# Idrotts- och hälsocertifiering: Lerkils IF

Under 2013 utformar Lerkils IF en policy i samstämmighet med Kungsbacka kommuns krav för att bli en idrotts- och hälsocertifierad förening. Innehållet i denna policy är något som föreningen i sin helhet står bakom. Föreningen eftersträvar att förmedla och informera innehållet i denna policy till alla medlemmar samt göra den lättillgänglig för övriga som är intresserade av föreningens verksamhet. Målet är att kunna erbjuda våra medlemmar en såväl sportsligt attraktiv som god social verksamhet. Särskilt skall barn och ungdomar ges en trygg och uppbyggande miljö inom föreningens alla verksamhetsgrenar.

# Utveckla det drogförebyggande arbetet

LIF vill ta ansvar för sina medlemmar och i första hand för de ungdomar vi är med och fostrar. Vi vill bidra till bästa möjliga start i livet för dem och vara goda föredömen för våra ungdomar. Missbruk drabbar inte bara missbrukaren utan även anhöriga, kamrater och ledare. Det har en avgörande negativ inverkan på hälsa, sportprestation, närvaro, olycksfallsrisk och trivsel i föreningen.

Följade gäller i föreningens aktiviteter och inkluderar såväl träningar, träningsläger som matcher samt resor till och från match:

* Användning av tobak, alkohol, narkotika och/eller dopningspreparat är inte tillåten. Tobak innefattar snusning och rökning.
* Sniffning är inte tillåten.
* Det är inte tillåtet att komma till föreningens aktiviteter påverkad av alkohol och/eller droger.
* Smärtstillande läkemedel som Alvedon, Ipren och Panodil delas endast ut i undantagsfall till ungdomar och aldrig utan att föräldrarna tillfrågas och informeras.
* Användning av otillåtna kosttillskott är ej tillåtet. Dessa klassas ofta som dopningpreparat. Lerkils IF avråder starkt ungdomar från att använda olika former av andra kosttillskott. Generellt sett behöver idrottsutövare inte några tillskott, förutsatt att de äter allsidigt. Detta gäller även så kallade energidrycker.

**Handlingsplan för föreningens drogpolicy.**

Föreningens ledare och tränare informeras om policy och handlingsplan för det drogförebyggande arbetet i samband med föreningens kick-off i början på varje säsong samt vid tränarmöten ( hålls en gång i månaden under sommarhalvåret ). Styrelsen ansvarar för att detta blir gjort.

**Handlingsplan vid överträdelse av föreningens drogpolicy.**

**Vuxna medlemmar, seniorer, ledare och tränare**

|  |  |
| --- | --- |
| Åtgärd | Ansvarig |
| Enskilt samtal med spelare/tränare/ledare för att reda ut situationen samt erbjuda stöd och hjälp | Utförs av ledare för spelare.Utförs av ordförande för ledare/tränare |
| Rapport till styrelsen | Utförs av ordförande |
| Vid misstanke om dopning – kontakt med Riksidrottsförbundets antidopningsgrupp | Utförs av ordförande eller av ordförande utsedd person |
| Vid misstanke om missbruk – förtroende-samtal för att ge underlag för beslut om vidare åtgärder | Utförs av ordförande eller av ordförande utsedd person |
| Upptäckt av narkotika eller langning av alkohol – kontakt med polis | Utförs av ordförande eller av ordförande utsedd person |
| Vid upprepade allvarliga överträdelser – uteslutning ur föreningen | Beslut av styrelsen |

**Medlemmar, barn och ungdomar**

|  |  |
| --- | --- |
| Åtgärd | Ansvarig |
| Enskilt samtal med ledare  | Utförs av ledare/tränare |
| Kontakt med föräldrar | Utförs av ledare/tränare |
| Samtal mellan spelare, föräldrar och ledare | Utförs av ledare/tränare |
| Vid misstanke om missbruk – förtroende-samtal för att ge underlag för beslut om vidare åtgärder | Utförs av ordförande eller av ordförande utsedd person |
| Upptäck av narkotika eller langning av alkohol – kontakt med polis | Utförs av ordförande eller av ordförande utsedd person |
| Vid misstanke om dopning – kontakt med Riksidrottsförbundets anatidopningsgrupp | Utförs av ordförande eller av ordförande utsedd person |
| Vid upprepade allvarliga överträdelser – uteslutning ur föreningen | Beslut av styrelsen |

# Aktivt värdegrundsarbete

## 2.1 Nolltolerans för psykiskt och fysiskt våld

Föreningens verksamhet skall präglas av respekt och tolerans för den enskilde individen. Alla ska behandlas lika. Ingen diskriminering eller annan form av negativ utpekning får ske på grund av kön, etnicitet, religionstillhörighet, ålder eller sexuell läggning. Ledare, tränare och andra vuxna i föreningen har ett ansvar att förebygga och motverka mobbning och annan kränkande särbehandling. LIF skall vara en förening där alla känner sig välkomna och trygga.

Lerkils IF har nolltolerans mot all form av psykiskt eller fysiskt våld.

Med psykiskt våld menas en handling som är avsedd att göra någon ledsen, att såra någon eller få någon att känna sig mindre värd. Exempel på psykiskt våld är

|  |  |
| --- | --- |
| * Mobbning
* Uteslutning ur grupp
* Ge nedsättande/kränkande kommentarer
* Utsätta någon för tvång eller hot
 | * Använda obscena gester mot någon
* Tala förnedrande till eller om någon
* Gömma eller förstöra personliga tillhörigheter
* Använda könsord eller svordomar i tilltal mot någon
 |

Med fysiskt våld menas kroppsligt våld som är avsedd att skada eller vålla smärta. Exempel på fysiskt våld är

|  |  |
| --- | --- |
| * Knuffar
* Sparkar
* Slag
* Fällningar
 | * Efterslängar
* Skallningar
* Stämplingar
* Regelvidriga tacklingar
 |

Inget av detta eller andra liknande företeelser får förekomma under träning eller match och inte i andra sammanhang heller.

**Handlingsplan för föreningens policy för psykiskt och fysiskt våld.**

Ledare och tränare informeras om föreningens policy och handlingsplan för nolltolerans mot psykiskt och fysiskt våld i samband med föreningens kick-off i början på varje säsong samt vid tränarmöten ( hålls en gång i månaden under sommarhalvåret). Styrelsen ansvarar för att detta blir gjort.

**Handlingsplan vid överträdelse av föreningens policy för psykiskt och fysiskt våld.**

|  |  |
| --- | --- |
| Åtgärd | Ansvarig |
| Direkt tillsägelse  | Utförs av ledare/tränare |
| Enskilt samtal med förövare | Utförs av ledare/tränare |
| Stödsamtal med utsatt | Utförs av ledare/tränare |
| Samtal mellan spelare, föräldrar och ledare | Utförs av ledare/tränare |
| Alla insatser rapporteras till ansvarig i styrelsen | Utförs av ledare/tränare |
| Vid upprepade allvarliga överträdelser – uteslutning ur föreningen | Beslut av styrelsen |

Sexuella övergrepp är alla sexuella handlingar som görs mot någon , inför någon eller som en person får någon annan att göra mot den utsatta peronens vilja. Det är en handling där någon går över gränsen och kränker en annan person på ett sexuellt sätt. LIF har självklart nolltolerans mot alla former av sexuella övergrepp.

Exempel på sexuella övergrepp ges av Riksidrottsförbundet enligt följande:

* Att någon tar på ens kropp med händerna, munnen eller könet på ett obehagligt sätt eller så att man blir rädd.
* Att någon pratar med en och tittar på en på ett sexuellt sätt som man upplever obehagligt.
* Att tvingas ha sex fast man inte vill, till exempel att tvingas ha samlag med någon eller tvingas stimulera någon sexuellt.
* Att tvingas se på när någon gör något sexuellt, till exempel att någon visar sitt kön.
* Att någon gör något sexuellt mot en när man inte kan uttrycka sin vilja eller kan skydda sig. Till exempel för att man sover, är sjuk, är full, drogpåverkad eller har någon funktionsnedsättning.
* Att någon utnyttjar att han eller hon har ett överläge och får en att känna att man måste ställa upp på sex.
* Att bli fotograferad eller filmad med eller utan kläder i ett sexuellt syfte om det är emot ens vilja eller om man är under 15 år.
* Att någon försöker köpa eller byta till sig sex med hjälp av till exempel pengar, alkohol, presenter eller tjänster.

**Handlingsplan vid överträdelse av föreningens policy mot sexuella övergrepp.**

|  |  |
| --- | --- |
| Åtgärd | Ansvarig |
| Samtal med förövare | Ordförande utser lämplig person eller grupp av personer |
| Samtal med utsatt | Ordförande utser lämplig person eller grupp av personer |
| Vid varje fall som inträffar skall styrelsen informeras som i sin tur samråder och överväger vilka åtgärder som skall vidtas | Styrelsen |
| Då misstanke om överträdelse kvarstår kontaktas polis | Utförs av ordförande, styrelsen beslutar |
| Vid en allvarliga överträdelse – uteslutning ur föreningen | Beslut av styrelsen |

## 2.2 Ökad jämställdhet och mångfald

Idrotten är lika viktig för kvinnor som för män, för flickor som för pojkar. Och alla är lika viktiga för idrotten. Lerkils IF strävar därför mot jämställdhet mellan könen. Vidare så skall alla i föreningen behandlas lika och ges samma förutsättningar, efter sin förmåga, att deltaga i träningar och utvecklas efter sina möjligheter. Kön, religion, etniskt ursprung, sexuell läggning, ålder eller funktionshinder får aldrig vara ett hinder för att deltaga i träningar och övriga föreningsaktiviteter. Alla ska ha samma möjligheter, rättigheter och skyldigheter på alla nivåer inom föreningen.

**Handlingsplan**

Med Alla avses här att medlemmar behandlas lika oberoende av kön, religion, etniskt ursprung, sexuell läggning, ålder eller funktionshinder

* Inom LIF ges Alla lika möjligheter att utöva sin idrott efter sin förmåga.
* Allas idrottsutövningar värderas lika och prioriteras lika.
* Alla skall ha lika möjligheter att medverka i föreningens beslutande organ samt då ges lika stort inflytande.

## 2.3 Ökad demokrati och delaktighet

Föreningsverksamheten i Lerkils IF bygger på ideell bas. Målsättningen är att kunna erbjuda medlemmarna en såväl sportsligt attraktiv som god social verksamhet. Det är viktigt att föreningens medlemmar och föräldrar vet hur Lerkils IF fungerar. Verksamheten bygger på delaktighet och engagemang från sina egna medlemmar.

# Höjd utbildningsnivå på barn- och ungdomsledare

Lerkils IF vill ge en grundläggande idrottslig utbildning till barn och ungdomar som vill träna och spela fotboll. Verksamheten skall bedrivas i en socialt trygg miljö och utvecklingen av fotbollskunnandet skall anpassas till varje individs förutsättningar. Alla ledare skall ges möjlighet att utbilda sig till den nivå som utbildningsplanen föreskriver.

**Handlingsplan**

* Föreningen skall ta fram en utbildningsplan för samtliga ledare i barnverksamheten.
* Ledare för barn upp till 12 år ska regelbundet prata om kost och kostvanor i samband med fysisk aktivitet.
* Två ledare i föreningen kommer årligen att genomgå Riksidrottsförbundets barnledarutbildning ”Grundutbildning för tränare” (arrangeras av SISU). Varje år utses två ledare som tidigare inte genomgått utbildningen.