

Stockholm Top Gymnastics

VÄRDEGRUND

All gymnastikverksamhet för barn och ungdomar ska bedrivas utifrån ett barnrättsperspektiv och följa FN:s barnkonvention. Ett barnrättsperspektiv innebär att, med respekt för barnets åsikter, alltid ha barnets bästa – det vill säga dess välmående, hälsa och positiva utveckling – för ögonen.

Allt ha ett barnrättsperspektiv inom gymnastiken innebär också att såväl tränare som ledare, på alla nivåer, ska sätta barnet i fokus.

Som förening har vi ett stort ansvar och förtroende som gymnasterna och deras föräldrar ger oss. Därför har vi tagit fram en värdegrund som omfattar trivselregler, uppförandekoder och handlingsplaner. Det berör och ska följas av alla i föreningen, oavsett vilken roll man har – ledare, anställd, styrelseledamot, förälder eller gymnast.

Arbetet med värdegrunden syftar till att stärka samhörigheten i föreningen. Värdegrunden skall alltid prägla våra handlingar och bygger på ledorden:

Glädje och utveckling

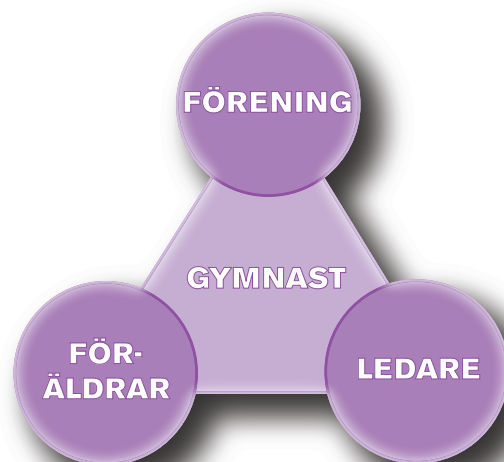
Gymnastiken i STG ska vara spännande, glädjefylld och motiverande. Vi strävar efter att bli bättre och glädjas av varandras framgång. Vi tar tillvara på varandras kompetens.

Öppenhet och omtänksamhet

Vi visar lyhördhet och uppmärksamhet. Verksamheten ska vara öppen och förändringsbenägen och vi arbetar för tydlig kommunikation och ett motiverande klimat.

Trygg miljö

Vi visar alla en ömsesidig respekt och tillit och arbetar aktivt mot kränkande särbehandling. Vi har ledare som är utbildade för sitt uppdrag och vi jobbar för god hälsa och välbefinnande hos barnen.



TRIVSELREGLER

gäller alla; ledare, föräldrar, gymnaster, anställda och styrelseledamöter,

Vi bidrar alla till glädje och utveckling, öppenhet och omtänksamhet – i en trygg miljö genom att

- Bedriva verksamheten utifrån ett barnrättsperspektiv och följer FNs barnkonvention.
- Alltid följa STGs värdegrund.
- Alltid värna om barnens bästa och behandla alla andra som jag själv vill bli behandlad.
- Sköta alla uppdrag i föreningen, med en positiv attityd.
- Alltid följa de regler som gäller i den lokal jag visats i.
- Alltid använda ett vårdat språk och tänka på hur jag uttrycker mig inför andra.
- Arbeta för nolltolerans mot mobbing, kränkning, utanförskap och diskriminering.
- Agera om man ser att någon bryter mot reglerna.
- Alltid uppträda föredömligt för att värna om Stockholm Top Gymnastics anseende.
- Alltid vara en god förebild.

KRÄNKANDE SÄRBEHANDLING – mobbing, sexuella trakasserier, övergrepp och andra kränkningar

gäller alla; ledare, tränare, anställda, styrelseledamöter, föräldrar och gymnaster.

Övergrepp och trakasserier i alla dess former är oacceptabelt och oförenligt med klubbens värderingar. Precis som Riksidrottsförbundet skriver i sin policy anser vi att alla barn och ungdomar har rätt att idrotta och utvecklas i en trygg miljö och bemötas med respekt. Vår målsättning är att förhindra att någon form av kränkning sker samt att arbeta aktivt för att uppnå detta.

Policyn är till för att skapa en trygg miljö och för att se till att övergrepp inte förekommer inom STG. Policyn omfattar alla föreningsmedlemmars och anställdas agerande vid förekomst av kränkande handlingar mot aktiva i klubben. Målet är att medlemmar ska känna förtroende för styrelse, anställda och ledare och tors berättas om eventuella trakasserier, kränkningar eller andra problem.

Styrelse, anställda, ledare och föräldrar i STG har ett gemensamt ansvar för att uppmärksamma eventuella förekomster av kränkande särbehandling samt att säkra att åtgärder vidtas.

Vi alla motverkar att det händer genom att veta att

- Barn och ungdomar ska i möjligaste mån ledas av fler än en tränare/ledare. Detta eftersom det delade ledarskapet stärker skyddet mot våra barn och ungdomar genom större insyn i gruppens verksamhet.
- Ingen får skriva eller yttra ogynnsamma personliga eller respektlösa kommentarer om gymnaster, tränare föreningen eller någon annan gymnastikförening på offentliga nätverk såsom facebook, instagram, twitter m m.
- Ingen ledare i förtroendeposition tillåts att ha ett förhållande eller kommunicera direkt med en individuell gymnast under 18 år genom text, chatrum, sociala nätverk (inkl facebook, instagram, twitter) eller via e-post. All kommunikation från ledare i förtroendeposition till gymnaster under 18 år får endast ske genom föräldrar eller e-postgrupp.

- Vår målsättning är att alla involverade i STG ska introduceras och utbildas när det gäller klubbens värdegrund och policy. Syftet är att informera, förebygga och förhindra att kränkningar och övergrepp förekommer inom klubben.
- Bättre insyn i träningsgrupperna skapar en öppenhet som leder till en tryggare miljö.
- Alla anmälda händelser tas på allvar och undersöks direkt.
- Bedöms händelsen vara av brottslig karaktär görs en polisanmälan.

HIGH FIVE

Under 2016 genomgick Stockholm Top Gymnastics Rädda Barnens utbildning High Five, ett processarbete för att ta fram en uppförandekod för alla i föreningen – oavsett vilken roll man har.



IDROTT FÖR ALLA

UPPFÖRANDEKOD FÖRENING

gäller alla som i någon mån representerar föreningen

Föreningen bidrar till glädje och utveckling, öppenhet och omtänksamhet – i en trygg miljö genom att

- Sätta barnets bästa främst och följa FNs barnkonvention
- Förankra värdegrundsarbetet hos alla med koppling till föreningen
- Stödja tränare och kansli i sitt arbete med att arbeta efter värdegrunden
- Arbeta strukturerat för nolltolerans mot mobbing, kränkning och diskriminering
- Tillsätta en egen gymnastikombudsman
- Utbilda sina tränare för den nivå de tränar gymnaster på

UPPFÖRANDEKOD LEDARE

gäller alla ledare

Ledare bidrar till glädje och utveckling, öppenhet och omtänksamhet – i en trygg miljö genom att

- Sätta barnens bästa främst i alla lägen och följa FNs barnkonvention.
- Arbeta för nolltolerans mot mobbing, kränkning, utanförskap och diskriminering
- Fördela uppmärksamheten rättvist mellan gymnasterna
- Skapa ett öppet klimat som gör barnen delaktiga i beslut som rör deras träning och tävling.
- Skapa träningar och aktiviteter som stärker samverkan och ger förutsättningar för gymnasten att utvecklas i sin egen takt, utifrån sina egna förutsättningar.
- Uppmuntra den inre motivationen.
- Tydliggöra riktlinjer och roller, ha en öppen dialog och ge konstruktiv feedback genom att ha utvecklingssamtal med gymnasterna och föräldramöten.
- Se till att ha rätt kompetens och utbildning beroende på vilka grupper vi tränar.
- Jobba för att gymnasterna mår bra och är glada, före, under och efter träningen.
- Agera om man ser att något barn far illa eller inte mår bra.

UPPFÖRANDEKOD LEDARE I GRUPPER SOM TÄVLAR

- Alla tävlingsgrupper ska ha minst ett föräldramöte per termin.
- Alla tävlingsgymnaster ska ha minst ett utvecklingssamtal per år.
- Huvudansvarig ledare ska i god tid presentera en terminsplanering med tävlingar, läger m m till föreningschefen.
- Alla tävlingsledare ska skriva under STGs värdegrunder och tävlingshandbok – och efterleva dem.
- Alla tävlingsledare ska känna till vad STG har för medicinsk support i klubben.
- Alla tävlingsledare ska hålla god kontakt med föräldragruppen till de barn / ungdomar man tränar.
- Man ska alltid vara en vuxen förebild inför gymnasterna.

UPPFÖRANDEKOD FÖRÄLDRAR

Stockholm Top Gymnastics är en ideell organisation och föreningens motto är träna, tävla trivas. Som förälder till barn som idrottar i föreningen har man ett ansvar att stötta, hjälpa till och verka för att verksamheten fungerar och utvecklas i enlighet med föreningens värdegrund. Detta gäller alltid men blir extra viktigt vid arrangemang såsom tävlingar, läger och andra evenemang när verksamheten kräver extra resurser.

Forskning visar att barn mår bättre av att man som förälder är engagerad i barnets idrottande. Engagemanget ska dock vara sunt och kopplat till glädje och utveckling, snarare än resultat och placeringar. Man visar sitt barn lika mycket uppskattning oavsett hur det går. Barn utvecklas olika fort och genom uppmuntran och stöd behåller vi fler, trygga framgångsrika gymnaster, längre upp i åldrarna.

För att skapa en bra träningsmiljö för våra barn hämtar och lämnar man i möjligaste mån utanför hallen. Naturligtvis får man gärna titta på när ens barn tränar då och då men alltid i samråd med ansvarig tränare och vid eventuella "öppna träningar".

Man betalar alltid medlems- och träningsavgift i tid så att ens barn är skadeförsäkrat på gymnastiken, för allas skull. Det är viktigt att meddela kansliet om kontaktuppgifter ändras under terminens gång.

Vid träning och tävling sker instruktioner enbart mellan gymnaster och tränare. För ens barns skull är det viktigt att vi har tydliga roller och att man känner till vilket uppdrag som man fått tilldelat. Frågor angående träning och tävling diskuterar man alltid i första hand med ansvarig tränare, vilket i största möjliga mån bör ske utanför träningstid. Frågor om verksamheten, övergripande frågor diskuterar man med föreningschefen eller styrelsen.

Det ska finnas en ömsesidig respekt och tillit mellan ledare, gymnaster, föräldrar och föreningen.

Föräldrar bidrar till glädje och utveckling, öppenhet och omtänksamhet – i en trygg miljö för barnens bästa genom att

- Känna till och följa föreningens värdegrund, uppförandekoder och handlingsplaner.
- Hjälpa till kring verksamheten när det behövs t ex vid uppvisningar, tävlingar och läger.
- Vara positiv, berätta när saker är bra och ta upp funderingar och reda ut eventuella frågetecken direkt med berörd person.
- Alltid vara goda förebilder, vara goda supporters och heja fram våra gymnaster och glädjas åt alla barns prestationer. Även från andra föreningar.

- Inkludera alla gruppens gymnaster vid aktiviteter.
- stötta och uppmuntra sitt barn till träning och tävling, oavsett resultat – det ska vara kul med gymnastik!
- Ge sitt barn rätt förutsättningar för att kunna träna bra och orka med träningen genom att se till att barnet har sovit ordentligt innan träning och tävling samt se till att ens barn äter ordentligt.
- Lära känna övriga föräldrar. När gymnasternas föräldrar känner varandra skapas det en tryggare miljö för barnen och man gläds åt alla barns framgångar.
- Agera om man ser att något barn far illa eller inte mår bra.

UPPFÖRANDEKOD GYMNASTER

Gymnasterna bidrar till glädje och utveckling, öppenhet och omtänksamhet – i en trygg miljö genom att

- Känna till och följa föreningens värdegrund, uppförandekoder och policys.
- Komma ombytta och ha med sig sin utrustning.
- Ha en positiv attityd.
- Träna när det är träningstid.
- Följa reglerna som finns i hallen.
- Heja på varandra och glädjas åt varandras framsteg.
- Vara goda kompisar.
- Inte mobba någon.
- Prata med en vuxen om man ser att någon kompis far illa eller inte mår bra.

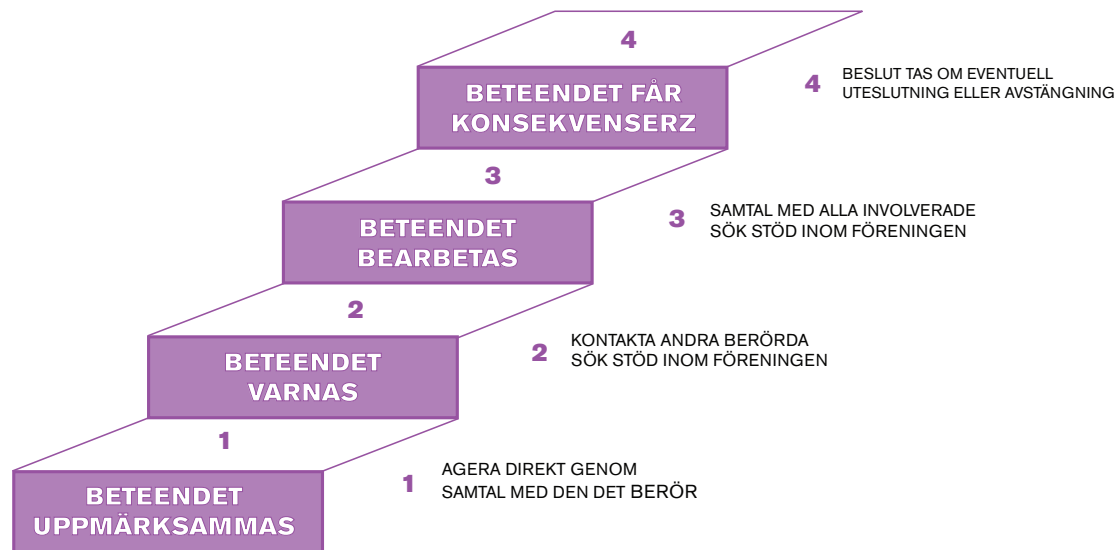
SÅ HÄR SKA VI AGERA OM NÅGON BRYTER MOT UPPFÖRANDEKODEN.

Om man ser att uppförandekoden inte följs ska man agera och ta hjälp om det behövs. Föräldrar och ledare har ett vuxet ansvar att agera direkt när något olämpligt händer eller sägs. Antingen direkt till den det berör, om det passar. Om inte detta är lämpligt eller känns bra bör man meddela en föreningsrepresentant. Det kan vara ledare, föreningchef eller STGs eget värdegrundsombud.

STG har en *“nolltoleransknapp”* på hemsidan där man kan skriva till föreningens eget värdegrundsombud om olämpliga beteenden man har bevittnat. Alla meddelanden behandlas med sekretess om man så önskar. Det kan bero på vad det handlar om och hur allvarlig situationen är. Värdegrundsombudet tar informationen till rätt instans. Om något brottsligt händer eller det föreligger stor säkerhetsrisk i samband med träning, kan tränare agera direkt med t ex avhysning eller uteslutning under utredning.

Om en gymnast ser att uppförandekoden inte följs bör hon säga till en ledare eller förälder. Man kan också prata med en kompis, men ibland är det viktigt att en vuxen får reda på olämpliga beteenden. Prata direkt med, eller skicka mail till den det berör om detta känns relevant. Eller gå in på hemsidan och maila STGs värdegrundsombud genom *“nolltoleransknappen”*.

HANDLINGSTRAPPA



VAD GÖR MAN VID OROSKÄNSLA? – TA ORON PÅ ALLVAR!

gäller alla vuxna; ledare, anställda, styrelseledamöter och föräldrar.

Vad kan jag göra som ledare / vuxen / medmänniska / förening?

- Berätta att du finns och lyssnar.
- Ställ öppna frågor – låt barnen prata.
- Som förälder/ledare behöver du inte lösa problemet.
- Använda "nolltoleransknappen" på hemsidan.
- Erbjud barnet en fast vuxenkontakt att prata med.
- Göra en orosanmälan (se nedan).
- Ring Socialjouren (se nedan).

Orosanmälan: Barn som far illa eller riskerar att fara illa är ett gemensamt samhällsansvar. Som privatperson har du möjlighet att göra en anonym orosanmälan till socialtjänsten (i den kommun där barnet bor). Anonymitet förutsätter att du inte berättar vem du är när du kontaktar socialtjänsten.

Socialjouren: 08-508 400 00 om någon behöver akut stöd eller råd. Har öppet dag och natt alla dagar.

TOBAKSPOLICY

gäller alla; ledare, tränare, anställda, styrelseledamöter, föräldrar och gymnaster.

STG jobbar för en tobaksfri miljö där ingen ska utsättas för det obehag och de hälsorisker passiv rökning eller nikotin i andra former medför. Gäller alla former av tobak (cigaretter, piptobak, snus).

Vi bidrar alla till en rökfri miljö genom att

- Inte tillåta att någon under 18 år komma i kontakt med tobak.
- Måste jag röka gör jag det endast på lämpliga, särskilt anvisade platser utomhus. Inte i anslutning till entréer, luftintag eller öppna fönster.
- Jag röker aldrig nära aktiva gymnaster i STG.

ALKOHOL OCH DROGPOLICY

gäller alla; ledare, tränare, anställda, styrelseledamöter, föräldrar och gymnaster.

STG jobbar för att motverka användande av alkohol och andra droger. Samhällets lagar och regler för alkohol och droger skall efterföljas.

Vi bidrar alla till en alkohol- och drogfri miljö genom att veta att

- Det är förbjudet att vara alkohol/drogpåverkad i verksamheten under träning, tävling, arrangemang så som uppvisningar eller liknande arrangemang eller på arbetstid.
- Vid misstanke om påverkan stängs jag av från all verksamhet i STG under utredning.
- Om jag misstänker att alkohol och/eller droger förekommer har jag skyldighet att rapportera detta till föreningschef, styrelse eller STGs gymnastikombudsman.
- Vid arrangemang så som personalfest, konferens och representation gäller måttlighet och en absolut åldersgräns på 18 år för intag av alkoholhaltiga drycker.
- Vi uppmanar till agerande – ett passivt förhållandesätt är lika med ett tyst medgivande.
- Om man har problem, våga be om hjälp.

RIKTLINJER FÖR KLÄDSEL

- På utbildning bär vi STG-kläder i största möjliga mån.
- Under tävling ska ledare ha defileringsoverall samt STG-tröja/T-shirt.
- Under tävling ska gymnaster bära tävlingsdräkt och defileringsoverall.
- Som aktiv gymnast har man träningskläder under träning.

RIKTLINJER TRAFIKREGLER / RESOR MED STG

- Säker transport till och från tävlingar, träningar och läger.
- Prisivärda transporter.
- Resor bokas genom gruppens lagledare i samordning med kansliet.

RIKTLINJER FÖR UTBILDNING

- Vi ser positivt till att utbilda våra ledare på rätt nivå.
- Vi ser positivt till att utbilda våra medlemmar till domare för att så många barn som möjligt ska få möjlighet att tävla.
- Efter avslutad utbildning ska kursens kunskaper komma till STGs nytta under minst ett år.

