



## **Policy och handlingsregler för Lidingö simklubb**

Lidingö simklubb ("simklubben") har antagit en värdegrund som bland annat syftar till att erbjuda sina medlemmar och anställda en trygg social miljö.

För att kunna upprätthålla värdegrunden har simklubben beslutat att anta *Policy och handlingsregler för Lidingö simklubb*.

### Innehåll

1. Policy och regler för användning av tobak, alkohol och droger, samt dopingpreparat
2. Policy och regler för att motverka trakasserier, sexuella trakasserier och mobbing
3. Policy och regler för att motverka sexuella övergrepp
4. Förälder i simklubben

## **1. Policy och regler för användning av tobak, alkohol och droger, samt dopingpreparat**

### **1.1 Tobak**

#### Definitioner

Med *tobak* avses cigaretter, piptobak, snus och tuggtobak.

#### Policy

Alla anställda, medlemmar och styrelseledamöter ska verka för en tobaksfri miljö i samband med simklubbens verksamhet och arrangemang.

#### Regler

Rökning i samband med träning och tävling får endast ske vid lämpliga hänvisade platser utomhus.

### **1.2 Alkohol och droger**

#### Definitioner

Med *droger* avses narkotikaklassade preparat och läkemedel som hanteras på ett inte avsett vis.

Med *simaktivitet* avses tävling, träning eller träningsläger.

#### Policy

Simklubben ska verka för en alkohol- och drogfri förening.

#### Regler

1. Ingen medlem eller anställd får vara alkohol- eller drogpåverkad vid simaktivitet eller i samband med annan aktivitet relaterad till simklubben.
2. Vid konferenser, representation och personalfester råder måttlighet och en åldersgräns på 20 år för intag av alkoholhaltiga drycker.

#### Åtgärder/handlingsplan

1. Var och en som misstänker att alkohol eller droger används av medlem eller anställd i samband med simaktivitet ska rapportera detta till tränare, annan ledare eller styrelseledamot. Sker anmälan till tränare eller annan ledare ska denne omedelbart informera en styrelseledamot.
2. Den som är eller har varit påverkad av alkohol eller droger under tävling eller träningsläger ska skickas hem. Om personen är minderårig ska vårdnadshavaren kontaktas.

3. För det fall en medlem eller anställd har varit påverkad av alkohol eller droger vid simaktivitet ska styrelsen utreda händelsen och besluta om lämpliga åtgärder (inklusive huruvida personen ska stängas av från klubbens verksamhet). Styrelsen har rätt att besluta om avstängning även under utredningstiden.

### **1.3 Dopingpreparat**

#### Definitioner

Med *dopingpreparat* avses dopingsklassade preparat, se vidare på Riksidrottsförbundets hemsida, [www.rf.se/Antidoping/Dopinglistor](http://www.rf.se/Antidoping/Dopinglistor). Observera att vissa kost- och hälsopreparat kan innehålla dopingsklassade substanser.

Med *simaktivitet* avses tävling, träning eller träningsläger.

#### Policy

Simklubben tar avstånd från all form av dopning och ska verka för att dopingpreparat inte används av simmare i klubben.

#### Regler

Simklubben står bakom Riksidrottsförbundets regler avseende antidoping, se [www.rf.se/Antidoping](http://www.rf.se/Antidoping).

#### Åtgärder/handlingsplan

1. Var och en som misstänker att dopingpreparat används av aktiv medlem i samband med simaktivitet ska rapportera detta till tränare eller styrelseledamot. Sker anmälan till tränare ska tränare omedelbart informera en styrelseledamot.
2. För det fall en aktiv medlem har använt dopingpreparat i samband med simaktivitet ska styrelsen utreda händelsen och besluta om lämplig åtgärd (inklusive huruvida personen ska stängas av från klubbens verksamhet). Styrelsen har rätt att besluta om avstängning även under utredningstiden.

## 2. Policy och regler för att motverka trakasserier, sexuella trakasserier och mobbing

### 2.1 Definitioner

#### Trakasserier

Med *trakasserier* avses att en person förföljs eller blir illa omtalad för att denne har en viss religion, kommer från ett visst land, är flicka/pojke, har ett funktionshinder, en viss sexuell läggning, ålder eller bryter mot förväntningar på hur en tjej eller kille förväntas uppföra sig. Trakasserier är ibland oavsiktliga och har sin grund i tanklöshet, men är andra gånger avsedda att såra, trycka ner eller förnedra.

#### Sexuella trakasserier

Med *sexuella trakasserier* avses ovälkommet uppträdande av sexuell natur eller annat uppträdande av sexuell natur som kränker flickor och pojkar, kvinnor och män. Exempel på sexuella trakasserier är krav på sexuella tjänster, tafsande eller annan ovälkommen beröring av sexuellt slag, ovälkomna sexuella anspelningar. Mer information och ytterligare exempel finns i Riksidrottsförbundets policy och handlingsplan mot sexuella trakasserier inom idrotten:

[http://www.rf.se/ImageVaultFiles/id\\_33113/cf\\_394/Policy\\_och\\_handlingsplan\\_mot\\_sexuella\\_trakasserier.PDF](http://www.rf.se/ImageVaultFiles/id_33113/cf_394/Policy_och_handlingsplan_mot_sexuella_trakasserier.PDF)

#### Mobbing

Med *mobbing* avses att en person eller grupp systematiskt trakasserar, stänger ute eller attackerar en annan individ.

#### Kränkande särbehandling

Trakasserier, sexuella trakasserier och mobbing kallas nedan gemensamt för *kränkande särbehandling*. Det viktigaste kännetecknet för alla dessa fall av kränkande särbehandling är att de är oönskade av de som utsätts för dem. Avgörande är den utsattes upplevelse, inte trakasserarens motiv.

### 2.2 Policy

Simklubben ska arbeta för att motverka kränkande särbehandling. Simklubben ska arbeta med förebyggande åtgärder, utreda misstanke om kränkande särbehandling och agera på lämpligt sätt för det fall kränkande särbehandling upptäcks inom klubben.

## **2.3 Regler**

Ingen medlem eller anställd i simklubben får utsätta annan person inom simklubben, eller annan person i samband med simaktivitet, för kränkande särbehandling.

## **2.4 Förebyggande arbete**

Simklubben ska motverka kränkande särbehandling genom att arbeta med förebyggande åtgärder, såsom exempelvis:

1. Information till medlemmar, föräldrar och tränare om simklubbens värdegrund, policies och regler.
2. Tränare ska ha regelbundna samlingar med simgruppen där tränare och simmare pratar värderingar och hur de vill att det ska vara att vara med i simklubben.
3. Sträva efter en tät vuxennärvaro i samband med träning, tävling och läger. Fler vuxna har möjlighet att se och höra mer om vad som förekommer runt gruppen.
4. Ledare, föräldrar och aktiva medlemmar bör vara uppmärksamma på vad som sker på nätet.
5. Låta simmarna vara delaktiga i de beslut som rör dem. Om simmarna blir vana att för vara med att få tycka till om sin verksamhet så ökar chansen att de våga berätta för sina tränare om sådant som inte känns bra.

## **2.5 Handlingsplan/åtgärder vid kränkande särbehandling**

1. Den som blivit utsatt för kränkande särbehandling bör tala med någon i sin omgivning om vad som inträffat. Denne bör också skriva ner vad som hänt, datum, klockslag och eventuellt vittne.
2. Den som blivit utsatt för kränkande särbehandling bör själv, eller genom annan, rapportera det inträffade.
3. Den som misstänker att annan i simklubben (simmare, tränare, etc) blivit utsatt för kränkande särbehandling ska rapportera misstanken om kränkande särbehandling.
4. Rapportering ska antingen ske till tränaren eller till en styrelseledamot. Simmare ska i första hand rapportera till tränare – men om det bedöms olämpligt eller om tränaren inte vidtar någon åtgärd ska rapportering ske till styrelseledamot. Rör misstanken tränaren ska rapportering alltid ske till en styrelseledamot.
5. Den som tar emot anmälan ska skriva ner datum, klockslag, vad som hänt och eventuellt vittne. Observera att sekretess ska beaktas.
6. Sker rapportering till en tränare, ska tränaren omedelbart informera en styrelseledamot.

7. Styrelsen ska vid behov kontakta Riksidrottsförbundets jurister för vägledning. När det gäller sexuella trakasserier finns vägledning i Riksidrottsförbundets policy och handlingsplan mot sexuella trakasserier inom idrotten.
8. Styrelsen ska omgående höra de inblandade parterna och dokumentera parternas upplevelser. Observera att sekretess ska beaktas så att parterna personliga integritet skyddas.
9. Styrelsen ska så snart det är möjligt bedöma om det bör göras en polisanmälan eller anmälan till socialtjänsten. Styrelsens ordförande (eller annan styrelseledamot) ansvarar för att tillse att en sådan anmälan görs.
10. Styrelsen ska, beroende på allvarlighetsgrad, besluta om lämplig åtgärd. Den första åtgärdsnivån skulle kunna vara att ta fram en handlingsplan som de inblandade parterna kan acceptera, för att få den kränkande särbehandlingen att upphöra och där det klart och tydligt framgår att det tidigare handlandet upplevs som ovälkommet eller kränkande. Den andra åtgärdsnivån är att disciplinära åtgärder vidtas såsom varning, avstängning eller uppsägning.
11. Styrelsen ska vid konstaterad kränkande särbehandling besluta om andra simmare, föräldrar, tränare, etc, ska informeras och i så fall på vilket sätt detta ska göras.
12. För det fall media hör av sig vid fall av kränkande särbehandling ska styrelsens ordförande (eller annan styrelseledamot) ansvara för dessa kontakter.
13. Styrelsen ska följa upp ärenden avseende kränkande särbehandling och för det fall den kränkande särbehandlingen inte upphört, vidta förnyade erforderliga åtgärder.

### **3. Policy och regler för att motverka sexuella övergrepp**

#### **3.1 Definitioner**

*Sexuella övergrepp* är alla sexuella handlingar som görs mot någon, inför någon eller som en person får någon annan att göra mot den utsatta personens vilja. Om man är under 15 år har ingen äldre tonåring eller vuxen rätt att göra något sexuellt med eller mot en, även om man själv vill eller tar initiativ. Det är brottsligt. Ett barn har inte heller rätt att ta på ett annat barn mot dess vilja. Se vidare i Riksidrottsförbundets policy mot sexuella övergrepp inom idrotten:

[http://www.rf.se/ImageVaultFiles/id\\_44595/cf\\_394/Policy\\_mot\\_sexuella -  
vergrepp\\_inom\\_idrotten.PDF](http://www.rf.se/ImageVaultFiles/id_44595/cf_394/Policy_mot_sexuella_vergrepp_inom_idrotten.PDF)

#### **3.2 Policy och regler**

Simklubben ska arbeta för att förebygga att sexuella övergrepp och, för det fall det finns uppgift om att det har förekommit sexuella övergrepp inom simklubben, ska styrelsen agera i enlighet med Riksidrottsförbundets policy mot sexuella övergrepp inom idrotten.

Anmälan om sexuella övergrepp inom simklubben ska göras till styrelseledamot.

#### **3.3 Förebyggande arbete**

1. Se avsnitt 2.4 ovan.
2. För att motverka risken för sexuella övergrepp ska styrelsen innan en person, som fyllt 18 år, anställs begära att personen i fråga visar upp ett begränsat utdrag ur Rikspolisstyrelsens belastningsregister, blankett 442.5 för "Förskoleverksamhet/Skola/Skolbarnomsorg". Styrelsen ska följa de regler som finns härom i Bilaga 2 till Riksidrottsförbundets och SISU:s dokument "Skapa trygga idrottsmiljöer för barn och ungdomar" (**dok bifogas**).

#### 4. Förälder i simklubben

Simklubben är en ideell förening som är beroende av föräldrars ideella engagemang. Inom simklubben finns olika uppdrag såsom exempelvis styrelsearbete och funktionärsarbete där allas insatser är betydelsefulla.

Föräldrar bör på bästa sätt stötta barnens idrottande samt känna till och efterleva simklubbens värdegrund och dessa regler.

##### Att tänka på som förälder till aktiv medlem:

1. Vid träning och tävling sker instruktioner enbart mellan barn och tränare. Vid frågor om undervisningen kontaktas tränaren efter avslutat pass.
2. Föräldrar hjälper till i verksamheten när det behövs.
3. Föräldrar stöttar och uppmuntrar barnet vid träning och tävling – oavsett resultat.
4. Föräldrar ser till att barnet är väl förberett vad gäller hälsa, kost och sömn.