



Riktlinjer och krishanteringsplan
för trygga idrottsmiljöer
2020-01-20

Trygga idrottsmiljöer

Vårby IK ska vara en förening som kännetecknas av idrottslig glädje och gemenskap, alla får vara med, utveckling och hälsa. Basen är en bred barn- och ungdoms- och juniorverksamhet där alla får utvecklas utifrån sina förutsättningar och sin ambitionsnivå. Vi erbjuder träning och utveckling för den som vill träna ibland likväl som den som vill utveckla sin träning och tävling mot juniorelit. Vi vill få våra medlemmar att må bra och utvecklas genom idrotten och bidra till att idrottsintresset finns med genom hela livet. Utifrån detta är det viktigt att vi erbjuder barn, ungdomar och vuxna en trygg miljö att vistas i. I det här dokumentet finns Vårby IKs riktlinjer för likabehandling, ledare, alkohol och droger, samt hur vi agerar om något barn far illa eller att någon bryter mot vår värdegrund och våra riktlinjer.

Vår värdegrund ska genomsyra hela föreningen och är en viktig del i att skapa en trygg miljö. Värdegrunden gäller alla våra medlemmar och finns att läsa i dokumenten *Vårby IKs värdegrund* och den årligen uppdaterade presentationen som beskriver Vårby IKs värdegrund samt konkretiseringsexempel av densamma.

Idrotten är en viktig del av livet för många och närmare 90% av alla barn och ungdomar i Sverige har någon gång under sin uppväxt varit med i en idrottsförening. Det ger idrottsrörelsen ett stort ansvar att verksamheten bedrivs på ett bra sätt. All idrott för barn ska bedrivas från ett barnrättsperspektiv. Det betyder att verksamheten ska utgå ifrån barnets eget uttalade intressen och behov, där leken, glädjen och lusten att röra sig sätts i första rummet.

I dessa riktlinjer räknas hen som barn till och med 12 år, ungdom mellan 13–20 år.

Ledare är alla som har någon form av uppdrag från föreningen kopplat till barn- och ungdomsverksamhet, dvs ett ledaruppdrag omfattar även uppdrag inom stuggrupp, klädgrupp, spårgrupp mm. Ledare i träningsgrupperna med uppdrag att träna barn och ungdomar benämns som tränare i detta dokument.

Samtliga aktiva, ledare, föräldrar och övriga verksamma inom föreningen ska ta del av dessa riktlinjer. Ledare ska utbildas i dem vid något av de årliga tränarmötena.

Likabehandlingspolicy

Alla vuxna i föreningen ska föregå med gott exempel genom att se till att alla i Vårby IK behandlas lika och ingen blir utsatt för kränkande behandling. Nedvärderande smeknamn, ord och handlingar får ej förekomma under träning och andra föreningsaktiviteter. Ledare och föräldrar bemöter olämpligt beteende omedelbart och är tydliga och agerar om antydan till mobbning finns. Alla är välkomna att träna i Vårby IK oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön, eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar. Det är viktigt att vi samarbetar och hjälps åt för att alla ska trivas och stanna kvar i föreningen. Vi är alla värda lika mycket och allas åsikter och synpunkter ska respekteras. Vi arbetar aktivt för att alla medlemmar och anhöriga ska känna att vi är en familj och att vi bryr oss om varandra.

Vid antydan om mobbning/kränkning är det viktigt att agera snabbt. Man kan i första hand prata med någon tränare för aktuell träningsgrupp, sedan vända sig till ledamot i Vårby IKs styrelse.

Huvudtränaren för träningsgruppen ska:

- Hålla samtal med den mobbade
- Hålla samtal med den/de som mobbar
- Kontakta vårdnadshavare till de inblandade
- Informera ordförande
- Vid behov, efter dialog med styrelsen, söks extern hjälp/stöd via SISU eller motsvarande
- Följa upp genomförda samtal och säkerställa att handlingarna upphört

Om problemen skulle fortsätta trots ovanstående insats så kommer föreningen att överväga avstängning från samtliga föreningsaktiviteter av den/de som mobbar.

Ledare

Att vara ledare hos oss är ett förtroendeuppdrag vilket innefattar både rättigheter och skyldigheter. Följande gäller för ledare i barn och ungdomsverksamheten.

- Jag följer Vårby IKs värdegrund och riktlinjer, bland annat *Riktlinjer för tryggt och roligt på träningen* och är en god förebild.
- Jag behandlar alla med respekt utifrån att alla är lika mycket värda. Alla barn i träningsgrupperna har rätt att träna och utvecklas utifrån sina förutsättningar och utifrån sin ambitionsnivå.
- Jag arbetar för att våra barn- och ungdomar ska känna sig delaktiga i föreningen. Om barn och ungdomar är vana att få vara med att tycka till om sin verksamhet ökar chansen att de vågar berätta för sina tränare och ledare om sådant som inte känns bra.
- Vi är minst två vuxna vid varje aktivitet och strävar efter att det är en man och en kvinna. Det gäller även vid läger och tävlingar eller annan social aktivitet i föreningens regi. Desto fler som kan ha möjlighet att se och höra vad som förekommer runt de aktiva minskar också riskerna att något barn blir utsatt.
- Vi är minst två vuxna samtidigt i omklädningsrum med de aktiva. I situationer där det finns ett behov ska det alltid vara minst två vuxna tex i allmänna omklädningsrum, där det är andra vuxna som inte tillhör föreningen.
- Grundprincipen vid samtliga läger- och tävlingsresor är att aktiva tom det år de fyller 10 år, har förälder eller annan vuxen med sig. Föräldrar kan sinsemellan komma överens om att ta ansvar för varandras barn som är yngre än 10 år under läger- och tävlingsresor. En sådan överenskommelse är då inte att betrakta som ett ledaruppdrag under föreningens ansvar utan en uppgörelse mellan två föräldrar. Vid läger – och tävlingsresor där aktiva reser under föreningens ansvar så skall det framgå i inbjudan. Vid dessa tillfällen skall så långt som möjligt aktiva sova i rum separerade från ledares rum. I situationer som kräver att ledare sover i samma rum som aktiva skall så långt som möjligt två ledare sova i rummet.
- Vi har minst ett möte per år med våra aktivas föräldrar. Genom att vi har en god dialog med föräldrar har vi möjlighet att tydliggöra vad föreningen står för och vilka förväntningar som finns på dem och deras barn vilket ofta bidrar till en ökad delaktighet och ökat ansvar.
- Jag som har ett tränaruppdrag ska lämna in ett begränsat registerutdrag vartannat år.
- Jag meddelar/kontaktar ansvarig ledare/styrelse om någon i vår förening bryter mot Vårby IKs riktlinjer.
- Vårby IK erbjuder utbildning om vår värdegrund och våra riktlinjer för nya ledare och för alla tränare vid behov.

Begränsat utdrag ur belastningsregistret

- Alla våra ledare, med uppdrag som tränare i våra träningsgrupper, ska from 15 års ålder ska visa upp ett utdrag ur belastningsregistret vartannat år. Alla nya ledare med uppdrag som tränare i våra träningsgrupper, skall visa upp utdrag ur belastningsregistret senast två månader från att de börjat som tränare. Registerutdragen visar bland annat olika sexualbrott och grova våldsbrott. Syftet med att begära ett begränsat registerutdrag är att minska risken för övergrepp mot barn och ungdomar. Alla har rätt att begära ett utdrag per år från polisen.
- Ett utdrag begär ledaren själv från Polisen. Följ denna länk: <https://polisen.se/tjanster-tillstand/belastningsregistret/ovrigt-arbete-och-kontakt-med-barn/>
- Utdraget visas upp för ordföranden där detta bockas av på en lista. Utdragen dokumenteras inte på annat sätt än en anteckning att det har visats upp. Se bilaga *"Lista utdrag ur belastningsregistret Vårby IK"*.
- Om registerutdraget inte är tomt gör styrelsen en individuell bedömning om lämplighet där vi som förening alltid sätter barnens bästa i främsta rummet.

Drogpolicy

Vårby IK följer riks-idrottsförbundets policy kring alkohol, narkotika, doping och tobak. Vi arbetar för idrottande, gemenskap och social fostran. Ett led i detta arbete är att ha en alkohol/drogpolicy där klubbens gemensamma regler fungerar som riktlinjer och stöd för alla i klubben. Utgångspunkten är att idrotten skall utgöra en trygg miljö ur alkohol/drog synpunkt. Föräldrar ska med förtroende kunna låta sina barn delta i föreningens aktiviteter.

Detta ställer krav på föreningens ledare och andra vuxna, som i sin samvaro med ungdomarna måste vara medvetna om sin roll som vuxna förebilder. Samhällets lagar och regler för alkohol, tobak och droger skall efterföljas.

Tobak

- Vi vill ha helt rökfria idrottsmiljöer inomhus och utomhus.
- Åldersgränsen är 18 år enligt svensk lag och vi uppmanar våra unga att inte använda tobak. Vidare tillåter vi inte att barn och ungdomar använder tobak inom vår verksamhet, träningar, tävlingar, läger etc. Föräldrar och ledare ska föregå med gott exempel och tänka sig för i sitt tobaksbruk.
- Upptäcker vi att någon ungdom bryter mot ovan agerar vi på följande sätt:
 - Ledaren/ Ledarna tar ett samtal med personen
 - Ledaren/ Ledarna bör dessutom ta kontakt med förälder/ vårdnadshavare

Alkohol

- Alkohol ska inte förekomma bland vare sig aktiva, ledare, eller andra vuxna i föreningen i samband med idrottsverksamhet för barn och ungdomar tex träning, träningsläger, tävling, annan social aktivitet eller resor till och från dessa.
- Upptäcker vi att någon ungdom bryter mot ovan agerar vi på följande sätt:
 - Ledaren/ Ledarna tar ett samtal med personen
 - Ledaren/ Ledarna bör dessutom ta kontakt med förälder/ vårdnadshavare

Narkotika

- Allt bruk och hantering av narkotika och dopningspreparat är förbjuden enligt svensk lag, och även i Vårby IKs verksamhet.
- Varje enskild idrottare är själv ansvarig för att känna till och följa dopingreglerna. De flesta kända narkotiska preparat ingår också som en del av dopingreglerna.
- Om vi skulle misstänka/upptäcka att någon aktiv, ledare eller vuxen medlem hanterat eller brukar narkotika eller dopningspreparat bör vi agera på följande sätt:
 - Enskilt samtal med personen, alternativt förälder om medlemmen är under 18 år.
 - Avstängning från eventuella uppdrag inom föreningen
 - Kontakt med sociala myndigheter och polis.

Samtidigt som föreningen tar avstånd från allt användande av droger och dopingpreparat och omedelbart agerar mot aktiv eller ledare som, under aktivitet anordnad av föreningen, uppträder påverkad av sådant medel ska vi också stötta dem som försöker ta sig ur ett missbruk. En spelare eller ledare som brutit sitt bruks-/missbruk av droger eller dopningspreparat ska alltid känna sig välkommen tillbaka till klubben och under rehabilitering ska vi, om möjligt, uppfattas som en stödjande part.

Krishanteringsplan

Vår handlingsplan finns för att stödja föreningens medlemmar och närstående i situationer som avviker från det normala. Krishanteringsplanen ska vara väl känd och förankrad bland alla i vår förening. Ansvarig för att krisplanen delges är styrelsen.

Krishanteringsplanen finns på hemsidan.

Krishanteringsplanens syfte:

- Att skapa en krismedveten beredskap inför oväntade allvarliga händelser för att minimera risken för kaos och fler olyckor.
- Att omhänderta de som drabbats av olyckor eller andra allvarliga händelser så effektivt och humant som möjligt.
- Att motverka stress för de inblandade.
- Att genom snabbt och tydligt agerande minimera risk för spekulationer.
- Att stödja föreningens krisgrupp och dess resurspersoner i arbetet med att hjälpa medlemmar/föreningen.

Krishanteringsgrupp

Namn	Mobilnr	e-post
Anna Mannelqvist, Ordförande	070-6615192	anna.mannelqvist@umu.se
Mathias Westerlund, Huvudtränare grupp 5, skidor	070-5832112	Mathias.westerlund@holmen.com
Annelie Bryngelsson, tränare grupp 2, skidor	070-5710161	Annelie.bryngelsson@holmen.com
Anna Eklund, förälder och leg. psykolog	070-2553449	akl_hagglund@hotmail.com
Maria Gustafssonm', tränare i grupp 5, skidor	073-0467703	miafransson@hotmail.com

Krisgruppens arbetsgång

- Den i krisgruppen som blir kontaktad ansvarar för telefonkedja till övriga i gruppen.
- Sammankalla krisgruppen, alternativt telefonmöte.
- Skriv protokoll på mötet och sammanställ aktuellt händelseförlopp.
- Kontakta resurspersoner aktuella för det som har inträffat.
- Utvärdera och följ kontinuerligt upp insatserna.
- Informera öppet, sakligt och tydligt.
- Vid olyckor kontakta polisen som har informationsansvar gentemot allmänheten.
- För att undvika onödiga spekulationer bör information om det inträffade ges så snabbt som möjligt.

Viktiga telefonnummer

Namn/myndighet	Mobilnr	hemsida
Larm, brådskande	112	www.sosalarm.se
Polis, ej brådskande	114 14	www.sosalarm.se
Sjukvårdsrådgivning	1177	www.1177.se
Rädda barnen	08-6989000	www.raddabarnen.se
BRIS	116111	www.bris.se

Akut kris eller olycka

1. Larma 112.
2. Sätt alla i säkerhet så att ingen befinner sig i direkt fara och fler riskeras att skadas. Ta hand om den skadade.
3. Den som larmar uppger följande:
 - Vem det är som ringer och vilket telefonnummer du ringer ifrån.
 - Vad som har hänt.
 - Var har det hänt dvs vart ska räddningspersonalen bege sig.
 - Hur många är skadade och hur allvarliga är skadorna.
 - När det har hänt.
 - Påbörja hjärt- och lungräddning vid andningsstopp och ingen puls.
4. Kontakta så fort som möjligt föreningens krisgrupp.
5. Se till att ingen lämnar olycksplatsen innan räddningspersonal har anlänt.

Plötsligt dödsfall inom föreningen

1. Kontakta 112 vid akut situation
2. Kontakta så snabbt som möjligt föreningens krisgrupp för rådgivning om hur ni ska gå vidare.
3. Utred vem som berörs av dödsfallet och vilken roll krisgruppen har gällande information till anhöriga.

Barn som far illa

Vi vill att våra medlemmar i föreningen ska ha kunskap om vad man ska/kan göra om man misstänker eller vet att ett barn far illa. Syftet är att genom kunskap skapa en trygghet så att vi vågar agera. Misstänker du att ett barn far illa inom idrotten, i hemmet eller på annat sätt har du en skyldighet att agera.

Barn som far illa kan exempelvis ha varit/vara utsatta för:

- Fysiskt och psykiskt våld
- Sexuella övergrepp
- Kräkningar och trakasserier
- Försummelse av fysiska eller psykiska behov

Det krävs inte att du är säker på att ett barn far illa utan du ska ha fått kännedom dvs att du har sett eller hört något som tyder på att ett barn far illa. I detta begrepp inräknas:

- att barnet berättar.
- att du ser tecken på att någon är fel och inte får bra förklaringar från barnet, förälder eller annan vårdnadshavare.
- att andra barn berättar för dig om en kamrat.
- att du hört talas om av andra eller hört när barnen pratat med varandra.

Tillvägagångssätt:

1. Skaffa en bild av läget, vad har hänt, vilka är inblandade. Är det akut se till att säkra miljön för den som är utsatt. Undvik att själv försöka utreda vad som har hänt.
2. Lyssna förutsättningslöst även om det är en omtyckt ledarkollega eller annan person som anklagas.
3. Kontakta krishanteringsgruppen.
4. Om den utsatta är ett barn
 - Ta omedelbar kontakt med föräldrarna. Om problematiken misstänks finnas inom den utsattes familj ska socialtjänsten kontaktas istället.
 - Om förövaren finns i föreningen är det viktigt att tänka på följande: har förövaren ett förtroendeuppdrag i någon form, ska den personen ta time-out under eventuell utredning.
 - Är förövaren ett barn är föräldrdialog mycket viktig. Kan händelsen rubriceras som ett lagbrott- anmäl också till socialtjänsten.
5. Är det ett brott, om ja polisanmäl. Vid osäkerhet kontakta polisen för rådgivning. Om det inte är ett lagbrott, undersök om det kan vara ett brott mot våra eller RF:s stadgar. Om ja, anmäl till berört specialidrottsförbund. Om det inte är ett lagbrott eller stadgebrott utreder vi själva vad som har hänt.
6. Identifiera vilket behov av stöd som finns hos den utsatta, tränare, styrelse och ev. förövare.
7. Identifiera vilka som behöver få information om det som har hänt samt vilken form av information. Tänk på den personliga integriteten. Kontakta krishanteringsgruppen.