

Reglugerð fyri svímjiskúlan hjá Havnar Svímjifelag

Yvirskípað - áðrenn og undir venjing:

- Børnini skulu mæta í mesta lagi 10 minuttir áðrenn undirvísingin byrjar, og fara upp úr hylinum beint sum undirvísingin er endað
- Børnini skulu verða so væl fyri sum gjørligt til hvørja venjing, t.d. at tey hava verið á WC, at tey ikki eru svong o.s.fr.
- Foreldur skulu boða venjaranum frá, um barninum feilar eitthvørt, t.d. hefur sukursjúku, epilepsi ella annað.
- Foreldrini skulu læra børnini at verða líðin og virða avgerðir hjá venjarum og hjálparfólkum.
- Leiðandi venjarin er ábyrgdarhavandi undir allari venjingini.
- Børnini hava ábyrgd av sínum klæðum og útgerð.

Í skifti-/brúsirúminum:

- Tað er uppgávan hjá foreldrum og ikki venjaranum at hjálpa barninum úr og í klæði, um tey ikki klára seg sjálvi, áðrenn og aftaná venjing.
- Foreldur eru vælkomn til at hjálpa teirra børnum í skiftingarrúminum - menn við dreingjunum inn í mannfólkaskiftirúmið, og kvinnur við gentunum inn í konufólkaskiftirúmið. Børn, yngri enn 6 ár, óansæð kyn, kunnu fara inn í bæði skiftirúmini.
- Dreingirnir skulu brúka vanligar svímjibuksur við stuttum beinum - og ikki shorts, hetta orsaka av, at shorts ikki stuðla undir røttum svímjirørslum.
- Børn, ið hava langt hár, skulu hava svímjihettu ella uppbundið hár, hetta fyri ikki at órógvast av at fáa vátt hár í andlitið.
- Vanligar svímjibrillur stimbra barninum í at koyra høvdið undir vatnið. Dykkarabrillur kunnu ikki brúkast.
- Børnini skulu vaska sær væl bæði áðrenn undirvísingina, og aftaná.

Í svímjihøllini:

- Børnini skulu sita klár á "bonkinum" 5 min. áðrenn undirvísingin er sett til at byrja.
- Børnini mugu ikki fara útí fyrrenn venjarin hefur givið loyvi til tess, og kunnu tá bert fara í tann hylin, sum venjarin ávísir. Savna og gosbað má ikki nýtast.
- Børnini skulu verða reinfør.
- Um børnini fara á WC undir venjingini, skulu tey siga frá tá tey fara og tá tey koma aftur. Eisini skulu tey minnst til at vaska sær umaftur.
- Tað er ikki loyvt at renna í svímjihøllini.
- Børnini mugu ikki kava í teir báðar grunnu hyljarnar í Gundadali.
- Sum í flestu svímjiskúlum, verða foreldur biðin um at bíða úti á gongini ella í felagshølunum, annars eftir ávísing frá venjara. Hetta er orsaka av, at børnini tá eru meira koncentreraði og harvið fáa meira burtúrur venjingini. Undantikið hesum er holdini SS1-SS4, har eitt foreldur ella vaksið pr. barn kann verða tilstaðar við at sita á áskoðaraplássinum við kantínuna.

Annars ynskja vit at børnini virða leiðreglurnar hjá ÍSF fyri iðkandi børn undir 15 ár:

- Ger altíð títt besta!
- Akta altíð reglurnar og normarnar fyri reiðuligum spæli í tínari ítróttargrein!
- Ver við í ítrótti, tí tær dámar tað og ikki tí tey vaksnu, foreldur og venjarar vilja tað!
- Vís virðing fyri øllum, sum eru uppií, viðspælarum eins og mótspælarum!
- Ikki trætast við dómara ella onnur hjálparfólk!
- Virð og ver opin og ærligur við venjarar og leiðarar, tí tey hava ábyrgd fyri tær!
- Lat vera við at kalla spottandi ella niðrandi. Hvørki viðspælarar, mótspælarar, dómara, hjálparfólk, venjarar ella leiðarar!
- Ver móti øðrum, sum tú vilt, at tey skulu vera móti tær!

Víst verður annars til ÍSF leiðreglur fyri góðan atburð hjá m.a. venjarum, foreldrum, hjálparfólki og leiðarum. Eisini virða vit leiðreglurnar til fyrirbygjan av kynsligari misnýtslu. Hesar, og aðrar vegleiðingar kunnu síggjast á heimasíðuni hjá ÍSF, undir tilfar, fyrirbygging.