



# ETISK KODEKS - FOR ET LIV I BALANCE MED ESPORT

Det etiske kodeks har til hensigt at skabe gode og sunde rammer for esporten i Danmark. Det etiske kodeks tager stilling til de værdier og holdninger, som esporten fremover skal bygge på og ønsker at skabe et esportsmiljø i balance. Ved at tilslutte sig det etiske kodeks markerer man overfor forældre, samarbejdspartnere, sponsorer og spillere, at det er muligt at dyrke esport i et trygt og sundt miljø.

## Kodekset tager højde for nogle af de største faldgruber i esport og skal således bidrage til:

- At skabe positive fællesskaber
- At give esporten et sundt fundament, hvor spillernes sundhed og trivsel er i fokus
- Den bedst mulige talentudvikling indenfor esport
- At esporten fremadrettet udvikler sig på en ansvarlig måde
- Skabe gode rammer for frivillige i klubber/foreninger

## FYSISK OG MENTAL SUNDHED

### Kost, bevægelse, hvile og trivsel

- ▶ Søvn og sunde kostvaner er vigtigt for at sikre fokus og energi til også at kunne præstere i skolen og/eller på arbejdet
- ▶ Spillerne skal have en døgnrytme, der ikke er på bekostning af et socialt og fagligt liv
- ▶ Esportstræning bør suppleres med bevægelse
- ▶ Der skal være fokus på spillernes generelle trivsel og på at skabe positive fællesskaber

## FAIRPLAY

### Et fundament for esportens ånd

- ▶ Vi snyder ikke, når vi spiller - hverken i spillet eller udenfor spillet
- ▶ Doping tolereres ikke
- ▶ Ulovlig adfærd, som eks. at spille på egne kampe, tolereres ikke
- ▶ Sportsmanship er en del af esport. Det betyder, at vi taler pænt til og om hinanden, også når spillet bliver intenst
- ▶ Esport skal være inkluderende, og derfor er alle former for diskrimination uacceptabel
- ▶ Fairplay skal italesættes i miljøet som en del af DNA'et
- ▶ Den enkelte spiller skal stå på mål for sine egne handlinger og udvise fairplay

## SIG JA TIL EN ESPORT...

### Uden alkohol, energidrik og stoffer

- ▶ Euforiserende stoffer er bandlyst i forbindelse med esport
- ▶ Børn og unge under 16 år må ikke drikke alkohol
- ▶ Alkohol hører ikke sammen med esport - hverken under træning eller til kamp
- ▶ Børn og unge under 18 år må ikke ryge eller tage snus, og det hører ikke hjemme i klubben eller foreningen
- ▶ Børn og unge under 18 år bør ikke drikke energidrik
- ▶ Energidrik bør generelt indtages med måde

## GAMBLING

### Betting (odds), skinbetting og matchfixing

- ▶ Børn og unge under 18 år må ikke gamble, og det hører ikke hjemme i klub- og/eller foreningslivet
- ▶ Skinbetting er ulovligt og må ikke finde sted i esport
- ▶ Trænere må ikke opfordre til gambling og bør italesætte bagsiderne ved gambling
- ▶ Klubben og/eller foreningen skal sikre, at spillerne får den nødvendige hjælp, hvis de har gamblingproblemer

## TURNERINGER/KONKURRENCER, EVENTS OG LAN-PARTIES

### Vi stiller krav til arrangørerne

- ▶ Arrangører bør forholde sig aktivt til de ovenstående fire punkter og lave en plan for, hvordan det skal fungere i praksis
- ▶ Arrangører skal tage sig af spillerne under 18 år og herunder tage aktivt stilling til, om reglerne for hhv. tilskuere og udøvere overholdes