



Regler för personer som arbetar med barn och ungdomar i **föreningen XX** samt frivilliga

### **Respektfullt tonfall**

Barn och unga ska tilltalas på ett sätt som uppmuntrar och stärker självförtroendet.

Barn och unga får under inga omständigheter nedvärderas, skällas ut, hotas eller förödmjukas.

Rasistiskt eller diskriminerande språkbruk tillåts under inga omständigheter.

Ingen får lämnas utanför.

### **Respektfull disciplin**

Om ett barn eller en ung person agerar fel, ska man ingripa rättvist, respektfullt och med hänsyn tagen till barnets utvecklingsnivå. Barn och unga ska ges tydliga anvisningar, och när dåligt beteende uppstår ska de ges en möjlighet att säga förlåt och korrigera sitt beteende.

Det inträffade ska diskuteras på ett lugnt och sakligt sätt med barnet och den unga personen.

Alla slags fysiska, förnedrande eller skrämmande straff är förbjudna.

### **Sexuella trakasserier eller trakasserier på grund av kön är förbjudna**

Sexuella trakasserier är till exempel sexuellt färgade skämt och anmärkningar, kommentarer om kroppen och utseendet, osakliga meddelanden, sexuellt anspelade gester eller miner, sexuellt prat eller tvetydiga skämt, att kalla någon för homo eller hora, anmärkningar eller frågor om kroppen, klädstilen eller privatlivet, osakliga sexuella meddelanden, bilder och videor och förslag eller krav på sex.

Trakasserier på grund av kön är till exempel nedlåtande tal om motsatt kön eller förringande av en annans kön.

### **Barn och unga har rätt till integritet**

Fysisk kontakt ska alltid utgå från barnets eller den ungas behov, till exempel handledning och assistans, uppmuntran på lämpligt sätt eller tröst. Ett barn eller en ung person har rätt att avstå från fysisk kontakt när som helst om inte det hotar hens säkerhet.



Om det är nödvändigt att hålla i ett barn eller en ung person i strid med hens önskan, till exempel i en situation där barnet eller den unga personen kan skada sig själv eller andra, ska detta meddelas till föreningens ledning genast när situationen är över.

### **Barn och unga har rätt till en hobbymiljö utan rusmedel**

Tränare och övriga vuxna som arbetar med barn och unga använder inte alkohol eller andra rusmedel eller är påverkade av rusmedel i barns eller ungdomars närvaro. Tränare eller övriga vuxna som arbetar med barn och unga erbjuder inte alkohol eller rusmedel till idrottare eller uppmuntrar dem att använda rusmedel.

### **Iakttagelse av yrkesmässiga gränser**

#### **Tränaren eller en annan vuxen som tillhör idrottarens stödgrupp gör inte följande saker:**

flörtar med en minderårig idrottare, även om idrottaren försöker flörta med den vuxna. Om en minderårig idrottare blir förtjust i tränaren, ska tränaren hålla en yrkesmässig roll och avvisa den ungas närmanden på ett respektfullt sätt.

frågar om idrottarens privatliv om hen inte är oroad för idrottarens säkerhet. I sådana fall ska saken även meddelas till föreningens ledning.

erbjuder skjuts till enskilda idrottare utan föräldrarnas tillstånd.

försöker ständigt umgås med idrottaren utanför träningarna eller i ärenden som inte anknyter till hobbyn till exempel via telefonsamtal eller meddelanden.

tvättar sig eller byter om i samma utrymme samtidigt som idrottarna om det inte har bestämts vara lämpligt i föreningen. I offentliga omklädningsrum ska barns och ungas säkerhet emellertid garanteras och utrymmena ska vid behov övervakas.

sover ensam i samma utrymme med barn och unga. Sovutrymmen ska alltid övervakas av minst två vuxna.

bjuder hem en idrottare om inte andra idrottare eller tränare är närvarande.

ordnar träningar på tu man hand. På träningarna ska minst två idrottare eller andra personer vara närvarande.

håller under resor träffar på tu man hand i respektive rum, utan alltid i offentliga utrymmen.  
ger idrottarna presenter eller pengar.



## Jag övervakar att dessa regler förverkligas och förbinder mig till att följa dem

Om jag observerar att någon bryter mot dessa regler, meddelar jag saken omedelbart till föreningens ledning.

Jag lyssnar och förhåller mig allvarligt till om ett barn eller en ung person berättar om osakligt beteende som hen har blivit utsatt för. Om jag blir orolig över ett barns eller en ungs välbefinnande, berättar jag omedelbart om saken till föreningens ledning.

Jag har läst och förstått reglerna och förbinder mig till att agera i enlighet med dem

Datum och ort \_\_\_\_\_

Underskrift och namnförtydligande \_\_\_\_\_

### Källor:

Guidelines to prevent sexual harassment and abuse in sports. Norwegian Olympic and Paralympic Committee and confederation of sports.  
Turpeinen, Antti 2018. Poliisin tietoon tulleet seksuaalirikokset urheilussa 2016–2017. Polisyrkeshögskolans examensarbete.  
Child safe sport toolkit. Sport Australia. <https://www.sportaus.gov.au>  
Safeguarding athletes from harassment and abuse in sport IOC Toolkit for IFs and NOCs. International Olympic Committee.