

# CHARTRE ADHÉRENT(E)

## Les 5 Règles d'Or

### 1. L'ESPRIT SPORTIF

- ✓ Je connais et respecte les règles du jeu.
- ✓ J'accepte toutes les décisions de l'arbitre sans jamais mettre en doute son intégrité.
- ✓ Je démontre un esprit d'équipe par une collaboration franche avec les coéquipiers et les entraîneurs.
- ✓ J'aide les coéquipiers qui présentent plus de difficultés.
- ✓ Je me mesure à un adversaire dans l'équité. Je compte sur mon talent et mes habiletés pour tenter d'obtenir la victoire.
- ✓ Je refuse de gagner par des moyens illégaux et par tricherie.
- ✓ J'accepte les erreurs de mes coéquipiers.
- ✓ Je m'engage à venir aux entraînements et aux compétitions dans un état compatible avec la réalisation de performances satisfaisantes (heures de sommeil suffisantes, hydratation et alimentation adaptés, absence d'alcoolisation...).

### 2. LE RESPECT

- ✓ Je considère un adversaire sportif comme indispensable pour jouer et non comme un ennemi.
- ✓ J'agis en tout temps avec courtoisie envers les entraîneurs, les dirigeants du club, les arbitres, les coéquipiers, les adversaires et les spectateurs.
- ✓ J'utilise un langage précis sans injure.
- ✓ Je poursuis mon engagement envers mes coéquipiers, mon entraîneur et mon équipe jusqu'au bout.
- ✓ Je m'engage à être à l'heure aux entraînements et aux rendez-vous de matchs, à prévenir mon entraîneur pour un retard éventuel ou une absence.
- ✓ Je suis obligatoirement en tenue de sport lors des entraînements.
- ✓ Je respecte le matériel et les installations mis à ma disposition.
- ✓ Je ramasse en fin de match ou entraînement les

bouteilles d'eau, les papiers, etc... de son équipe ainsi que de l'équipe adverse.

- ✓ Je laisse les vestiaires propres, ne pas laisser de bouteilles d'eau, de shampoing, de gel douche, de papiers, etc...

### 3. LA DIGNITÉ

- ✓ Je conserve en tout temps mon sang-froid et la maîtrise de mes gestes face aux autres participants.
- ✓ J'accepte la victoire avec modestie sans ridiculiser l'adversaire.
- ✓ J'accepte la défaite en étant satisfait de l'effort accompli dans les limites de mes capacités.
- ✓ J'accepte la défaite en reconnaissant également le bon travail accompli par l'adversaire.

### 4. LE PLAISIR

- ✓ Je joue ou entraîne pour m'amuser.
- ✓ Je considère la victoire et la défaite comme une conséquence du plaisir de jouer.
- ✓ Je considère le dépassement personnel plus important que l'obtention d'une médaille ou d'un trophée.

### 5. L'HONNEUR

- ✓ Je me représente d'abord en tant qu'être humain.
- ✓ Je représente aussi mon équipe, mon association sportive, et ma ville.
- ✓ Je véhicule les valeurs de mon sport par chacun de mes comportements.
- ✓ Je suis l'ambassadeur des valeurs du handball.
- ✓ **Joueurs à partir de 15 ans et dirigeants :**
- ✓ Je reconnais que je suis un exemple pour les jeunes du club et agis en conséquence, sur le terrain et dans la vie du club.
- ✓ Je m'engage à m'investir et à participer à la vie du club : arbitrer, entraîner une équipe jeune, venir supporter les autres équipes, tenir les tables de marque, participer aux manifestations du club.

Toute contravention à la présente charte entraîne la possibilité pour le Conseil d'Administration de décider d'un avertissement ou de l'interruption temporaire ou définitive de s'entraîner ou de jouer, après avoir entendu l'adhérent concerné ou son représentant légal pour les mineurs.

**Les parents sont les premiers supporters. Ils doivent cependant s'interdire tous débordements physiques et verbaux, en particulier pendant les matchs à l'égard des joueurs, des arbitres, des dirigeants des autres clubs et du HPN.**