 **Idrott och Hälsocertifiering **

IFK Fjärås ambition är att vara certifierad enligt Kungsbacka kommuns Idrotts och hälsocertifiering.

Certifieringen är en kvalitetsmärkning och visar vad man som ledare, aktiv och förälder kan kräva och förvänta sig av IFK Fjärås.

Föreningens verksamhet bygger på ideell verksamhet med fokus på gemenskap, kamratskap och social fostran.

Certifieringsarbetet är årligt återkommande och fokuserar på fem prioriterade områden.

**1. Utveckla det drogförebyggande arbetet.**

Alla i IFK Fjärås har ett ansvar att arbeta drogförebyggande för att höja debutåldern för alkohol samt förebygga bruk av tobak, narkotika, övriga droger, otillåtna läkemedel, sniffning, dopingmedel och icke tillåtna kosttillskott under träning, tävling, resor, läger eller annan föreningsverksamhet.

Som barn och ungdomsledare är det viktigt att tänka på sitt ansvar och vara en förebild för

våra ungdomar**.**

**Tobak och Alkohol.**

Området tobak innefattar både snusning och rökning.

Enligt svensk lag är det åldersgräns 18 år för att köpa tobaksvaror.

Enligt svensk lag är det åldersgräns 18 år för att köpa alkohol och förtära sådana drycker på restaurang. För att köpa på systembolaget är gränsen 20 år.

Vid festliga tillfällen gäller givetvis åldersgräns 18 år vid servering av alkohol.

IFK Fjärås följer åldersgränserna enligt svensk lag avseende bruk av tobak och alkohol.

**Narkotika och dopingpreparat.**

All förbrukning och hantering av narkotiska preparat är förbjudet enligt svensk lag. All form av doping är förbjudet enligt idrottens regler (se RF´s WADA), dessutom är hantering av vissa dopningspreparat förbjudna enligt svensk lag.

I IFK Fjärås gäller nolltolerans för våra medlemmar att använda narkotika, otillåtna läkemedel, sniffa eller dopingpreparat**.**

**Kosttillskott.**

IFK Fjärås avråder att använda kosttillskott då de kan innehålla dopingpreparat (se RF´s WADA).

<http://www.rf.se/ImageVault/Images/id_14877/scope_0/ImageVaultHandler.aspx>

En sund och väl balanserad kost är en förutsättning för optimal träning och hälsa.

Om föreningen upptäcker att någon/några av våra aktiva spelare använder något av ovanstående droger görs följande:

\*Enskilt samtal med spelare/ledare Utförs av ledare

\*Samtal spelare/föräldrar/ledare Utförs av ledare

\*Kontakta sociala myndigheter och polis (Droger) Utförs av styrelsen

\*Riksidrottsförbundets antidoping grupp Utförs av styrelsen

\*Eventuell uteslutning ur klubben Utförs av styrelsen

Om vi ser att någon av våra ledare inte följer våra föreskrifter, agerar vi på följande sätt:

\*Samtal med ledare Utförs av sektionsstyrelse

\*Erbjuder hjälp och stöd Utförs av styrelsen

\*Stänger av berörd person vid upprepade förseelser Utförs av styrelsen

Styrelsen, ledare och övriga medlemmar har ett gemensamt ansvar för att eventuella misstankar uppmärksammas.

**2. Nolltolerans för psykiskt och fysiskt våld**

Lagstiftningen ställer höga krav på föreningars arbete mot diskriminering och kränkande behandling.

Hur vi som vuxna och ledare agerar mot våra barn och ungdomar är viktigt.

Det vi inte accepterar på en arbetsplats för vuxna, ska vi inte heller acceptera att barn utsätts för på fritiden.

Ett led i detta arbete är att IFK Fjärås har en policy för nolltolerans mot psykiskt och fysiskt våld.

Exempel på psykiskt våld är kränkningar med förnedrande och förolämpande ord, grovt språk, könsord, svordomar, mobbning, rasistiska uttryck, obscena gester och sexuella trakasserier.

Exempel på fysiskt våld är kroppsligt våld t ex knuffar, sparkar, slag, att knäa, skallningar samt sexuella övergrepp.

Vi i IFK Fjärås har genom ledarna / tränarna en uppgift att informera våra spelare att vi har nolltolerans mot psykiskt och fysiskt våld.

Dessutom betonar vi hur viktigt det är att man ej skriker nedsättande ord till våra fotbollsdomare. Detta gäller såväl på plan som för publik och ledare.

Se och höra – upptäcka signaler samt att vara en förebild för sina spelare, spelarnas föräldrar och matchfunktionärer

Om man upptäcker att det har hänt någon form av psykiskt eller fysiskt våld är det ledarens uppgift att samtala med de berörda samt informera föräldrarna då det känns nödvändigt .

Om det ändå fortgår får man ha enskilt samtal mellan föräldrar/spelare/ledare

I fall då man ej får stopp på våldet får man rapportera till styrelsen som får besluta om åtgärder.

Att förebygga och motverka sexuella trakasserier se RF´s policy

<http://www.rf.se/ImageVault/Images/id_114/scope_128/ImageVaultHandler.aspx>

**3. Ökad jämställdhet och mångfald**

Alla som vill, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar, ska få vara med i IFK Fjärås verksamhet och bli likvärdigt bemötta.

Alla skall få samma uppmärksamhet i föreningen.

**Jämställdhet**

Alla inom IFK Fjärås skall ges samma möjligheter att utvecklas som aktiva, ledare, tränare, anställda och förtroendevalda.

IFK Fjärås skall sträva efter att ha en jämn könsfördelning i styrelserna och kommittéer.

IFK Fjärås vill vara en förening där flickor, pojkar, kvinnor och män

\* har samma rättigheter, skyldigheter och möjligheter.

\* dela inflytande och ansvar.

\* ges lika möjligheter att utöva idrott.

\* värderas lika i sin idrottsutövning och prioriteras på ett likvärdigt sätt

\* att ledarstaben i såväl dam, herr, flick- och pojklagen har jämvikt mellan könen, för att få olika tänkesätt.

Valberedningen skall i sitt arbete sträva efter att nå könsjämvikt i styrelsen och kommittéer.

**Mångfald**

Med mångfald avses en blandning av människor med olika kunskaper, färdigheter, erfarenheter, bakgrunder och personligheter. Arbetet med mångfald handlar om att ta tillvara den kreativitet och det mervärde som ryms i samspelet mellan olikheter.

IFK Fjärås vill vara en förening där man

\* tar vara på den styrka och kompetens som finns i mångfalden

\* tycker att alla människor är lika mycket värda

\* förutfattade meningar får inte hindra individen att använda sina kunskaper.

Vi vill forma verksamheten så att den ger alla som deltar en kamratlig och trygg social gemenskap.

Alla aktiva ska ha tillgång till tränare, ledare som har kunskap och kompetens om jämställdhet och mångfald.

Föreningen vill aktivt arbeta för ökad integration genom att ta tillvara den mångfald som finns inom och kring våra lag och därmed skapa ökad delaktighet.

**4. Ökad demokrati och delaktighet**

IFK Fjärås föreningsverksamhet är uppbyggd på ideell bas och arbetar för gemenskap, laganda och att alla är lika mycket värda .

Det är viktigt att föreningens medlemmar inte bara utvecklas i sitt idrottande utan även får förståelse för hur IFK Fjärås fungerar som förening.

Detta kan gälla av vem och hur det går till vid beslutsfattande som påverkar idrottsutövandet.

Utöver detta skall medlemmar i kommittéer och styrelse uppmuntras till ökat deltagande genom att IFK Fjärås aktivt arbetar med "Föreningslära" och tillsammans med deltagarna utvecklar föreningen till att bli en demokratisk klubb där man har möjlighet att göra sin röst hörd.

Föreningen ska även sträva efter att styrelsen kontinuerligt ger information om vad som beslutats och verka för att delaktighet upprätthålls.

Dessutom vill vi i mån av resurser hålla föreningsutveckling där visioner och mål kan frodas.

Föreningen har en kurs i vår utbildningsplan som avser ”Föreningslära för ungdomar 14 år”.

Av föreningen utsedd person har genomgått en handledarutbildning som fortlöpande ska kunna genomföra kursen ”Föreningslära”.

Ansvaret för att ovanstående genomförs ligger på IFK Fjärås Utbildningskommitté som i sin tur rapporterar till huvudstyrelsen.

**5. Höjd Utbildningsnivå för barn och ungdomsledare**

IFK Fjärås målsättning är att vi ska ha en utbildningsplan som är anpassad för den nivå som krävs beroende ålder på ungdomarna samt vilken roll som ledaren har.

T ex huvudtränare behöver ha mer fotbollsutbildning än en lagledare, som kanske behöver mer inom skador och ledarskap etc.

Ledare har även ett eget ansvar att gå utbildning som erbjuds, för att på bästa sätt utveckla våra ungdomar både idrottsligt och socialt.

Kvalitén på våra fotbollsspelare ligger i det engagemang och kunnande som våra ledare har.

Utöver basutbildningar inom fotbollen finns ett antal specialutbildningar som kan vara aktuella att erbjuda ledarna såsom ledarskap, idrottsskador, föreningslära, mental träning kostråd, tejpning osv.

En stor del av ledarrollen handlar om att skapa en bra kontakt med föräldrar och engagera dem på lämpligt sätt .

Ansvaret för att ledarna blir utbildade ligger på klubben som har tillsatt en utbildnings- kommitté vars uppgift är att se till att det finns en utbildningsplan och att den följs.

Rekommenderade utbildningar för fotbollstränare:

Plattformen till minst 2 ledare för 7-8 åringar per år är ett krav som måste uppfyllas.

Fotbollsutbildningar enl. SvFF såsom Avspark , Bas1 och Bas2

se mer utförlig utbildningsplan [Utbildningsplan 2012.xls](http://www3.idrottonline.se/ImageVaultFiles/id_436208/cf_69694/Utbildningsplan_2011.XLS)

IFK Fjärås kommer varje år att ha genomgång av föreningens certifieringsmål avseende policy till ledare, aktiva spelare och vid föräldramöte.

Alla beslut i styrelser och kommittéer skall fattas med beaktande av policies i detta dokument.

Detta för att föreningen skall lära sig att leva efter dessa kriterier men också för att det krävs att vi hela tiden håller dokumenten ajour med den verklighet vi arbetar i.

Vi vill använda policyn så att den ger alla som deltar i vår förening en kamratlig och trygg social gemenskap.