VELKOMMEN PÅ ET DIU-HOLD

DANMARKS ISHOCKEY UNION
Danish Ice Hockey Association

Velkommen på et DIU-hold

'Velkommen på et DIU-hold' samler alle de informationer, du har brug for at vide, når du er en del af et hold under Danmarks Ishockey Union. Informationerne henvender sig til både spillere, forældre, trænere og ledere. De er opstillet alfabetisk, så du kan bruge de følgende sider som et opslagsværk. Det er dog vigtigt, at du sætter dig ind i de forskellige regler og retningslinjer, der er nævnt under de forskellige punkter. Nedenfor kan du se oversigten over, hvilke punkter der bliver berørt i 'Velkommen på et DIU-hold'

- **Antidoping og medicin**
- **Databeskyttelsesforordning (GDPR)**
- **Egenbetaling**
- **Ernæring**
- **Forsikring**
- **Indkaldelse**
- **Integritet**
- **Pas, sundhedskort og EU-sygesikringskort**
- **Rusmidler**
- **Samarbejde**
- **Skader**
- **Smartphones, tablets og computere**
- **Sociale medier**
- **Sport og pengespil**
- **Transport og bestilling af rejse**
- **Tøj og materialer**
- **Uddannelse og Team Danmark**
- **Udlæg og afregning**

08/23

Antidoping og medicin
DIU er omfattet af Danmarks Idrætsforbunds og Anti Doping Danmarks antidopingregler og tager stærkt afstand fra enhver brug af doping. Alle unions- og landsholdsspillere er forpligtede til at stille op til dopingkontrol under Anti Doping Danmark (ADD) og IIHF. Spillerne vil løbende blive informeret omkring risikoen ved brug af doping, samt oplysning omkring proceduren mv. i forbindelse med dopingkontrol.

Alle ungdomsspillere under DIU, vil i forbindelse med landsholdsuddannelsen være underlagt at gennemføre E-learningsmodulet "Antidoping 1 Konkurrenceidræt", som er udarbejdet af ADD.

Spillere, der dagligt benytter sig af medicin, skal sikre sig, at dette IKKE står på WADA's liste over forbudte stoffer - det gælder for både klub- og landshold. Anti Doping Danmark har udarbejdet en medicin-app, "Anti Doping Danmark" hvor du selv har mulighed for at tjekke din medicin. Hent den på din mobil, så har du altid styr på om din medicin er lovlig eller ej.

Hvis du anvender medicin, der står på listen over forbudte præparater, skal du tale med din læge om at få ændret medicinen eller ansøge om en dispensation til at benytte din nuværende medicin. Medbring derfor altid en gyldig TUE (Therapeutic Use Exemptions) på al receptpligtig medicin du anvender, som står på forbuds-listen.

Det er **ALTID** dit eget ansvar at have medicin og evt. papirer på plads. Hvis du tager nogen former for medicin, SKAL dette meddeles til DIU. Kontakt Sportsafdelingen, hvis du er i tvivl.

Til forældre: ADD har målrettet information til forældre, der har et barn, der dyrker eliteidræt. Dette er samlet som e-læring på deres uddannelsesplatform. E-læringen indeholder bl.a. information om medicin, kosttilskud, samt dopingkontrol og kan findes her

Databeskyttelsesforordning (GDPR)
Danmarks Ishockey Union behandler som led i administrationen af unions- og landshold en række personoplysninger om dig. Der indhentes samtykkeerklæringer på alle spillere for både brug af foto – og video materiale, samt for udveksling af helbredsmæssige forhold med DIU og imellem klub og landshold.

Oplysningerne behandles kun i det omfang, de er nødvendige for unions- og landsholdsaktiviteterne.

Vi gemmer personlige oplysninger i krypteret form på alle unions- og landsholdsspillere, så de kan trækkes ud og anvendes, når dette er relevant, f.eks. ved registrering som deltager i et VM hos Det Internationale Ishockey Forbund (der er paskrav på registreringen) eller ved transportbestilling m.m.

Egenbetaling

Selvom flere af vores aktiviteter er uden egenbetaling, kræver ambitionsniveauet om et udviklingsprogram i verdensklasse, at nogle samlinger vil være behæftet med hel eller delvis egenbetaling (hvilket indbefatter transport og forplejning). Vi justerer løbende udgifter, men I kan forvente at følgende aktiviteter inkluderer egenbetaling.

Hold	Aktivitet	Fuld egenbetaling	Delvis egenbetaling
U14-skills	Endagssamlinger	✓	
	Breddesamling		✓
U15-unionshold	Endagssamlinger	✓	
	Breddesamling		✓
U16-unionshold	Endagssamlinger	✓	
	Metal Development Camp	✓	
	Metal High Performance Camp		✓
U17-unionshold	Endagssamlinger	✓	
	Metal Development Camp	✓	
	Metal High Performance Camp		✓

Ernæring

Formålet med Danmarks Ishockey Unions ernæringspolitik er at gøre rede for forbundets overordnede holdninger og tilgange til spørgsmål vedrørende kost, kropsvægt og kropskomposition, brugen af kosttilskud samt forebyggelse og eventuelt håndtering af spiseforstyrrelser.

Ernæringspolitikken fungerer som ét af flere redskaber, der skal sikre, at udøverne kan spille ishockey på en sundhedsmæssig og socialt forsvarlig måde. Samtidig skal politikken understøtte DIU's mulighed for og ambition om at guide og vejlede udøverne på en måde, så flest muligt har mulighed for at udnytte deres potentiale til fulde. DIU's ernæringspolitik kan læses her.

Forsikring

Alle spillere på DIU's landshold er ved samlinger i ind- og udland dækket af DIF's Idrætsrejseforsikring. Forsikringen dækker udgifter i forbindelse med akut sygdom/skade, skade på bagage mm i forbindelse med DIU-aktiviteter.

Genoptræning og behandling efter hjemkomst fra DIU-aktivitet **er ikke dækket**. Forsikringen dækker ikke private ejendele, disse ting dækkes normalt af spillerens egen private indboforsikring/rejseforsikring.

DIU opfordrer alle spillere til at have egen forsikring og evt. være dækket under familiens sundhedsforsikring. Er du i tvivl er du altid velkommen til at kontakte Sportsafdelingen. Se yderligere oplysninger under 'Pas, sundhedskort og EU-sygesikringskort'.

Du kan altid hente den gældende police for DIFs Idrætsrejseforsikring her.

Indkaldelse
Før samlinger indkaldes de udtagne spillere via SportsAdmin. Dog gælder for U14-U17 endagssamlinger, regionale samlinger og breddesamlingen for U14-U15, at indkaldelse sker via mail til klubberne. Alle sportslige aktiviteter kan også ses i DIU's kalender, som kan findes på ishockey.dk. I indkaldelsen står der alle praktiske oplysninger om samlingen, og det er derfor vigtigt, at spilleren og evt. forældrene læser hele indkaldelsen.

Derudover skal **spilleren** be-/afkræfte sin deltagelse i samlingen via SportsAdmin, så DIU ved, at spilleren har fået informationerne og får bekræftet, om spilleren deltager eller ej. Dette skal gøres hurtigst muligt og inden for den angivne frist i indkaldelsen. Det er vigtigt at understrege, at det er spillerens opgave at informere sin uddannelsesinstitution.

Integritet
IIHF har stor fokus på at værne om ishockeyens integritet, og alle nationale forbund skal kunne oplyse sine medlemmer om bl.a. antidoping, matchfixing, mobning og overgreb, etik og rapportering af problemer inden for disse emner.

På DIU's hjemmeside finder du menupunktet 'Integritet', hvor du kan læse mere om definitionerne på de forskellige emner, og se links til hvor der kan findes mere information om emnerne. Landsholdsspillere vil med jævne mellemrum undervises i emnerne listet ovenfor.

Pas, sundhedskort og EU-sygesikringskort
Du skal som spiller ALTID have gyldigt dansk pas ved rejser uden for Danmark. Dit pas skal være gyldigt i mindst seks måneder ved hjemrejsetidspunktet, da mange lande kræver dette.

Derudover skal DIU's administration have en kopi af billedsiden til internt brug – husk også at meddele DIU, hvis du får nyt pas. **Hele billedsiden** (ikke kun dit pasfoto) uploades på din profil i SportsAdmin, hvor du også skal skrive dine pasoplysninger – sørg for, at de bliver opdateret, når der sker ændringer.

Du skal medbringe det gule sygesikringskort til samlinger i Danmark, hvilket giver dig ret til ydelser efter sundhedsloven. Det blå EU-sygesikringskort skal medbringes ved rejser til et EU-land, Norge, Island, Liechtenstein eller Schweiz.

OBS! Kortet er gratis og er gyldigt i op til fem år. Det er vigtigt, at kortet er gyldigt i hele den periode, hvor du opholder dig i udlandet – kortet giver dig ret til sygehjælp på lige fod med borgere i det land du besøger.

Rusmidler
Indtagelse af alkohol og andre rusmidler er forbudt og vil medføre øjeblikkelig hjemsendelse for egen regning medmindre andet er aftalt med holdets ledelse.

I DIU er der fokus på det hele menneske, herunder også spillerens sundhed. DIU mener derfor ikke, at snus eller andre tobaksprodukter er forenelige med eliteidræt. Det betyder, at tobaksprodukter som udgangspunkt ikke er velansete på DIU's samlinger.

Samarbejde

Spilleren skal tage ansvar

Det er vigtigt, at det er spilleren, der tager ansvar for deltagelse i landsholdsaktiviteterne. Dette gælder både bestilling af billetter og kommunikationen med cheftræneren, da dette er en del af udviklingen som landsholdsspiller. Derfor vil alt information fra DIU blive sendt direkte til spilleren. Det er også spillerens ansvar, at klubben og skolen får besked om deltagelse i unions- og landsholdsaktiviteter.

Forældre

Som forældre til en unions- eller landsholdsspiller spiller man en vigtig rolle. Det gælder bl.a. i forhold til transport, kost, søvn, skole, planlægning osv.

Vi er rigtig glade for al den opbakning, vi kan få, når vi er på landsholdstur… og vi er mindst lige så glade for, at vi kan få lov at låne jeres barn til at repræsentere Danmark. Når vi er samlet, gælder følgende retningslinjer for alle ungdomslandshold.

- Det er altid unions- eller landsholdets regler, der gælder for spilleren. Det betyder, at spilleren kommer til jer, når holdets rutiner er færdige. Særligt efter kampe, kan I først forvente en kort samtale med spilleren, når holdets cool down er færdig. Bemærk også at holdet som regel har et stramt program efter endt kamp pga. mad - men der vil være tid til en kort snak

- Som udgangspunkt vil der på korte ture - under en uge - ikke være tid til at mødes med spilleren i øvrigt. På længere ture vil der være afsat tid til at mødes med spilleren.

- Der er ikke adgang til omklædningsrum, spillergang, spillerboks og hotelværelse medmindre andet er aftalt direkte med en ansvarlig holdleder.

- I mange **træningsturneringer** vil det efter sidste kamp være muligt at tage et hurtigt billede på isen, når spillerne har sagt: ”Tak for kampen”. Det oplyses af holdets ledergruppe, hvis det kan gennemføres.

- Forældre bør ikke booke ophold på samme hotel/overnatningssted, som holdet, når man rejser med til turneringer

Klubtræneren

Samarbejdet mellem spilleren, klubtræneren og landstræneren er uvurderligt. DIU opfordrer til en høj grad af dialog mellem klubtrænerne og den enkelte landstræner, når det gælder spillerens udvikling. Landstræneren har dog spilleren 100 procent til rådighed, når denne deltager i landsholdsaktiviteter. Klubtræneren vil få en tilbagemelding fra landstræneren efter hver endt landsholdsaktivitet.

Landsholdsmodulet i SportsAdmin indeholder bl.a. en logbog til brug for landstræneren og holdets ledelse og spilleren. ’Offentlige’ notater kan endvidere automatisk deles med klubtræneren, såfremt klubbens data i SportsAdmin er up-to-date (det er klubbens eget ansvar at registrere trænere på de enkelte hold og sikre, at trænernes kontaktdata (email) er korrekte).

Vi glæder os til samarbejdet med spillere, forældre og trænere og du er altid velkomne til at kontakte Sportsafdelingen.

Skader
Det er vigtigt, at spilleren møder skades- og sygdomsfri ind til en samling. Hvis spilleren har oplevet sygdom eller småskader i perioden op til samlingen, er spilleren **forpligtet** til at informere cheftræneren om dette i så god tid som muligt inden samlingens start. Når spilleren informerer os, kan vi bedre vurdere, om vi kan hjælpe spilleren til at blive klar til turneringen/samlingen, men det er holdledelsens beslutning og ikke spillerens.

Hvis spilleren er det mindste i tvivl, skal spilleren kontakte cheftræneren inden samlingen for at få sin fysiske tilstand afklaret.

Smartphones, tablets og computere
Vi inddrager elektronisk udstyr til og med U16-landsholdet ved sengetid. Det tilbageleveres, når programmet tillader det, dagen efter. Ledergruppen kan på de øvrige landshold ligeledes inddrage elektronisk udstyr, hvis det vurderes, at præstationerne forbedres herved.

Udstyret inddrages af hensyn til den sportslige præstation og til den essentielle sociale interaktion på holdet.

Der vil altid være angivne kontaktoplysninger til en leder, hvis man har behov for at få kontakt til en spiller.

Efterlevelse af denne regel er en betingelse for at kunne deltage i DIU's unions- og landsholdsprogram.

Sociale medier
Danmarks Ishockey Union er pro sociale medier. Vi anvender dem selv i en fastlagt strategi og ønsker, at vores atleter gør det samme. Du kan følge alle DIU's og landsholdenes aktiviteter på vores Facebooksider „Danmarks Ishockey Union" og „Ishockeylandsholdene". Derudover har flere af landsholdene en Facebookgruppe til intern brug mellem spillere og ledere.

Vi ønsker dog ingen aktivitet på de sociale medier - hverken på DIU's officielle konti eller på spillernes/ledernes egne konti) på kampdage indtil to timer efter kampens afslutning, medmindre det er afklaret med Media Officer, General Manager eller træneren på holdet.

Som repræsentant for DIU skal man i øvrigt altid huske på, at ikke alle personer i omklædningsrummet, bussen eller på værelserne, er interesserede i offentliggørelse af billeder etc. i det, der suverænt opfattes som et privat miljø for alle, der er på og omkring holdet. Sørg for at checke med alle, der er på billedet/videoen, inden det publiceres.

Både ved direkte pressekontakt og på de sociale medier anbefaler vi, at man taler pænt om modstandere, dommere og især holdkammerater, hoteller, arenafaciliteter. Da kritik af disse områder enten håndteres internt eller via de rette kanaler i forhold til turneringsledelse.

IIHF har også en "social media policy", og som medlemsnation er vi endvidere underlagt IIHF's regler ved deltagelse i et IIHF-mesterskab.

Sport og pengespil
Siden 2012 har det været ulovligt og strafbart i Danmark for børn og unge under 18 år at spille pengespil (alt spil om penge, fx sportsbetting, skrabelodder og poker). Derfor tillader DIU ikke spillere på nogen ungdomslandshold at spille pengespil i forbindelse med DIU's træningssamlinger og U-landskampe.

Pengespil har endvidere den udfordring, at det beviseligt påvirker den mentale forberedelse og restitution negativt, hvorfor pengespil heller ikke tilrådes elitespillere – dette gælder også tiden mellem træninger og kampe.

Vi fraråder også forældre at have en spilkonto sammen med deres børn.
Det er vigtigt at være opmærksom på, at den viden, man får, når man er samlet et hold, ikke må bruges til eksempelvis at spille på kampe, og du må **ALDRIG** spille på kampe, du selv deltager i. Som grundregel bør man som ishockeyspiller holde sig fra at spille på ishockeykampe.

IIHF har også meget fokus på området og har siden 2016 årligt afholdt Integrity Workshops inden U20- og U18-VM for de deltagende hold (top division).

For yderligere information se "Spil til stregen".

Transport og bestilling af rejse
Unionshold
Transport til samlinger er som udgangspunkt for spillerens egen regning. Ved bredde- og elitesamlinger vil der være fælles buskørsel for de spillere, der skal krydse Storebæltsbroen for at komme til samlingen - er samlingen i Øst, vil buskørsel være for Vest-spillere, er samlingen i Vest, vil buskørsel være for Øst-spillere.

Landshold
Spilleren skal selv sørge for transport til samlingen – medmindre dette skal foregå via fly (er du i tvivl, så kontakt DIU på samme mailadresse, som indkaldelsen er sendt fra). Foregår transporten med andet end fly eller tog/bus, skal dette aftales med DIU på forhånd.

Spillere under 16 år skal så vidt muligt købe børnebilletter eller bruge rejsekort til tog- og busrejser. Som identifikation skal du fremvise sygesikringskort eller pas sammen med din billet.

Spillere mellem 16 og 26 år skal så vidt muligt købe ungdomsbilletter eller bruge rejsekort til tog- og busrejser. Som identifikation skal du fremvise eks. pas sammen med din billet.

Vi dækker togbilletter på beløbet, dog maksimalt hvad der svarer til standard-klasse billetprisen (hvis det ikke er muligt at finde ungdoms-/orangebilletter).

Er det nødvendigt med transport i egen eller forældres bil fra din bopæl og til et afrejsepunkt (lufthavn/togstation) eller til et opsamlings-/afsætningssted for vores busafgange, kan du få refunderet det kørte antal kilometer til den kørselstakst, der er gældende for samlingen/holdet, mens du er i bilen. Bemærk dog, at kørsel under 10 km ikke refunderes, og at vi ved bilkørsel altid opfordrer til samkørsel fra de enkelte byer, så vidt det er muligt.

Vælger du at køre i bil til eller fra samlingen, og er der brugbare alternativer med offentlig transport, kan du maksimalt få dækket kørsel svarende til standard-klasse billetprisen på den offentlige transportmulighed.

Køber spilleren selv flybilletter i forbindelse med samlinger, skal disse på forhånd være godkendt af DIU, for at udgiften kan blive refunderet. Sørg derfor altid for at drøfte dette med DIU inden evt. køb.

Medmindre andet er angivet i indkaldelsen, vil DIU altid udsende en rejseplan inden samlingen baseret på de svar, der er givet i SportsAdmin i forbindelse med bekræftelse af deltagelse i samlingen. Her vil der stå information om flyrejse, for de spillere, der skal med fly, og et forslag til togrejse for de spillere, der skal med tog, samt evt. kommentarer til rejserne.

Vælger du en anden transportform end den angivne i rejseplanen, vil du som udgangspunkt ikke kunne få refunderet udgiften til denne. Sørg derfor altid for at angive den korrekte rejseinformation, når du bekræfter din deltagelse og opdatér denne hurtigst muligt, hvis den ændrer sig.

Tøj og materialer
Første gang, man deltager i en DIU-samling, får man udleveret et sæt tøj (t-shirt, shorts, hoodie), som man skal bruge til DIU-samlinger. Spilleren skal selv medbringe tøjet til de efterfølgende samlinger og får først nyt tøj, hvis det bliver for småt eller slidt. Der udleveres også forskelligt udstyr, og dette skal efter samlingens afslutning leveres tilbage til materialefolkene.

Derudover skal spilleren selv medbringe en række ting udover ting til almindeligt forbrug. I nedenstående skema fremgår det, hvad der bliver udleveret på de forskellige hold - udstyr, der ikke nævnes her, skal man selv sørge for at medbringe.

U16	U17	U18	U20
- Hockeybukseovertræk - Hjelm - Holdjakke (årstidsafhængig) - Træningsdragt (bruges til/fra skøjtehal) - Opvarmningsdragt - Drikkedunk	- Hockeybukseovertræk - Hjelm - Holdjakke (årstidsafhængig) - Træningsdragt (bruges til/fra skøjtehal) - Opvarmningsdragt - Drikkedunk	- Hockeybukseovertræk - Hjelm - Handsker - Holdjakke (årstidsafhængig) - Træningsdragt (bruges til/fra skøjtehal) - Opvarmningsdragt - Drikkedunk	- Hockeybukser/overtræk - Hjelm - Handsker - Holdjakke (årstidsafhængig) - Træningsdragt (bruges til/fra skøjtehal) - Opvarmningsdragt - Håndklæde - Drikkedunk

Derudover skal spilleren medbringe følgende til samlinger:

- Stave og to sæt svedtøj
- Ét sæt ekstra klinger
- Nyslebne skøjter med nye snørebånd – tjek nitterne i skøjterne, inden du møder ind til samling
- Evt. medicinske beviser (TUE), hvis du får nogen former for medicin, der kræver dette
- Evt. lektier eller erklæring fra skolen på, at du ikke har nogen lektier

Knækkede stave
DIU dækker **ikke** stavforbrug for unions- og landshold til og med U18-landsholdet.

Knækker man en stav i en kampsituation (eks. skud, slashing, nærkamp) til en landsholdssamling fra U20-landsholdet og op, skal materialemanden på samlingen have besked om det og notere, om staven skal erstattes. Man skal selv sikre sig, at materialemanden ved, hvilken type stav, man skal have i erstatning, og herefter sørger DIU for indkøb af erstatningsstav. Man får **ikke** dækket udgiften, hvis man selv bare køber en ny stav.

Uddannelse og Team Danmark
DIU prøver så vidt muligt at tage hensyn til spillerne, så landsholdsaktiviteter på skoledage begrænses.

Der er dog altid afsat tid til lektier, når de enkelte landshold er samlet i en længere periode. Her vil der være ro til lektielæsning, mulighed for hjælp fra ledere eller direkte kontakt til lærerne, hvis dette er aftalt på forhånd. Der afsættes *minimum* 5 lektietidspositioner pr. hele uge, landsholdet er bortrejst. Der afsættes ikke lektietid på korte weekendsamlinger.

Derudover er der altid mulighed for dialog med den enkelte cheftræner i forbindelse med spidsbelastninger både i skolen og på landsholdet. For spillerne er det vigtigt at få lavet en lektieplan, når man er væk i en længere periode.

Ekstraundervisning
Hvis du er tilknyttet landsholdsbruttotruppen, kan du blive Team Danmark-godkendt. Godkendelsen betyder bl.a., at du kan få erstatningstimer i de perioder du er væk med landsholdet, samt muligheden for at forlænge din uddannelse. Læs mere om sportslig godkendelse via Team Danmark her. Du skal selv søge om sportslig godkendelse.

Team Danmark-bruttogrupper
På U20-, U25- og seniorlandsholdene indstiller landstrænerne hvert år i januar en række spillere til Team Danmarks bruttogrupper. Disse spillere bliver herefter kontaktet af Team Danmark og skal udfylde, opdatere og godkende deres oplysninger via Team Danmarks app.

Er man indstillet til en Team Danmark-bruttogruppe har man, når man har godkendt sine oplysninger, forskellige fordele via Team Danmark – man er blandt andet dækket af Team Danmarks forsikring og kan få et fitnesskort, hvis man har behov for det og ikke har mulighed for at træne i Team Danmarks faciliteter i Brøndby eller Aarhus.

Er man indstillet til en Team Danmark-bruttogruppe, skal man også sørge for at udfylde sin uddannelsesplan i Team Danmarks app. Har man brug for vejledning i forhold til uddannelsesmuligheder eller lignende, kan man kontakte Sportsafdelingen. Man kan ikke blive godkendt i Team Danmark-systemet, hvis man ikke har udfyldt sine oplysninger inkl. uddannelsesplan.

Det har ikke nogen betydning for ens muligheder for at blive udtaget til landsholdene, hvis man ikke bliver indstillet til Team Danmark-bruttogrupperne.

Udlæg og afregning
Dine udlæg og kørsel skal registreres i SportsAdmin via menupunktet 'Afregning' øverst på siden. For at få en guide til afregningssystemet kan du her se den knapt fire minutter lange video, hvor Claus Fonnesbech Christensen gennemgår systemet i detaljer på både PC og mobil webbrowser.

UDBETALING: Alle landsholdsudbetalinger foretages månedligt af Danmarks Idrætsforbund og alle indsendte afregninger per 15. kalenderdag i hver måned kommer med i kørslen. **NB:** Der udbetales til NemKonto, og DIF afholder skatteindberetning, udsender lønseddel m.m.

For at få dækket udlæg, m.m. skal de være registreret korrekt i SportsAdmin senest **14 dage** efter sidste samlingsdag. Herefter er DIU ikke forpligtet til at dække udlæg, m.m. Det er spillerens eget ansvar, at afregningsregistreringen samt kvitteringer/bilag sker rettidigt.