kristín Árnadóttir
RITARI	Snjólaug Birgisdóttir
BADMINTONDEILD	Kristján Arnór Kristjánsson
BORÐTENNISDEILD	Jóhannes Bjarki Urbancic Tómasson
FULLTRÚI UNGRA	Freyr Víkingur Einarsson

STJÓRN BADMINTONDEILDAR BH 2024-2025

FORMAÐUR	Erla Björg Hafsteinsdóttir
VARAFORMAÐUR	Sebastian Vignisson
GJALDKERI	Auður Kristín Árnadóttir
RITARI	Frímann Ari Ferdinandsson
MEÐSTJÓRNANDI	Kristján Arnór Kristjánsson
MEÐSTJÓRNANDI	Snjólaug Birgisdóttir
FULLTÚRI UNGRA	Freyr Víkingur Einarsson

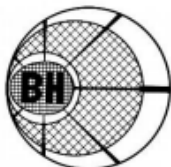
STJÓRN BORÐTENNISDEILDAR BH 2024-2025

FORMAÐUR OG GJALDKERI	Jóhannes Bjarki Urbancic Tómasson
VARAFORMAÐUR	Ingimar Ingimarsson
RITARI	Nedelina Ivanova
MEÐSTJÓRNANDI	Haukur Hauksson
MEÐSTJÓRNANDI	Dagur Snær Steingrímsson
MEÐSTJÓRNANDI	Jónína Dögg Loftsdóttir
MEÐSTJÓRNANDI OG FULLTRÚI UNGRA:	Sandra Dís Guðmundsdóttir

Nýjustu upplýsingar um stjórn félagsins sem og nefndir og ráð má alltaf finna á vef félagsins
www.badmintonfelag.is.



VIII: Forvarnarstefna BH



Forvarnarstefna Badmintonfélags Hafnarfjarðar

Badmintonfélag Hafnarfjarðar hefur mótað sér stefnu í forvarnarmálum. Stefnan er unnin útfrá [Viðbragðsáætlun íþróttta- og æskulýðsstarfs](#) og má finna þar ítarlegri upplýsingar og verkferla sem félagið mun nota í þeim málum sem upp koma. Í alvarlegum og erfiðum málum er skilt að leita aðstoðar hjá Samskiptaráðgjafa íþróttta- og æskulýðsstarfs.

Forvarnarstefnu BH er skipt upp í þrjá flokka, vímuvarnir, einelti og ofbeldi.

Stefna félagsins í vímuvörnum

Íþróttahreyfingin gegnir mikilvægu hlutverki í vímuvörnum. Rannsóknir á högum barna og ungmenna sýna að þau ungmenni sem eru virk í íþróttastarfi reiðir betur af og neyta síður vímuafna en þau sem ekki taka þátt. Einnig sýna rannsóknir að neysla áfengis, tóbaks og annarra vímuafna hefur neikvæð áhrif á árangur í íþróttum. Félagið vill efla enn frekar vímuvarnagildi íþróttta með því að taka skýra afstöðu gegn neyslu í tengslum við íþróttir. Í þessari stefnuyfirlýsingu er talað um vímuafnaneyslu og er þá átt við neyslu tóbaks, áfengis og annarra vímuafna.

Neysla tóbaks og vímuafna

Félagið er andvíggt neyslu tóbaks og vímuafna allra iðkenda og annarra félagsmanna sem koma að íþróttastarfi á vegum félagsins. Öll neysla tóbaks og vímuafna er bönnuð í tengslum við æfingar og keppni á vegum félagsins og er íþróttahúsið við Strandgötu reyklaust svæði.

Viðbrögð félagsins og áætlun um hvert skal leita

Félagið mun bregðast sérstaklega við allri neyslu iðkenda undir 18 ára aldri og foreldrar verða upplýstir um slíka neyslu. Þegar um sjálfráða einstaklinga er að ræða (eldri en 18) mun félagið bregðast við neyslu þeirra á vímuafnum og tóbaki ef reglur félagsins eru brotnar og við neyslu sem hefur áhrif á ástundun, frammistöðu og ímynd félagsins.

Viðbrögð við brotum á reglum þessum eiga að vera í formi tilmæla og ábendinga. Skili slík viðbrögð ekki árangri getur komið til tímabundins banns frá æfingum og/eða keppni. Viðbrögð munu samt ávallt mótast af vilja til að aðstoða iðkandann við að laga sig að reglum þannig að hann haldi áfram að starfa innan íþróttahreyfingarinnar.

Þjálfarar skulu vinna eftir forvarnarstefnu félagsins og bregðast við vímuafnaneyslu iðkenda á viðeigandi hátt.

Samstarf við foreldra

Félagið mun upplýsa foreldra um stefnu félagsins í vímuvörnum ásamt viðbragðsáætlun. Félagið mun standa að góðu samstarfi við foreldra iðkenda með fræðslu um neikvæð áhrif áfengis og annarra vímuafna á árangur í íþróttum.

Samstarf við aðra aðila sem sinna málefnum barna og unglinga

Félagið mun hafa samstarf við þá aðila sem sinna starfi barna og unglinga í þeirra hverfi ef þurfa þykir. Félagið mun einnig hafa samstarf við fagaðila og ÍSÍ, fá frá þeim fræðsluefni og miðla til iðkenda og foreldra.

Stefna félagsins í eineltismálum

Hjá Badmintonfélagi Hafnarfjarðar er lögð áhersla á góð samskipti og gangkvæma virðingu. Einelti er ekki liðið. Lögð er áhersla á að bjóða uppá skemmtilegt íþróttastarf þar sem iðkendum líður vel. Þjálfarar skulu hvetja iðkendur með jákvæðum hætti og iðkendur hvattir til að hrósa hver öðrum þegar vel er gert. Reglulega skal boðið uppá félagslega viðburði til að byggja upp jákvæðan félagsanda og stuðla að vináttu. Mikilvægt er að gagnkvæm virðing einkenni öll samskipti innan félagsins hvort sem um er að ræða samskipti milli eða innan stjórnar, þjálfara, iðkenda, foreldra/forráðamanna iðkenda, styrktaraðila eða annarra samstarfsaðila.

Fyrirbyggjandi aðgerðir

Þjálfarar og annað starfsfólk skulu sérstaklega gæta þess að tryggja viðhlítandi aga og koma í veg fyrir einelti. Þjálfarar í samráði við yfirþjálfara/íþróttastjóra reyna að koma í veg fyrir alla þá þætti sem dregið geta úr vináttu, virðingu og góðum samskiptum. Þjálfari er hvattur til að ræða málin við iðkanda ásamt yfirþjálfara. Þjálfari og yfirþjálfari eru hvattir til að bregðast við aðstæðum sem þeir telja alvarlegar. Ef foreldrar/forráðamenn verða varir við einelti utan æfinga sem gæti haft áhrif á eða teygt sig þar inn eru þeir hvattir til að láta þjálfara vita til að þeir átti sig fyrir á því sem gæti verið að gerast og til að hægt sé koma í veg fyrir eða að taka strax á einelti ef það kemur upp.

Viðbragðsáætlun

Verði vart við samskiptavanda eða ágreining skal reyna að leysa úr honum eins fljótt og unnt er samkvæmt eftirfarandi áætlun:

- Ræða við málsaðila, gefa öllum færi á að segja sína hlið málsins og leysa misskilning.
- Finna rót vandans og útkljá mál með samtali.
- Eiga almennt samtal um hegðun og framkomu við hópinn sem um ræðir.
- Fá fræðslu um æskileg samskipti fyrir hópinn.
- Vinna markvisst að betri samskiptum og bættari menningu innan hóps.
- Hafa samband við samskiptaráðgjafa ef ekki er hægt að leysa málið með ofangreindum ráðum.

Stefna félagsins í ofbeldismálum

Ofbeldi er ekki liðið hjá Badmintonfélagi Hafnarfjarðar í neinni mynd. Í málum sem upp koma mun félagið notast við [Viðbragðsáætlun íþróttá- og æskulýðsstarfs](#) og leita til Samskiptaráðgjafa íþróttá- og æskulýðsstarfs ef einhver vafi leikur á um það hvernig bregðast skuli við.

Félagið vil sporna við því í hvívetna að kynferðislegt ofbeldi geti átt sér stað innan félagsins eða í tengslum við starfsemi þess. Félagið mun hafa þetta m.a. í huga í tengslum við fræðslumál. Félagið mun í því skyni uppfæra starfsfólk um hugsanleg merki um kynferðislegt ofbeldi ásamt því að uppfæra um það hvernig hægt er að komast hjá því að slíkt eigi sér stað sem og að bregðast við því ef upp kemur. Rétt er að geta þess að kynferðislegt ofbeldi er lögreglumál og slíkum málum skal umsvifalaust vísað þangað, þau á ekki að leysa innan félagsins.

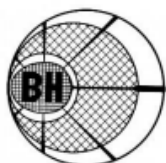
Viðbragðsteymi BH

Viðbragðsteymi BH er skipað formanni, varaformanni og framkvæmdastjóra. Hlutverk teymisins er eftirfarandi:

- Kynna þjálfara, iðkendur og foreldra fyrir stefnu félagsins
- Skipuleggja fræðsluerindi sem tengjast forvörnum.
- Bregðast við málum sem upp koma samkvæmt [viðbragðsáætlun íþróttá- og æskulýðsstarfs](#).
- Hlúa að starfsfólki og styðja það í viðbrögðum þess við atburðinum á vettvangi. Huga að eftirfylgd og meta hvort þörf sé á utanaðkomandi aðstoð.
- Tilkynna þung mál sem upp koma til samskiptaráðgjafa íþróttá- og æskulýðsstarfs og fá aðstoð með úrlausn þeirra.

Uppfært og samþykkt á fundi stjórnar í nóvember 2024

IX: Jafnréttisstefna og jafnréttisáætlun



Jafnréttisstefna og jafnréttisáætlun Badmintonfélags Hafnarfjarðar

Badmintonfélag Hafnarfjarðar stuðlar að jöfnum tækifærum sinna félagsmanna og mismunar ekki vegna kynferðis, uppruna, kynhneigðar, kynvitundar, aldurs, fötlunar, þjóðernis, trúarbragða, skoðana, litarháttar eða annarrar stöðu. Badmintonfélagið leggur áherslu á gagnkvæma virðingu í öllu starfi.

Niðurlægjandi framkoma svo sem einelti, ofbeldi, kynferðisleg áreitni, illt umtal og ósæmilegar vígsluathafnir er ekki liðin innan félagsins.

Allir félagsmenn eiga rétt á því að komið sé fram við þá af virðingu. Þeir sem verða fyrir kynferðislegri áreitni eða einelti eiga að snúa sér til þjálfara, framkvæmdastjóra eða formanns deildarinnar/félagsins sem hafa þá skyldu að koma málinu í réttan farveg.

Æfingtímar

Stjórn og starfsmenn BH skulu ávalt úthluta jafn mörgum æfingátímum til allra sem stunda æfingar innan sömu greinar og eru á sama aldri og getustigi. Þess er gætt að fjöldi og gæði tíma sé ekki mismunandi milli kynja.

Æfingaaðstaða

Öll kyn njóti sömu eða sambærilegrar aðstöðu og aðbúnaðar við æfingar hjá félaginu.

Fjármagn

Samræmi skal vera í fjárveitingum innan félagsins til íþróttagreina eftir kynjum. Málefnaleg rök skulu vera fyrir frávikum og skulu þau heyra til undantekninga.

Umfjöllun

Þess er gætt að umfjöllun um öll kyn og íþróttagreinar sé sem jöfnust á vefsíðum félagsins og í öllu efni sem félagið lætur frá sér fara t.d. útgáfu og fréttatilkynningum. Á þetta bæði við um texta og myndefni.

Fyrirmyndir

Fyrirmyndir eru kynntar á ígrundaðan hátt og þess gætt að þær séu af öllum kynjum og endurspegli þær áherslur sem eru hjá félaginu.

Vinna gegn staðalímyndum

Félagið vinnur markvisst gegn staðalímyndum með því að leitast við að jafna kynjahlutföll meðal iðkenda hvarrar íþróttagreinar fyrir sig. Á þetta við jafnt í starfi sem og allri umfjöllun um starfið.

Verðlaun

Verðlaun til allra kynja og innan allra greina eru sambærileg. Félagið skal upplýsa kostunaraðila og aðra samstarfsaðila um þá stefnu félagsins að jafnræðis skuli gætt milli kynja og greina í verðlaunum.

Laun eða hlunnindi

Kynin njóti sömu launa og/eða hlunninda fyrir sömu eða sambærileg störf hjá félaginu og sömu eða sambærilega menntun.

Styrkir

Við úthlutun styrkja skulu upphæðir/úthlutun eftir kynjum og aldri vera sem jöfnust hjá félaginu.

Þjálfarar og starfsfólk

Allir iðkendur, óháð kyni, eiga rétt á góðum þjálfara sem hæfir getu þeirra og aldri. Nauðsynlegt er að þjálfarar allra kynja séu vel menntaðir og hafi möguleika á að fá hæfa aðstoðarþjálfara sé þess þörf.

Þess skal gætt að kynjahlutfall þjálfara og starfsmanna sé sem jafnast.

Þjálfarar og starfsmenn félagsins skulu hafa sömu tækifæri, óháð kyni, til að afla sér þekkingar, símenntunar og stunda nám sem nýtist í starfi.

Stjórn, ráð og nefndir

Við skipan í nefndir, ráð og stjórnir á vegum félagsins er þess gætt að hlutfall kynjanna sé sem jafnast og hlutfall eins kyns ekki meira en 60% þegar um fleiri en þrjá fulltrúa er að ræða. Þess er gætt á opinberum samkomum, í fjölmiðlum og annars staðar að fulltrúar félagsins sem koma fram fyrir hönd félagsins sé ekki aðeins af einu kyni.

Jafnréttisáætlun

Jafnréttisáætlun Íþróttafélagsins byggir á lögum nr. 150/2020 um jafna stöðu og jafnan rétt kynjanna og tekur einnig mið af lögum nr. 85/2018 um jafna meðferð utan vinnumarkaðar. Jafnréttisáætlunin er jafnframt byggð á vinnu Íþróttá- og Ólympíusambands Íslands og Jafnréttisstofu um gerð jafnréttisáætlana fyrir Íþróttafélög og leiðbeiningar þess efnis.

IÐKENDUR			
Markmið	Aðgerð	Ábyrgð	Tíma-rammi
ÆFINGATÍMAR OG AÐSTAÐA			
Iðkendur á sama aldri í sömu íþróttagrein fái óháð kyni jafn marga og sambærilega æfingátíma.	Úttekt á æfingátíma kynja í sömu íþróttagrein og á sama aldri.	Stjórn eða framkvæmdastjóri.	Árlega
Aðstaða og aðbúnaður mismuni ekki iðkendum eftir kyni.	Úttekt á aðbúnaði og aðstöðu kynja í sömu grein og á sama aldri. Leiðrétta kynbundinn mun ef er.		
FJÁRVEITINGAR OG FJÁRAFLANIR			
Samræmi sé tryggt í fjárveitingum til íþróttagreina óháð kyni iðkenda.	Úttekt á því hvernig fjármagni er skipt milli íþróttagreina eftir kynjum.	Stjórn eða framkvæmdastjóri.	Árlega
Möguleikar til fjáraflana í nafni félagsins séu jafnir óháð kyni iðkenda.	Haldið er kynjabókhald utan um fjáraflanir í nafni félagsins. Leiðrétta kynbundinn mun ef er.		
FJÖLBREYTNÍ OG UNNIÐ GEGN FORDÓMUM			
Íþróttafélagið þjóni fjölbreyttum hópi iðkenda. Jafna kynjahlutföll í greinum þar sem því er viðkomið.	Kortlagning á iðkendahóp í greinum (ef við á) eftir kynjum og aldri. Staðan og viðbrögð tekin til umræðu á æðsta vettvangi eftir því sem við á.	Stjórn og framkvæmdastjóri	Árlega
Unnið sé gegn staðalímyndum og fordómum.	Fræðsla um staðalímyndir og fordóma fyrir þjálfara, stjórn og starfsfólk. Skýrir verkferlar um hvernig tekið sé á fordómum. Leiðrétta kynbundinn mun ef er.		
KYNNINGARMÁL OG VIÐURKENNINGAR			
Iðkendum er ekki mismunað eftir kyni eða vegna annarra mismununarástæðna í fréttum eða kynningarefni sem félagið sendir frá sér.	Úttekt á fréttum og öðru efni sem félagið sendir frá sér m.t.t. kyns.	Stjórn eða framkvæmdastjóri.	Árlega
Viðurkenningar eru veittar án kynbundinnar mismununar.	Haldið er kynjabókhald utan um veittar tilnefningar og viðurkenningar.		
Verðlaun eru sambærileg fyrir öll kyn í sömu greinum.	Haldið er kynjabókhald utan um veitt verðlaun. Leiðrétta kynbundinn mun ef er.		

FORVARNIR OG FRÆÐSLA			
Unnið er gegn kynbundnu ofbeldi, kynbundinni áreitni og kynferðislegri áreitni innan félagsins.	Fræðsla fyrir þjálfara og starfsfólk félagsins Vinna eftir Viðbragðsáætlun Íþrótt- og æskulýðsstarfs og hún kynnt öllu starfsfólki árlega	Stjórn félagsins.	Á tveggja ára fresti
Samstarfsaðilar þekki stefnu félagsins í jafnréttismálum	Jafnréttisstefna félagsins kynnt fyrir samstarfsaðilum.		

ÞJÁLFAVARAR

Markmið	Aðgerð	Ábyrgð	Tíma-rammi
Þjálfarar eru vel menntaðir og vel að sér um jafnrétti kynjanna. Þjálfarar njóta sömu launa og kjara fyrir sömu eða sambærileg störf og hafa sömu tækifæri til að afla sér þekkingar.	Fræðsla um jafnrétti kynjanna fyrir þjálfara, stjórn og starfsfólk félagsins. Úttekt á menntun, launum og launakjörum þjálfara m.t.t. kyns. Leiðrétta kynbundinn mun ef er.	Stjórn eða framkvæmdastjóri.	Árlega

NEFNDIR OG RÁÐ

Markmið	Aðgerð	Ábyrgð	Tíma-rammi
Kynjahlutfalls er gætt í nefndum, ráðum og stjórnnum félagsins. Hlutfall kvenna og karla sé sem jafnast og ekki minna en 40% þegar um fleiri en þrjá fulltrúa er að ræða. Öll kyn hafa tækifæri til að koma fram fyrir hönd félagsins.	Úttekt á nefndum, ráðum og stjórnnum félagsins m.t.t. kyns. Úttekt á hverjir koma fram fyrir hönd félagsins m.t.t. kyns. Leiðrétta kynbundinn mun ef er.	Stjórn félagsins. Stjórn félagsins.	Árlega

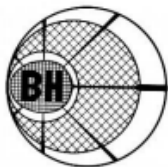
EFTIRFYLGNI/ENDURSKOÐUN

Í janúar ár hvert skal framkvæmdastjóri í samvinnu við stjórnir deilda og aðalstjórn gera úttekt og mælingu á stöðu jafnréttis innan félagsins og kynna niðurstöðuna á aðalfundi. Ef þörf er á úrbótum skal svo fljótt sem auðið er setja það í farveg.

Markmið	Aðgerð	Ábyrgð	Tíma-rammi
Jafnréttisáætlunin sé virk í öllu starfi félagsins.	Áætlunin og árangur verkefna kynnt innan félagsins og birt á heimasíðu.	Stjórn	Árlega
Jafnréttisáætlunin er í sífelldri þróun.	Fara yfir jafnréttisáætlunina og uppfæra m.t.t. árangurs og reynslu.		
Jafnréttisáætlunin er endurskoðuð á fjögurra ára fresti	Tillaga að nýrri jafnréttisáætlun lögð fram byggð á fyrri reynslu. Ný jafnréttisáætlun til næstu fjögurra ára samþykkt og tekur gildi.		Fjórða hvert ár

Uppfært og samþykkt á stjórnarfundi í nóvember 2024

X: Siðareglur BH



Siðareglur Badmintonfélags Hafnarfjarðar

Markmið siðareglna Badmintonfélags Hafnarfjarðar er að veita félagsmönnum leiðbeiningar og vera þeim hvatning til góðrar framkomu bæði í leik og starfi. Siðareglurnar eru hluti af þeim félagsanda sem ríkir í BH og þurfa að njóta almenns stuðnings meðal félagsmanna. Þær eru ekki tæmandi, heldur leiðbeinandi og hvetjandi. Reglurnar byggja á siðareglum sem íþróttahreyfingin hefur sett sér og gilda fyrir alla starfsemi félagsins, jafnt í húsnæði þess sem utan þess.

Siðareglur BH skal kynna öllum félagsmönnum í upphafi hvers vetrar og hafa þær ávalt sýnilegar á vef félagsins. Siðareglurnar skal endurskoða að minnsta kosti annað hvert ár.

Brot á siðareglum getur varðað tímabundin eða tafarlausan brottrekstur úr félaginu og/eða starfi þess.

Iðkandi (17 ára og yngri)

Þú ættir að:

1. Gera alltaf þitt besta.
2. Virða alltaf reglur og venjur varðandi heiðarleika í íþróttum.
3. Taka þátt í íþróttum af eigin forsendum en ekki vegna þess að foreldrar/forráðamenn þínir eða þjálfari vilji það.
4. Sýna öðrum iðkendum virðingu, jafnt samherjum sem mótherjum.
5. Þræta ekki eða deila við dómara.
6. Sýna öðrum virðingu og vera heiðarlegur og opinn gagnvart þjálfara og forystufólki félagsins.
7. Forðast neikvætt tal eða niðurlægjandi köll um samherja, mótherja, dómara, þjálfara eða starfsmenn félagsins.
8. Koma fram við aðra eins og þú vilt að aðrir komi fram við þig.
9. Vera stundvís á æfingar, keppnir og annað sem viðkemur félaginu.
10. Bera ætíð virðingu fyrir nafni og búningi félagsins.

Iðkandi (18 ára og eldri)

Þú ættir að:

1. Gera alltaf þitt besta.
2. Sýna öðrum ávallt virðingu jafnt í meðbyr sem mótbyr og hafðu hugfast að þú ert fyrirmynd yngri iðkenda.

3. Virða alltaf reglur og venjur varðandi heiðarleika í íþróttum.
4. Hafa heilbrigði alltaf að leiðarljósi. Forðastu að taka áhættu varðandi heilsu þína með því að neyta áfengis, tóbaks eða annarra vímuefna.
5. Neyta aldrei ólöglegra lyfja til að bæta árangur þinn.
6. Virða alltaf ákvarðanir dómara og annarra starfsmanna.
7. Vera stundvís á æfingar, keppnir og annað sem viðkemur félaginu.
8. Bera virðingu fyrir hæfileikum og getum annarra, óháð kyni, kynþætti, stjórnmalaskoðunum, trúarbrögðum og kynhneigð.
9. Forðast neikvæð ummæli eða skammir.
10. Vera heiðarlegur og opinn í samvinnu við þjálfara og aðra sem styðja þig.
11. Taka sjálfur höfuðábyrgð á framförum þínum og þroska.
12. Forðast nán samskipti við þjálfara þinn.
13. Tjá þig aldrei við fjölmiðla um félagið eða iðkendur og starfsmenn þess án samráðs við stjórnendur félagsins eða fulltrúa þeirra.
14. Bera ætíð virðingu fyrir nafni og búngingum félagsins.

Þjálfari

1. Meðhöndlaðu alla iðkendur á einstaklingsgrunni og á þeirra eigin forsendum. Hafa ber í huga að þú ert að byggja upp fólk, bæði líkamlega og andlega.
2. Styrktu jákvæða hegðun og framkomu iðkenda.
3. Sjáðu til þess að þjálfun og keppni og þar af leiðandi markmið séu við hæfi iðkenda með tilliti til aldurs, reynslu og hæfileika.
4. Vertu stundvís á æfingar, keppnir og annað sem viðkemur félaginu og vel undirbúinn.
5. Haltu á lofti heiðarleika innan íþróttarinnar.
6. Viðurkenndu og sýndu virðingu fyrir þeim ákvörðunum sem dómara taka.
7. Fáðu iðkendur til að vera með í þeim ákvörðunum sem tengjast þeim og kenndu þeim að bera ábyrgð á eigin hegðun og framförum í íþróttinni.
8. Vertu jákvæður, réttlátur, umhyggjusamur og heiðarlegur gagnvart iðkendum þínum.
9. Viðhafðu jákvæða gagnrýni og forðastu neikvæða gagnrýni. Hrósaðu framförum sérhvers iðkenda og samstarfsfólks.
10. Vertu meðvitaður um hlutverk þitt sem fyrirmynd, bæði utan vallar og innan.
11. Settu ávallt á oddinn heilsu og heilbrigði iðkenda þinna og varastu að setja þá í aðstöðu sem ógnað gæti heilbrigði þeirra.
12. Talaðu alltaf gegn notkun ólöglegra lyfja.
13. Talaðu alltaf gegn notkun áfengis, tóbaks og annarra vímuefna.
14. Sýndu iðkendum sem orðið hafa fyrir meiðslum athygli, veittu þeim umhyggju og fylgdu málinu eftir.
15. Viðurkenndu rétt iðkandans til þess að leita ráða frá öðrum þjálfurum.
16. Sýndu aldrei né leyfðu ógnandi eða ofbeldisfulla tilburði.
17. Beittu aldrei kynferðislegu, líkamlegu eða andlegu áreiti.

18. Forðastu líkamlega snertingu við iðkendur, nema þar sem hún er nauðsynlegur hluti þjálfunarinnar.
19. Sinntu iðkendum á æfingum og í starfi tengdu íþróttinni, en þess utan skaltu halda þig í faglegri fjarlægð. Notaðu samskipti í gegnum síma og internetið aðeins til boðunar æfinga og upplýsingagjafar.
20. Forðastu að koma þér í þá aðstöðu að þú sért einn með iðkanda. Taktu aldrei að þér akstur iðkenda, nema með leyfi foreldra/forráðamanna.
21. Þér ber skylda til að tilkynna til barnaverndaryfirvalda ef grunur leikur á að barn hafi verið vanrækt, því misþyrmt eða búi við aðstæður sem geta lagt heilsu þess og þroska í hættu.
22. Vertu meðvitaður um hlutverk þitt sem fyrirmynd, bæði utan vallar og innan.
23. Gættu trúnaðar og sýndu aðgætni við meðferð og vörslu persónuupplýsinga. Undantekningu frá þagnarskyldu má einungis gera af brýnni nauðsyn og í samræmi við lagaboð.
24. Tjáðu þig aldrei við fjölmiðla um félagið eða iðkendur og starfsmenn þess án samráðs við stjórnendur félagsins eða fulltrúa þeirra.
25. Leggðu þitt af mörkum til að skapa gott andrúmsloft og félagsleg tengsl.
26. Skilaðu inn sakavottorði sé eftir því óskað af hálfu félagsins.

Stjórnarmaður/starfsmaður

1. Stattu vörð um anda og gildi félagsins og sjáðu um að hvort tveggja lifi áfram meðal félagsmanna.
2. Kappkostaðu heiðarleika og drengilega framkomu og hafðu jákvæðar samskiptavenjur í heiðri. Vertu ávallt til fyrirmyndar varðandi hegðun og framkomu, bæði innan félags og utan.
3. Komdu fram við alla félagsmenn sem jafningja, óháð kyni, trúarbrögðum, stjórnámálaskoðunum, litarhætti og kynhneigð.
4. Haltu félagsmönnum vel upplýstum og gerðu félagsmenn að þátttakendum í ákvarðanatöku eins og hægt er.
5. Taktu alvarlega þá ábyrgð sem þú hefur gagnvart félaginu og iðkendum.
6. Notfærðu þér aldrei stöðu þína hjá félaginu til eigin framdráttar á kostnað félagsins.
7. Tjáðu þig aldrei við fjölmiðla um félagið eða iðkendur og starfsmenn þess án samráðs við stjórnendur félagsins. Ræddu ekki málefni einstakra félagsmanna á opinberum vettvangi, án samþykkis viðkomandi. Málefnaleg umfjöllun um verkefni félagsins og þátttaka í faglegri umræðu er heimil. Í slíkri umfjöllun skal virða rétt félagsmanna til friðhelgi og gæta nafnleyndar þar sem við á.
8. Gættu trúnaðar og sýndu aðgætni við meðferð og vörslu persónuupplýsinga. Undantekningu frá þagnarskyldu má einungis gera af brýnni nauðsyn og í samræmi við lagaboð.
9. Rektu félagið ávallt eftir löglegum og ábatasömum reikningsaðferðum.

10. Tilkynntu stjórn félagsins ef upp koma aðstæður í starfi félagsins sem kunna að varða við lög.
11. Stjórnarmenn skulu reka félagið eftir löglegum reiknisskilaaðferðum og haga útgjöldum í samræmi við tekjur.
12. Skilaðu inn sakavottorði sé eftir því óskað af hálfu félagsins.

Foreldri/forráðamaður

Hafðu ávallt hugfast að:

1. Barnið þitt er í íþróttum vegna eigin ánægju en ekki til að gleðja þig.
2. Hvetja barnið þitt til þátttöku í íþróttum á eigin forsendum, ekki þvinga það.
3. Hrósa öllum iðkendum, ekki aðeins þínu barni, bæði þegar vel gengur og þegar á móti blæs. Aldrei gera grín að barni eða hrópa að því ef það gerir mistök.
4. Vera iðkendum fyrirmynd í því að taka ósigri af æðruleysi, taka sigri hrokalaust og sýna andstæðingum kurteisi.
5. Berðu virðingu fyrir störfum þjálfarans, ekki reyna að hafa áhrif á störf hans meðan á æfingu eða keppni stendur.
6. Sýna þátttöku sjálfbóðaliða hjá félaginu þakklæti og virðingu því án þeirra hefði barnið þitt ekki möguleika á að stunda æfingar og keppni með félaginu.
7. Spurðu iðkandann hvort keppnin eða æfingin hafi verið skemmtileg eða spennandi, úrslitin eru ekki alltaf aðalatriðið.

Viðbragðsáætlun vegna brota á siðareglum félagsins

Brot á siðareglum BH skal tilkynna til viðbragðsteymis félagsins sem skal taka það fyrir og setja í farveg við fyrsta tækifæri. Viðbragðsteymið skipa framkvæmdastjóri, formaður og varaformaður. Viðbragðsteymið er hvatt til að leita ráðgjafar hjá Æskulýðsvettvanginum eða samskiptaráðgjafa íþróttá og æskulýðsstarfs í erfiðum málum. Einnig er hægt að tilkynna brot til viðbragðsteymis ÍBH eða óháðs fagráðs Hafnarfjarðarbæjar.

Ef um er að ræða brot sem snýr að kynferðislegri áreitni eða ofbeldi skal stjórn eða aðrir ekki reyna að taka á málinu sjálf heldur leita strax aðstoðar hjá barnavernd, lögreglu eða öðrum yfirvöldum.

Ef meintur gerandi er starfsmaður, iðkandi eða sjálfbóðalið hjá félaginu skal víkja honum frá störfum/æfingum tímabundið á meðan unnið er í málinu. Fylgja skal málum eftir samdægurs

Samþykkt á fundi aðalstjórnar í nóvember 2020.

XI: Persónuverndarstefna BH

Persónuverndarstefna Badmintonfélag Hafnarfjarðar

1. Almennar upplýsingar

Badmintonfélag Hafnarfjarðar, kt. 501001-3090, til heimilis að Strandgötu 53, 220 Hafnarfirði, leggur ríka áherslu á að vernda persónuupplýsingar sem unnið er með í starfsemi. Persónuverndarstefnu þessari er ætlað að skýra hvernig við öflum og notum persónuupplýsingar og hvaða réttindi einstaklingar eiga sem skráðir eru hjá Badmintonfélagi Hafnarfjarðar. Persónuverndarstefnan tekur mið af regluverki persónuverndar eins og það er á hverjum tíma.

Badmintonfélag Hafnarfjarðar telst vera ábyrgðaraðili í skilningi laganna og ber samkvæmt því ábyrgð á því hvernig persónuupplýsingar eru unnar í starfsemi. Persónuverndarstefnan er aðgengileg á heimasíðu Badmintonfélags Hafnarfjarðar og var þessi útgáfa samþykkt þann 8.mars 2021 á fundi aðalstjórnar.

2. Meginreglur persónuverndar

Við höfum ávallt í huga meginreglur persónuréttar við vinnslu persónuupplýsinga. Þessar reglur fela meðal annars í sér að persónuupplýsingar séu:

- áreiðanlegar og uppfærðar reglulega;
- unnar með lögmætum, sanngjörnum og gagnsæjum hætti;
- fengnar í skýrt tilgreindum og málefnalegum tilgangi;
- unnar af hófsemi og miðast við tilgang söfnunar;
- varðveittar með öruggum hætti og ekki lengur en þörf er á;
- unnar þannig að viðeigandi öryggi persónuupplýsinganna sé tryggt.

Við leitumst við að öll vinnsla persónuupplýsinga sé viðhöfð með hliðsjón af meginreglunum þannig að tryggja megi réttind einstaklinga sem best.

3. Hvaða persónuupplýsingum söfnum við, um hverja og hvernig ?

Vinnsla persónuupplýsinga hjá Badmintonfélagi Hafnarfjarðar fer í flestum tilfellum fram í tengslum við samþykka félagsaðild eða á grundvelli lögmætra hagsmuna, samnings eða laga. Badmintonfélag Hafnarfjarðar vinnur meðal annars persónuupplýsingar um starfsfólk félagsins, forráðamenn, iðkendur og félagsmenn.

- Starfsumsækjendur
- Starfsmenn
- Félagsmenn
- Iðkendur
- Keppendur
- Viðskiptamenn (t.d. birgja, verktaka osfrv.)

Eðli og magn upplýsinganna sem safnað er fer eftir því hvaða einstaklinga er um að ræða. Ólíkum upplýsingum er safnað á milli flokka einstaklinga. Dæmi um flokka persónuupplýsinga og upplýsingar sem við vinnum eru:

- Starfsumsækjendaupplýsingar, svo sem nafn, kennitala, heimilisfang, fyrri störf og menntun, kunnátta og fleiri upplýsingar í tengslum við starfsumsóknir.
- Starfsmannaupplýsingar, svo sem nafn, kennitala, mynd, lögheimili, sími, netfang, starfsheiti, bankareikningur og fleira. Við kunnum einnig að vinna viðkvæmar persónuupplýsingar um starfsmenn, eins og heilsufarsupplýsingar vegna veikinda og upplýsingar um stéttarfélagsaðild.
- Félagsmanna- eða iðkendaupplýsingar, svo sem nafn, kennitala, netfang, hlutverk í hreyfingu.
- Upplýsingar um keppendur, svo sem nafn, kennitala, kyn, íþróttagrein, árangur, heiti móts, tegund móts.
- Viðskiptamannaupplýsingar, svo sem nafn, netfang, tengsl við fyrirtæki, símanúmer, starfsheiti og samskiptasaga.

Ekki er um tæmandi upptalningu að ræða, en persónuupplýsingarnar sem við vinnum koma venjulega beint frá skráðum einstaklingi. Þær geta þó einnig komið frá þriðja aðila eins og t.d. sérsamböndum, opinberum aðilum og fyrirtækjum.

4. Hver er grundvöllur og tilgangur vinnslunnar ?

Badmintonfélag Hafnarfjarðar vinnur persónuupplýsingar um einstaklinga á grundvelli samþykkis, einkum um félagsmenn og iðkendur sem gerast aðilar að félaginu. Einnig í markaðstilgangi, til dæmis þegar við sendum fréttabréf eða markpósta, byggjum við á upphaflegu samþykki einstaklingsins sem um ræðir.

Þegar við skráum upplýsingar um félagsmenn og iðkendur Badmintonfélags Hafnarfjarðar í skráningarkerfi félagsins þá gerum við það til að halda utan um skráningu iðkenda og félagsmanna. Þetta er einnig gert til að halda utan um greiðslur æfingagjalda og félagsgjalda. Svo er félaginu skylt að senda upplýsingar um iðkendur og félagsmenn til ÍSÍ, sérsambanda og opinberra aðila. Einnig vinnum við persónuupplýsingar á grundvelli lögmætra hagsmuna vegna myndavélaeftirlits í öryggis- og eignavörslutilgangi. Í slíkum tilvikum fullvissum við okkur um það að grundvallarréttindi og frelsi skráðra einstaklinga vegur ekki þyngra en okkar hagsmunir af því að vinna upplýsingarnar.

Í sumum tilvikum vinnum við persónuupplýsingar einstaklinga á grundvelli samningssambands. Það á við einkum um starfsumsækjendur, starfsmenn, viðskiptamenn, birgja og verktaka. Það getur einnig verið í þeim tilgangi að koma slíku samningssambandi á.

Þá fer vinnsla fram til að uppfylla lagaskyldu sem hvílir á okkur, svo sem í tengslum við útgreiðslu launatengdra gjalda, samkvæmt vinnuréttarlöggjöf eða á grundvelli jafnréttislaga, svo sem þegar við skráum upplýsingar um kyn félagsmanna.

Viðkvæmar persónuupplýsingar eru einkum unnar um starfsfólk og iðkendur á grundvelli samnings og lagaskyldu. Í þeim tilvikum höfum við gert viðeigandi verndarráðstafanir í samræmi við gerðar kröfur.

5. Miðlun

Almennt miðlum við ekki persónuupplýsingum einstaklinga sem eru skráðir hjá okkur. Badmintonfélag Hafnarfjarðar kann þó að miðla persónuupplýsingum til þriðja aðila við ákveðnar aðstæður. Til dæmis getur verið um að ræða þjónustuaðila eða verktaka sem veita ákveðna þjónustu, eins og fyrirtæki sem þjónusta skráningar- og mótakerfið okkar. Getur þá verið nauðsynlegt að veita slíkum aðila aðgang að persónuupplýsingum þannig að hann geti þjónustað félagið.

Þegar slíkir aðilar hafa aðgang að persónuupplýsingum vegna eðli þjónustunnar sem um ræðir tryggir Badmintonfélag Hafnarfjarðar að aðeins séu afhentar persónuupplýsingar sem eru nauðsynlegar og um ábyrga vinnsluaðila sé að ræða sem bjóða upp á þjónustu sem uppfyllir skilyrði persónuverndarlaga, m.a. með tilliti til öryggis persónuupplýsinga.

6. Öryggi

Mikið er lagt upp úr öryggi persónuupplýsinga hjá Badmintonfélagi Hafnarfjarðar og hefur verið gripið til viðeigandi tæknilegra og skipulagslegra ráðstafana til að vernda persónuupplýsingar, með hliðsjón af eðli og umfangi þeirrar vinnslu sem um ræðir. Í því felst meðal annars innleiðing ferla og verklags, sem og tæknilegar öryggisráðstafana, sem taka tillit til eðli upplýsinganna sem um ræðir og áhættu fyrir skráða einstaklinga.

Verði öryggisbrestur sem varðar persónuupplýsingar og hefur í för með sér áhættu fyrir skráða einstaklinga mun Badmintonfélag Hafnarfjarðar tilkynna slíkt án ótilhlýðilegra tafa til Persónuverndar. Í ákveðnum tilfellum ber Badmintonfélagi Hafnarfjarðar einnig að tilkynna skráðum einstaklingum um öryggisbresti. Badmintonfélag Hafnarfjarðar hefur komið sér upp verkferlum til að bregðast við slíkum aðstæðum.

7. Geymsla og eyðing

Badmintonfélag Hafnarfjarðar geymir persónuupplýsingar í þann tíma sem nauðsynlegt er til að uppfylla tilgang vinnslunnar sem um ræðir nema lengri geymslutíma sé krafist eða hann leyfður samkvæmt lögum. Að þeim tíma liðnum er upplýsingunum eytt.

Upplýsingar sem skráðar eru um einstaklinga í gagnagrunninn Felix, svo sem nafn, heimilisfang, kyn og fæðingarár eru geymdar ótímabundið í gagnagrunninum í sögulegum tilgangi.

Sé möguleiki á því að þörf verði fyrir persónuupplýsingar síðar til að uppfylla lagaskyldu eða vegna lögmætra hagsmuna, mun Badmintonfélag Hafnarfjarðar varðveita þær persónuupplýsingar með eins öruggum hætti og nauðsyn ber til þangað til ekki er lengur þörf á upplýsingunum.

8. Réttindi skráðra einstaklinga

Einstaklingar geta óskað eftir upplýsingum um vinnslur Badmintonfélags Hafnarfjarðar og einnig geta þeir óskað eftir því að nýta önnur réttindi með því að senda skriflega fyrirspurn á netfangið: bhbadminton@hotmail.com. Dæmi um réttindi einstaklinga eru:

- aðgangur að skráðum persónuupplýsingum
- afrit af persónuupplýsingum, réttur til leiðréttingar persónuupplýsinga og eyðingar
- fá upplýsingar um vinnslu með persónuupplýsingar
- mótmæla vinnslu vegna beinnar markaðssetningar og/eða takmarka vinnslu
- draga til baka samþykki fyrir vinnslu
- óska eftir því að persónuupplýsingar séu fluttar til annars aðila
- beina kvörtun um vinnslu til eftirlitsyfirvalda

Einstaklingar kunna að eiga frekari réttindi í tengslum við vinnslu Badmintonfélags Hafnarfjarðar á persónuupplýsingum. Þá kunna réttindi einstaklinga að vera háð takmörkunum sem leiða meðal annars af lögum eða lögmætum hagsmunum Badmintonfélags Hafnarfjarðar.



Við munum óska eftir staðfestingu á auðkenni þeirra einstaklinga sem óska eftir aðgangi að persónuupplýsingum á grundvelli reglugerðarinnar, svo sem með ökuskírteini eða vegabréfi. Það er gert til þessa að tryggja það að upplýsingarnar berist ekki í hendur óviðkomandi aðila.

9. Samskipti við Badmintonfélag Hafnarfjarðar og Persónuvernd

Fyrirspurnum vegna persónuverndarmála Badmintonfélags Hafnarfjarðar er unnt að beina á netfangið bhbadminton@hotmail.com.

Komi upp ágreiningur um meðferð persónuupplýsinga hjá Badmintonfélagi Hafnarfjarðar er unnt að senda kvörtun til Persónuverndar. Upplýsingar um hvernig hafa má samband við Persónuvernd má finna á heimasíðu Persónuverndar: www.personuvernd.is.

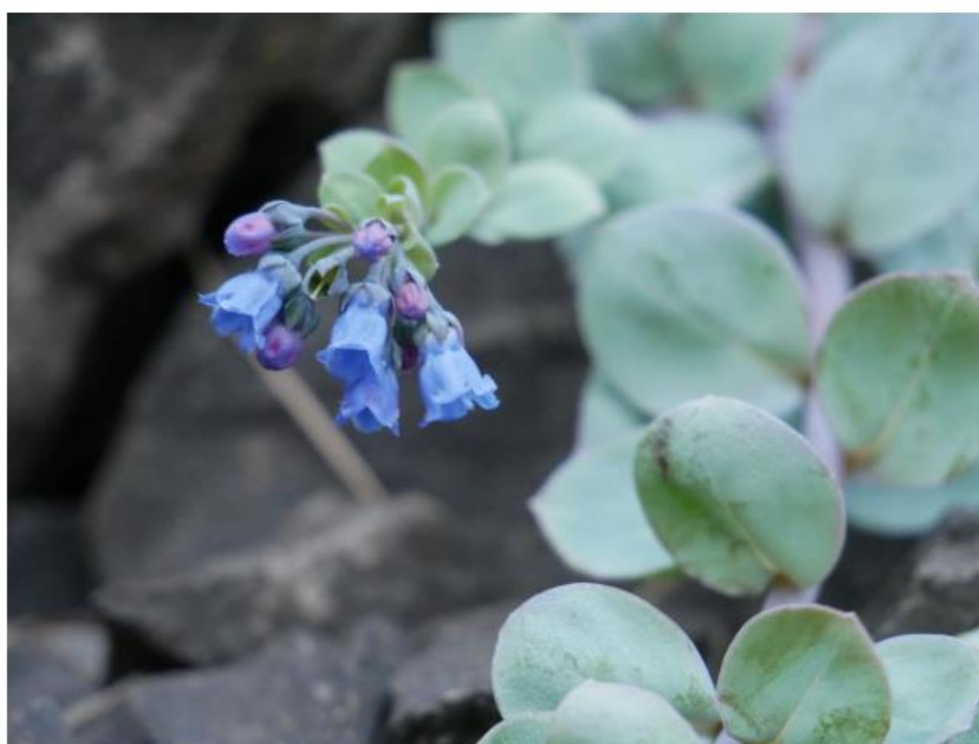
10. Breytingar

Persónuverndarstefnan er endurskoðuð reglulega og kann því að taka breytingum. Breytingar á stefnunni öðlast gildi við birtingu nýrrar útgáfu persónuverndarstefnunnar á heimasíðu Badmintonfélags Hafnarfjarðar, www.badmintonfelag.is.

XII: Umhverfisstefna Borðtennisdeildar BH

BORÐTENNISDEILD BH

UMHVERFISSTEFNA OG AÐGERÐAÁÆTUN 2019-2025



Október 2019

BORÐTENNISDEILD BH

UMHVERFISSTEFNA OG AÐGERÐAÁÆTLUN

Borðtennisdeild BH – Umhverfisstefna og aðgerðaáætlun.

©Jóhannes Bjarki Urbancic Tómasson 2019

Ljósmyndir: Jóhannes Bjarki Urbancic Tómasson
Mynd á forsíðu: Blálilja (*Mertensia maritima*) sem vex í fjörum Hafnarfjarðar.

©Merki Borðtennisdeildar BH: Gunnar Omar Lillie Magnússon

Hönnun og umbrot: Jóhannes Bjarki Urbancic Tómasson
Prófarkalestur: Tómas Ingi Shelton
Letur í meginmáli: Calibri, 14p.

Útgefandi: Borðtennisdeild BH, Álfafelli, Strandgötu 53, Hafnarfirði

Öll réttindi áskilin

Öllum er frjálst að dreifa þessari skýrslu án endurgjalds, afrita hana í heild eða að hluta til, svo sem með ljósmyndun, prentun, hljóðritun eða á annan sambærilegan hátt, án skriflegs leyfis höfundar eða útgefanda svo lengi sem uppruna er getið og efnið notað í fræðilegum tilgangi, til kennslu eða við smíði aðgerða gegn loftslagsbreytingum.

Gefið út í Hafnarfirði – bænum í hrauninu.

Inngangur

Loftslagsmál eru umfangsmesta verkefni samtímans og mikið liggur á að samfélag okkar bregðist við loftslagsvánni sem allra fyrst á sem skilvirkastan hátt. Í baráttunni gegn loftslagsbreytingum eru óteljandi vígvellir. Þrátt fyrir að menn hafi um tveggja alda skilning á loftslagsmálum hefur lítið verið um aðgerðir til að sporna við þeim þangað til á síðustu árum og áratugum (Halldór Björnsson o.fl., 2018). Fyrirtæki og félagasamtök setja sér nú í óðaönn umhverfisstefnur og umhverfisvottanir eru komnar á drjúgan hluta vörupakkninga í hillum verslana. Í íþróttahæminum hefur nokkuð vantað upp á þátttöku í baráttunni gegn loftslagsmálum, og kemur það nokkuð á óvart. Kennsluhlutverk íþróttafélaganna felst ekki aðeins í því að kenna börnum að iðka íþróttir heldur er það engu síður að búa til fyrirmyndir utan vallar. Í BH eru þjálfararnir okkar fyrirmyndir.

Við samningu þessarar umhverfisstefnu var lítið til umhverfisstefnu annarra íþróttafélaga og íþróttasamtaka. Því miður er þar oftast en ekki gripið í tómt. Íþrótt- og ólympíusamband Íslands (ÍSí) hefur sett sér hvað ítarlegustu umhverfisstefnuna þar sem er meðal annars fjallað um umhverfissjónarmið við byggingu íþróttamannvirkja, staðsetningu viðburða, vistvæn innkaup og endurvinnslu úrgangs. Þó tiltekur hún fá dæmi eða aðgerðir sem auðvelt er fyrir íþróttafélög að innleiða. Af þeim atriðum sem nefnd eru í umhverfisstefnu ÍSí og eru á valdi Borðtennisdeildar BH að framkvæma hafa öll verið tekin inn í þessa umhverfisstefnu.

Þegar lítið er til okkar nágrannafélaga eru engin af smærri íþróttafélögum í Hafnarfirði búin að marka sér stefnu í umhverfismálum. Haukar eru með umhverfisstefnu þar sem kveðið er á um að jarðgera skuli lífrænan úrgang, hvetja iðkendur og þjálfara til að ganga eða hjóla á æfingar, takmarka notkun pappírs, flokka endurnýtanlegar umbúðir, tryggja lengri endingu muna og sameinast í bíla þegar keyra þarf langar leiðir. Fleiri atriði eru svo tínd til sem tengjast umhverfismálum mislítið. Af þeim atriðum sem snerta umhverfismál í umhverfisstefnu Hauka hafa öll verið tekinn inn í umhverfisstefnu Borðtennisdeildar BH, ýmist óbreytt, eða, það sem algengara er, í nokkuð róttækara formi. Það kom höfundi virkilega á óvart að sjá að Fimleikafélag Hafnarfjarðar (FH) hefur ekki sett sér neina opinbera stefnu í umhverfismálum og ekki er að finna á heimasíðu þess eða í útgefnum gögnum orð eins og „umhverfisstefna“, „umhverfismál“, „vistspor“ eða „kolefnisfótspor.“ Hins vegar er í nýjustu ársskýrslu FH tvisvar fjallað um „skattspor“ félagsins, það er hvað félagið greiðir mikinn skatt til ríkis og sveitafélaga. Það er von okkar að stærri félög axli ábyrgð í samræmi við bolmagn sitt í loftslagsmálum. Til þess að umhverfisstefna jafnlíttillar deildar og Borðtennisdeildar BH geti haft veruleg áhrif í loftslagsmálum höfum við því skeytt við einu markmiði undir lok skýrslunnar. Markmiðið er að hvetja önnur félög, sérstaklega stærri íþróttafélög í nágrenninu, til að líta í auknum mæli á umhverfismál sem samfélagslega skyldu í grunnrekstri félaganna.

Í aðgerðaáætlun stjórnvalda er gerð grein fyrir því að til þess að ná settum markmiðum Parísarsamkomulagsins nægja ekki aðgerðir opinberra aðila eingöngu heldur er nauðsynlegt fyrir almenning, fyrirtæki og félagasamtök að leggja sitt af mörkum til baráttunnar (Umhverfis- og auðlindaráðuneytið, 2018). Það skiptir máli að draga sem mest úr losun mengandi gróðurhúsalofttegunda, að stuðla að aukinni bindingu kolefnis í náttúruleg vistkerfi, minnka losun á visteitrandi efnum og að endurvinnna þau hráefni sem til eru eftir fremsta megni. Þrátt fyrir að viðamikil verk sé fyrir höndum geta allir lagt hönd á plóg. Borðtennisdeild BH hefur nýlega skipað sér umhverfisnefnd til að miðla umbótum í rekstri deildarinnar til stjórnar. Nefndin er sem stendur skipuð Tómasi Inga Shelton, yfirþjálfara deildarinnar, og Vigdísu Freyju Helmutsdóttir, vistfræðingi. Í þessari skýrslu sem samin var að frumkvæði umhverfisnefndar Borðtennisdeildar BH verður stuttlega gerð grein fyrir framlögum Borðtennisdeildar BH til baráttunnar gegn loftslagsbreytingum með yfirlýstum



markmiðum og aðgerðaáætlun sem sundurliðar hvernig má ná þeim markmiðum sem sett eru fram. Enn fremur er gerð grein fyrir því hvernig meta skuli árangurinn af þeim aðgerðum sem ráðist er í þar sem við á.

Við lesturinn skal hafa í huga að hér er aðeins um fyrstu umhverfisstefnu Borðtennisdeildar BH að ræða og því væntanlega margt sem má betur fara og ýmis skref eru hér ótekin. Líta má á þessar aðgerðir sem fyrsta litla fótsporið af, vonandi, mörgum grænum skrefum BH.

Fyrir hönd Umhverfisnefndar,

per. per. Jóhannes Bjarki Urbancic Tómasson,
Skýrsluhöfundur.

Markmið og aðgerðir

Í þessum hluta verður fjallað um sértækar aðgerðir í loftslagsmálum. Þeim er gefinn stuttur bakgrunnur þar sem viðfangsefnið er útskýrt, því næst eru þær aðgerðir sem gripið er til lagðar fram og að lokum er greint frá hvernig árangur af aðgerðunum verður metinn þar sem það á við.

Endurvinnsla á borðtenniskúlum

Brotnar borðtenniskúlur eru að öllum líkindum stærsti hluti þess úrgangs sem fellur til við dagleg störf borðtennisdeildar. Áður fyrr voru borðtenniskúlur gerðar úr nítrosellulósa en vegna eldhættu var reglum um innihaldsefni borðtenniskúlna breytt árin 2014-2015. Þá var nítrosellulósi bannaður sem innihaldsefni í borðtenniskúlum en plastefni notuð í staðinn. Fyrstu árin eftir að kúlunni var breytt prófuðu framleiðendur sig áfram með mismunandi plastefni en fljótlega kom í ljós að tvö innihaldsefni henta best sem hráefni í borðtenniskúlur – pólýstýren (PS) og akrónitríl bútadíen stýren (ABS). Borðtenniskúlur eru yfirleitt aðeins samsettar úr öðru hvoru þessara efna og því er ætti að vera hægt að endurvinna kúlur í heilu lagi. Mögulega myndi þó þurfa að flokka gerðirnar tvær í sundur áður en þær yrðu endurunnar.

Almennt er hægt að endurvinna pólýstýren (poly(1-phenylethene-1,2-diyl)) (hér eftir PS) án mikils tilkostnaðar. PS er algengt plastefni sem er meðal annars notað í einnota hnífapör, frauðplast, jóгурtdósir, geisladiskahulstur og einnota snyrtivörur. Ekki er talið að pólýstýren myndi visteitrandi (e. ecotoxic) efni við urðun en hins vegar brotnar það ekki greiðlega niður í náttúrunni. Stór hluti þess plastúrgangs sem hefur safnast upp í úthöfum er pólýstýren sem ekki hefur verið endurrunnið eða því verið fargað með óviðunandi hætti. Það er því mikilvægt að leita lausna til að endurvinna pólýstýrenborðtenniskúlur.

Akrónitríl 1,3-bútadíen stýren (ABS) er plastefni með breytilega efnasamsetningu eftir því fyrir hvað það er framleitt. Framleiðsla á ABS-pasti hefur hlotið aukna athygli nýlega þar sem það er eitt af helstu hráefnunum sem notað er í þrívíddarprentun. ABS er þó notað í fleiri vörur, til dæmis í legókubba, klarinett og sem litarefnisauki í húðflúrbleki. ABS getur brotnað niður að hluta til við náttúrulegar aðstæður ef það fær að liggja í sólarljósi. Hins vegar er mikilvægt að farga ABS plasti á viðunandi hátt þar sem það brotnar niður í vistmengandi örplast. Nokkuð magn af lífrænum leysiefnum þarf til að framleiða ABS og óumhverfisvænir orkugjafar, eins og jarðgas og olía, eru yfirleitt notuð við framleiðsluna sem veldur losun á koldíoxíði (CO₂), kolmónoxíði (CO) og blásýrugasi (HCN). Endurvinnsla á ABS getur verið torsótt en það er von okkar að hægt verði að endurvinna ABS á Íslandi eða í nágrennalöndum innan tíðar. Það er sérstaklega mikilvægt að ABS sé endurrunnið rétt eða því fargað á réttan hátt því bruni á ABS við óviðunandi aðstæður losar nokkuð magn hreins bútadíens sem er þekktur krabbameinsvaldur í mönnum.

Aðgerðir: Leggja inn fyrirspurn hjá endurvinnslustöðvum til að athuga möguleikann á því að endurvinna borðtenniskúlur og gera samstarfssamning þar um. Ef ekki er hægt að endurvinna kúlur sem stendur þá athuga hvort borðtennisdeild BH geti, með deildum annarra félaga, beitt sér fyrir því að opna fyrir möguleikann á endurvinnslu borðtenniskúlna.

Mældur árangur: Að samtal um endurvinnslu á borðtenniskúlum sé hafið og helst að samstarfssamningur náist með endurvinnslustöðvum um endurvinnslu borðtenniskúlna.

Áætluð verklok: Lok árs 2019

Samgöngustyrkur

Það skiptir miklu máli að þjálfarar BH séu fyrirmyndir barnanna, ekki aðeins þegar að kemur að borðtennisiðkun, heldur einnig utan vallar. Þjálfarar geta sýnt fordæmi með því að nýta sér vistvæna ferðamáta til og frá æfingum. Með því sparast ekki oliubruni sem þarf til að knýja einkabíl, heldur stuðar notkun vistvænna samgangna einnig að heilbrigðari lífstíl. Í dag velur ungt fólk að taka bílpróf síðar á lífsleiðinni og með fyrirsjáanlegri þéttingu byggðar og uppbyggingu borgarlínu má gera ráð fyrir því að sú þróun muni halda áfram. Það er því ekki aðeins eðlilegt heldur ákjósanlegt að setja fordæmi fyrir því að notkun almenningssamgangna sé raunhæfur kostur fyrir alla. Markmiðið er að hlutfallslega verði sífellt fleiri ferðir farnar til og frá æfinga með vistvænum hætti.

Aðgerðir: Að veita þeim þjálförum sem nota umhverfisvænar samgöngur til að komast leiðar sinnar á æfingu styrk fyrir samgöngum, til dæmis með strætókorti eða vetrardekkjum undir hjól. Styrkurinn fer eftir umfangi þjálfunar.

Mældur árangur: Að ferðir þjálfara á æfingar séu hlutfallslega fleiri með vistvænum hætti tímabilið 2019-2020 en tímabilið á undan. Þetta skal mælt í starfsmannakönnun.

Flöskur og dósir

Það má með auðveldum hætti minnka kolefnisfótspor borðtennisdeildarinnar með því að koma upp aðstöðu til að safna saman flöskum og dósum til endurvinnslu. Plastflöskur eru notaðar undir drykkjarvatn á æfingum og mótum og þeim er fargað þegar þær eru ekki lengur nothæfar. Plastflöskur eru auðveldar í flokkun á endurvinnslustöðvum og hátt hlutfall þeirra skilar sér í endurvinnslu. Þær má endurvinna sem ýmis pastefni, til dæmis sem plastull, flís eða önnur fataefni. Áldósir koma ekki til sögu í starfi borðtennisdeildarinnar en þó birtast einstöku dósir sem hafa fylgt mönnum á æfingu, sem áhorfendur nota á mótum og heimaleikjum liðanna eða sem falla til við sérvíðburði í starfi BH. Áldósir eru mjög orkufrekar í framleiðslu en aðeins brotabrot af þeirri orku sem þarf til að framleiða áldós er notuð við að endurvinna hana. Áldósir eru endurunnar í aðrar áldósir eða í nytjamálm.

Innviðir til að endurvinna drykkjarilát eru mjög aðgengilegir á Íslandi og því lítið til fyrirstöðu að ganga þetta skref í umhverfismálum. Þrátt fyrir að sorphirða sé ekki undir beinu starfi borðtennisdeildar BH gæti hún samt komið upp aðstöðu til flokkunar drykkjariláta. Um þetta mætti ýmist semja við rekstraraðila íþróttahússins eða að deildin myndi koma upp eigin flokkunaraðstöðu og sjá um tæmingu hennar.

Aðgerðir: Að koma upp aðstöðu til að safna flöskum og dósum til endurvinnslu innan æfingasals borðtennisdeildar BH.

Að hvetja iðkendur til að nota fjölnota drykkjarmál, til dæmis vatnsbrúsa, á æfingum.

Áætluð verklok: Lok október 2019

Endurvinnsla pappá

Ekki eru sérstakar pappatunnur í Íþróttahúsinu á Strandgötu en til staðar er pappagámur sem hægt er að skila pappír og pappá í. Pappír er notaður af borðtennisdeildinni fyrir leikskýrslur á borðtennismótum, fyrir þrekprógrömm og taktískar æfingar. Borðtennisgúmmi og borðtenniskúlur koma þökkuð í pappá- eða pappírsumbúðir og þau eru notuð fyrir mat og drykki. Borðtennisdeildin hefur nú þegar minnkað notkun pappírs með því að koma upp tveimur tússtöflum þar sem farið er yfir einfaldar taktískar æfingar, skráningu úrslita og önnur einföld verk sem annars þyrfti að gera á blaði.

Það er stórt umhverfisspor á bakvið urðun pappírs og pappa þar sem auðveldlega má endurvinna hann í nauðsynjavörur. Bylgjupappi er til dæmis enduruninn í meiri bylgjupappa en annar pappír og pappi eru til dæmis endurunin í klósettpappír, dagblöð og sléttan pappa. Líkt og með endurvinnslu drykkjarumbúða mætti gera samning við rekstraraðila hússins um að koma upp pappírs- og pappaendurvinnsluástöðu fyrir borðtennisdeildina eða að borðtennisdeildin myndi sjá um það sjálf.

Aðgerðir: Að koma upp aðstöðu til að endurvinna þann pappa sem fellur til í starfi borðtennisdeildar BH. Einnig að hvetja til þess að pappa- og pappírstunnu verði komið upp fyrir almenning í Íþróttahúsinu á Strandgötu.

Áætluð verklok: Lok árs 2019

Fjölnota leirtau á mótum

Minnka má kolefnisfótspor borðtennismóta með því að notast sem mest við fjölnota- í stað einnota leirtaus. Nota má diska, hnífapör, glös og bolla sem til staðar eru í íþróttahúsinu til þess að selja eða bera fram mat og drykki í stað einnota varnings. Þetta er smávægilegt umhverfisskref fyrir borðtennisdeildina þar sem nokkuð hefur verið lagt upp úr því hingað til að bjóða ekki upp á mat og drykk í einnota umbúðum. Þó hefur oft verið boðið kaffi í pappamálum. Það má auðveldlega laga og minnka þar með vistspor borðtennismóta lítillega.

Aðgerðir: Að stefnt verði að því að nota fjölnota leirtau í stað einnota plast- og pappaborðbúnaðar þegar boðið er upp á veitingar og drykki á viðburðum borðtennisdeildar BH.

Loftslagsvænt fæði

Vandasamt getur verið fyrir íþróttafélag að bjóða upp á mat fyrir stóran hóp iðkenda þar sem gera þarf ráð fyrir mörgum þáttum, til dæmis ofnæmum, ópoli, matarsíðferði og matvönsku. Í auknum mæli hafa börn og unglingar tekið sjálfviljug upp sína eigin matarsíði sem byggjast ýmist á umhverfissíðferði, dýravelferð eða annarri heimspeki. Þegar kemur að vali á mat skiptir auðvitað mestu máli að maturinn sé næringarrík og fjölbreyttur en einnig þarf að gera ráð fyrir því að hann innihaldi þá orku sem nauðsynleg er fyrir hverjar aðstæður fyrir sig.

Borðtennisdeild BH ber fram mat og drykk við ýmis tilefni. Í fyrsta lagi eru gjarnan léttar veitingar og drykkir á borðtennismótum. Þar er yfirleitt helst að finna ýmist bakkelsi, svo sem kleinur, vinarbrauð, hnetur, snúða og annað brauðmeti sem ekki er metið hér að hafi teljandi umhverfisáhrif umfram aðra sambærilega matarflokka. Þó mætti bjóða upp á ávexti sem eru á uppskerutíma þar sem þeir hafa yfirleitt lítið umhverfisfótspor, innihalda orku og næringu. Ávextir eru sérlega umhverfisvæn og næringarrík fæða á uppskerutíma. Hvað drykki á mótum varðar er yfirleitt boðið upp á vatn, kaffi og te. Framleiðsla tes losar mun minna kolefni en framleiðsla kaffis og því mætti passa upp á að hafa það fýsilegan valkost á sama tíma og boðið er upp á kaffi. Helst mætti gera framreiðslu tes umhverfisvænni með því að notast við te sem er ekki pakkað inn í mörg lög umbúða (t.d. plast utan um kassann, kassa, bréf og tepoka). Þegar kemur að vali á kaffi skal reyna að velja kaffimerki sem er með góða umhverfisvottun, til dæmis „Bird friendly“ vottun Smithsonian-stofnunarinnar. Ef slíkt kaffi fæst ekki er skárna að nota kaffi með lakari vottun (t.d. Rainforest alliance) en þá skiptir miklu máli að umbúðirnar séu greiðlega endurvinnanlegar. Forðast skal að dreifa drykkjum í flöskum, dósnum eða fernum nema tryggt sé að umbúðirnar verði endurunnar.

Á séstökum viðburðum á vegum borðtennisdeildarinnar, til dæmis á skemmtikvöldum krakkanna, árshátíð, fundum, veislum og öðrum viðburðum er gjarnan pantaður matur. Stefnt skal að því að biðja ekki um óþarfar umbúðir utan um pantaðan mat og að hráefni matarins sé sem umhverfisvænast.

Almennt er umhverfisvænna að panta mat án kjöts en með kjöti. Einnig er umhverfisvænna að nota ost, egg, kjúkling og svínakjöt í stað nautakjöts.

Einstöku sinnum býður borðtennisdeild BH upp á heimalagaðan mat. Þá skal miða að því að minnka hlutfall kjöts sem stuðlar að mikilli losun gróðurhúsalofttegunda og nota í staðinn grænmetisfæði eða umhverfisvænna kjöt. Sem dæmi má í spaghetti bolognese auðveldlega skipta út 1000 grömmum af nautahakki fyrir 500 grömm af svínahakki, eggaldin, lauk og hvítlauk. Þegar kemur að loftslagsvænu fæði skiptir mestu máli að nota almenna skynsemi þegar kemur að matarvali.

Aðgerðir: Að loftslagsvænt fæði sé borið fram eins og kostur gefst.

Umhverfisvæn innkaup og meðferð muna

Þegar kemur að innkaupum á varningi skiptis varningurinn sem borðtennisdeild BH kaupir nokkurn veginn í tvennt: í sérhæfðan varning og rekstarvörur. Sérhæfður varningur, til dæmis borðtenniskúlur, borðtennisborð, gúmmí, lím og spaðar, er eðli málsins samkvæmt mjög sérhæfður og erfitt er að skipta honum út fyrir umhverfisvænni varning. Þess vegna skal fara sparlega með sérhæfðan varning innan félagsins til þess að sjaldnar þurfi að skipta honum út. Rekstarvörur, til dæmis pappír, kaffi, uppþvottasápa o.s.frv. felur í sér tækifæri til að skipta út þeim varningi sem ekki fellur að umhverfisstefnu borðtennisdeildar BH, fyrir umhverfisvænni vörur. Þar skal taka tillit til vistspors framleiðisufervis vörunnar og möguleika á endurvinnslu.

Aðgerðir: Kaupa skal inn endurvinnanlegar rekstrarvörur sem hafa lítið vistspor. Nota skal rekstarvörur hóflega og passa vel upp á sérhæfðar vörur.

Ferðir á mót og æfingabúðir

Ákvarðanatáka þegar kemur að ferðum á borðtennismót og æfingabúðir er líklega það svið sem borðtennisdeild BH getur nýtt sér hvað mest til að koma í veg fyrir óþarfa losun kolefnis.

Innanlands er flug almennt óumhverfisvænasti valkosturinn til að ferðast þótt það sé stundum ódýrasti valkosturinn. Borðtennisdeild BH skal miða að því að senda keppendur og/eða þjálfara aldrei með flugi innanlands nema augljós þörf sé á því að taka flug í stað þess að nota aðrar samgöngur. Borðtennisdeild KR og borðtennisdeild BH hafa báðar lagt upp úr því að taka strætó á mót úti á landi. Hér skal stefna að því að taka strætó eða bíl þegar einungis einn er á ferð út á land en vegna kostnaðar við strætisvagnafar getur verið fýsilegra að fara mörg saman á einum bíl þegar fleiri en eitt er á ferð. Mestu máli skiptir þó að fljúga ekki innanlands.

Þegar ferðir eru skipulagðar á mót erlendis skal stefna að því að lágmarka kolefnisfótspor ferðarinnar, til dæmis með því að fljúga styttri vegalengdir og taka þaðan rútur, lestir eða ferjur eftir því sem við á. Um kolefnisjöfnun er fjallað sérstaklega.

Aðgerðir: Að miða við að taka rútur, lestir og ferjur í stað flugs.

Umhverfisvænni bifreiðar

Stöku sinnum kemur upp sú staða að leikmenn eða þjálfarar þurfa að fara á bíl út á land. Þar sem bílaeign er mun lægri í borðtennisdeild BH en í sambærilegum borðtennisdeildum getur þurft að leigja bíl. Þegar þörf er á að leigja bíl skal stefnt að því að leigja umhverfisvænan kost eftir atvikum, til dæmis metanbíll, tvinnbíll eða sambærilegan kost. Við gerð fjárhagsáætlunar verkefna skal gera ráð fyrir umhverfisvænni kosti.

Aðgerðir: Að leigja umhverfisvænni bifreiðar þegar leigja þarf bifreið.

Kolefnisjafna starfsemi

Í aðgerðaáætlun Ríkisstjórnarinnar í loftslagsmálum 2018-2030 er stefnt að því að markmiðum Parísarsáttmálans verði náð árið 2030 og að Ísland verði kolefnishlutlaust árið 2040. Þar er sérstaklega biðlað til félagsamtaka og almennings að taka þátt í aðgerðum sem snúa að loftslagsmálum. Umhverfisnefnd borðtennisdeildar BH hefur ákveðið að kolefnishlutleysa starfsemi sína á hverju ári auk þess að kolefnisjafna hana aftur í tímann frá upphafi reksturs. Þannig getur borðtennisdeildin best tekið ábyrgð á sinni losun og verið sjálfri sér aðhald þegar kemur að útblæstri gróðurhúsalofttegunda.

Til að tryggja að kolefnisjöfnunin nýtist á skilvirkan hátt og fari samstundis í aðgerðir skal kolefnishlutleyst í gegnum viðurkennda kolefnismarkaði á vegum Sameinuðu þjóðanna þar sem gefin eru út vottuð skuldabréf fyrir kolefnishlutleysingunni.

Aðgerðir: Að kolefnisjafna alla starfsemi borðtennisdeildar BH. Þar með talið eru ferðir þjálfara á æfingar, búnaður deildarinnar, veitingar, viðburðir og ferðir á mót og æfingabúðir, bæði héraðs og erlendis. Þetta skal gert í viðurkenndum kolefnissjóðum á vegum Sameinuðu þjóðanna.

Áætluð verklok: Að kolefnisjafna og birta stjórn borðtennisdeildar BH viðurkennt skuldabréf frá Sameinuðu þjóðunum eigi síður en viku eftir lok hvers keppnistímabils. Þessu skal lokið fyrir öll rekstarár borðtennisdeildar BH aftur í tímann fyrir lok árs 2019.

Ýmsir umhverfistengdir viðburðir

Umhverfisnefnd borðtennisdeildar BH skal upphefja umhverfistengda viðburði eftir því sem færi gefast. Ekki er unnt að festa slíka viðburði á skipulagi eins og mál standa.

Aðgerðir: Að halda ýmsa umhverfistengda viðburði eftir því sem færi gefast. Þannig mætti halda fræðslu um umhverfisvænt mataræði, veita umhverfisverðlaunin Græni spaðinn, sameiginlega viðburði eins og frætíslu eða trjáplöntun.

Miðlun umhverfisþekkingar í gegnum greinaskrif

Með því að setja sér skýrt markaða græna stefnu munu meðlimir borðtennisdeildar BH öðlast innsýn inn í það hvernig mögulegt er að draga úr umhverfisáhrifum sem hljóttast af rekstri íþróttafélaga. Þessari reynslu skalt deilt, faglega eða hversdagslega til annarra sem málið varðar. Við lítum á það sem hluta af samfélagslegri ábyrgð félagsins að deila þeirri þekkingu sem safnast mun innan félagsins til að auðvelda öðrum félögum að taka umhverfisvæn skref í sínum rekstri.

Aðgerðir: Að deila þeirri þekkingu sem safnast hefur meðal mannauðs borðtennisdeildar BH vegna þeirra grænu skrefa sem félagið tekur, fyrst allra borðtennisfélaga á Íslandi. Markmiðið er að skila einni fræðigreini á ári sem birtist innan íslenskra miðla. Greinin skal vera ritrynd ef kostur gefst.

Áætluð verklok: Ein grein birt á hverju keppnistímabili.

Skora á önnur félög að verða umhverfisvænni

Borðtennisdeild BH stefnir að því að verða fyrirmynd annarra félaga þegar kemur að umhverfismálum. Með heilsteypta umhverfisstefnu að vopni er markmiðið að draga verulega úr umhverfisáhrifum sem hljóttast af rekstri félagsins. Við munum skora á önnur félög, bæði í nágrenni okkar og fjær, að taka upp umhverfisstefnu sem þjónar því markmiði að taka sameiginlega á stærstu vandamálum heimsins. Ábyrgð íþróttafélaga er ekki aðeins að stunda íþróttir heldur að vera ábyrgar fyrirmyndir fyrir iðkendur, bæði innan vallar og utan. Við skorum á önnur félög að sýna þessa ábyrgð í verki.

Aðgerðir: Að hvetja önnur félög til að huga að umhverfi sínu með áskorunum og samstarfssamningum.

Heimildir

Halldór Björnsson, Bjarni D. Sigurðsson, Brynhildur Davíðsdóttir, Jón Ólafsson, Ólafur S. Ástþórsson, Snjólaug Ólafsdóttir, Trausti Baldursson, Trausti Jónsson. 2018. Loftslagsbreytingar og áhrif þeirra á Íslandi – Skýrsla vísindanefndar um loftslagsbreytingar 2018. Veðurstofa Íslands.

Umhverfis- og auðlindaráðuneytið (2018). Aðgerðaáætlun í loftslagsmálum 2018-2030 (1. útgáfa). Reykjavík: Umhverfis- og auðlindaráðuneytið. 44 bls.

Undirskriftir

Jóhannes Bjarki Urbancic Tómasson, skýrsluhöfundur

Vigdís Freyja Helmutsdóttir, varaformaður Umhverfisnefndar

Tómas Ingi Shelton, formaður Umhverfisnefndar

Álfafelli, 17. október 2019

