



Handlingsplan – Trygg Idrott Härnösand inom Älgarna-Härnösand IF

Vår förening har sedan 2016 en Handlingsplan för Trygg Idrott Härnösand, en handlingsplan som därefter vid behov uppdaterats. Under 2026 inbjöd kommunen och RF-SISU alla Härnösands föreningar som har barn- och ungdomsverksamhet till en utbildningskväll den 25 november om Trygg Idrott Härnösand. Alla föreningar i kommunen ska årligen uppdatera sin Handlingsplan för Trygga Idrottsmiljöer för att få möjlighet till kommunalt LOK-stöd. Det ska framhållas att vår förening inte bedriver någon barnfotboll utan herrfotboll för äldre juniorer och seniorer.

Här presenteras vår förenings handlingsplan för Trygga Idrottsmiljöer och hur vi arbetar för att motverka mobbning, diskriminering och kränkande behandling.

1. Inledning

Inför utformandet av denna handlingsplan har vi inledningsvis definierat begreppen mobbning, diskriminering och kränkande behandling på följande sätt:

Mobbning är när en person upprepade gånger under viss tid blir utsatt för negativa handlingar från en eller flera personer.

Kränkande behandling är när en person upplever sig kränkt vid enstaka tillfällen. Detta kan förekomma öppet som t.ex. glåpord eller dolt som t.ex. blickar och miner.

Diskriminering är när en person behandlas sämre än någon annan på grund av till exempel kön, funktionsnedsättning, ålder, hudfärg, utseende, inkomst, sexuell läggning, religiös åsikt eller politisk åsikt etc.

Följande dokument/beslut utgör en slags grund för vår handlingsplan

- Barnkonventionen; <http://unisef.se/barnkonventionen/las-texten#short>
- Rätt att vara medlem i förening; <http://www.svenskidrott.se/Juridik/medlemienforening/>
- Skapa trygga idrottsmiljöer; http://www.svenskidrott.se/ImageVaultFiles/id_36837/cf_394/Skapa_trygga_idrottsmiljoer
- Idrotten vill; http://www.rf.se/ImageVaultFiles/id29061_cf394/idrotten_vill_slutversion_1
- Härnösands kommuns beslut "Skapa trygga idrottsmiljöer"; <http://www.harnosand.se/download/18.24d8a303145d504226b53be3/1399443680618/Prot>

2. Syfte och värdegrund för handlingsplanen

Samtliga medlemmar och deltagare i vår verksamhet ska känna sig trygga i den idrottsmiljö som Älgarna-Härnösand IF (ÄHIF) på lika villkor erbjuder alla som deltar i våra träningar, matcher och/eller i andra föreningsaktiviteter.

Föreningens värdegrund för arbetet med Trygg Idrott Härnösand och mot mobbning, diskriminering och kränkande behandling bygger på och ska präglas av följande punkter;

- Känna till.
- Förebygga.
- Påverka
- Agera.

3. Övergripande mål

Föreningens övergripande mål för arbetet mot mobbning, diskriminering och kränkande behandling redovisas här.

- Tränare/ledare/funktionärer/ungdomar/föräldrar ska få möjlighet att delta i arbetet med att utforma, genomföra och följa upp kompletteringar och eventuella justeringar av handlingsplanen.
- Samtliga medlemmar och deltagare i vår verksamhet ska känna till handlingsplanen som är fastställd av styrelsen.
- ÄHIF har nolltolerans mot kränkande uttryck och kränkande uppträdande.
- Samtliga ledare/tränare i ÄHIF ska känna till Handlingsplanen inklusive hur man ska agera i fall när åtgärder krävs.
- Vi har en aktiv och fungerande stödgrupp i form av vår styrelse som behandlar och agerar vid händelser som inte följer handlingsplanen.

Mål ledare/tränare: ÄHIF:s mål för våra ledare/tränare redovisas här:

- Ledarna/tränarna i föreningen ska känna till föreningens handlingsplan mot mobbning diskriminering och kränkande särbehandling.
- Ledarna/tränarna i föreningen ska känna trygghet i att man vet hur de ska agera vid incidenter och händelser som innebär mobbning, diskriminering och/eller kränkande behandling.
- Ledarna/tränarna i föreningen ska på träningar, matcher och på andra aktiviteter aktivt jobba för att förebygga mobbning, diskriminering och kränkande behandling.

Mål föräldrar: ÄHIF:s mål för föräldrar till ungdomar i föreningen redovisas här:

- Föräldrarna ska få information om föreningens handlingsplan.
- Föräldrarna ska känna trygghet i att man vet hur föreningen agerar vid incidenter och händelser som innebär mobbning, diskriminering och/eller kränkande behandling.
- Föräldrarna ska även få information om föreningens övriga värdegrunds- och policydokument så att man känner trygghet när deras ungdomar deltar i föreningens verksamhet.
- Föräldrarna ska ha möjlighet till en öppen dialog med föreningen om dess värdegrundsplaner, handlingsplaner och policydokument.

Mål ungdomar: ÄHIF:s mål för deltagande ungdomar i vår förening redovisas här:

- Ungdomar i föreningen ges möjlighet att aktivt medverka vid utformandet och vid revideringar av handlingsplanen.
- Ungdomar i föreningen ska få information och utbildning mm om vår handlingsplan mot mobbning, diskriminering och kränkande behandling.
- Ungdomar i föreningen ska känna till att föreningens styrelse utgör vår stödgrupp när det gäller trygga idrottsmiljöer och även vilken typ av hjälp de kan få av stödgruppen.
- Ungdomar i föreningen ska känna trygghet i att kunna kontakta stödgruppen och/eller tränare/ledare i föreningen om man känner sig mobbad, kränkt, eller känner sig utsatt för kränkande behandling.



- Ungdomar i föreningen ska känna till grundreglerna för det förebyggande arbetet mot mobbing, diskriminering eller kränkande behandling inom vår förening nämligen
 1. Lyssna på tränarna/ledarna.
 2. Lyssna på dina kompisar.
 3. Berätta alltid för någon vuxen om någon eller du själv är ledsen.

4. Aktiviteter - förebyggande arbete

Följande aktiviteter beskriver det förebyggande arbete vi genomför i föreningen;

Ledare/tränare

- Hålla diskussionen levande vid ledarträffar, utbildningsträffar och andra typer av träffar med koppling till idrottsaktiviteter.
- Bygga på sammanhållning och kommunikation mellan ledare/tränare genom värderingsövningar för att säkerställa ett klimat med högt i tak så att man ska kunna ta upp saker som händer och känns jobbiga.
- Se till att alla deltagare blir sedda och hörda.
- Se till att man håller koll på omklädningsrummet före och efter träning för att förebygga kränkande beteenden.
- Se till att vi i föreningen vid behov har en väl fungerande kommunikation mellan ledare/tränare och föräldrar.

Föräldrar

- Föräldrar ska känna sig trygga med att lämna/hämta ungdomar till/från träningar, matcher och andra aktiviteter.
- Föräldrar ska vid träningar och matcher uppträda korrekt och då i positiv anda mot egna och andras ungdomar.
- Föräldrar ska vid träningar och matcher uppträda korrekt och då i positiv anda mot ÄHIF:s tränare/ledare och vid matcher även mot samtliga motståndare.
- Föräldrar ska vid matcher uppträda korrekt och inte på något sätt kritisera domarna.
- Vid behov hålla möten med föräldrar.
- Genom kommunikation och aktiviteter sträva efter att få en god sammanhållning i föräldragruppen.

Ungdomar

- Arbeta på olika sätt med sammanhållningen i grupperna, så att alla lär känna varandra.
- Under träningar och samlingar diskutera; vad är en bra kompis, hur det förväntas att man ska bete sig för att vara en bra kompis, att man inte ska kalla varandra dumma saker samt att fokusera på det som är bra och inte på det som är dåligt.
- Tränare/ledare ska vara observanta på hur ungdomar uppträder och agerar mot varandra.

5. Åtgärder

Vid de fall där mobbning, kränkande beteenden eller diskriminering upptäcks ska denna åtgärdsplan användas:



Steg 1 – Någonting har hänt

- Reflektera över vad som hänt, prata med övriga ledare/tränare för aktuellt lag och värdera det som inträffat.
- Meddela föreningens stödgrupp dvs styrelsen om vad som hänt och få stöd för hur vi lämpligen går vidare med händelsen.

Steg 2 – Något som upprepas

- Agera! Ett upprepat dåligt beteende måste uppmärksammas.
- När en tränare/ledare har ett upprepat dåligt beteende så prata direkt med någon av övriga ledare/tränare för aktuellt lag samt med någon i föreningens styrelse. Aktuell tränare/ledare ska snarast informeras om eventuell åtgärd.
- När en deltagare har ett upprepat dåligt beteende så prata med övriga tränare/ledare för aktuellt lag om behovet av åtgärder och att agera.

Steg 3 - Det dåliga upprepade beteendet förbättras inte trots tillsägelse.

- Kontakta föreningens stödgrupp (styrelsen) som kontaktar inblandad part och meddelar åtgärd/varning.

Steg 4 - Det dåliga beteendet förbättras inte trots varning

- Föreningens styrelse avgör på vilket sätt det upprepade dåliga beteendet ska åtgärdas/bestraffas exempelvis genom
 - o Begränsning/avstängning från träning/match/annan aktivitet.
 - o Annan åtgärd ex.vis byta lag, få individuell hjälp/utbildning, ta en paus.
 - o Uteslutning ur föreningen enligt föreningens stadgar.

6. Ungdomar som far illa

När man jobbar med ungdomar är det viktigt att vara uppmärksam på tecken som kan tyda på att någon far illa i sin vardag. Det kan till exempel vara psykisk/fysisk misshandel, sexuella övergrepp, trakasserier eller annat.

- Om jag som förälder/tränare/ledare oroar mig för att, eller fått vetskap om att en ungdom far illa kontaktar jag föreningens styrelse om hur ärendet ska hanteras vidare.
- Föreningens ordförande kontaktar vid behov kommunens socialtjänst.
- Föreningens styrelse informerar berörd ungdom och även berörda/drabbade övriga ungdomar.

7. Förankring och levandehållande av handlingsplanen

För att få en förenings handlingsplaner och policydokument "levande" visar erfarenheterna att det är av stor vikt att handlingsplaner/policies utarbetas och processas fram efter dialog med alla inblandade parter i föreningen. Det gäller styrelsen, kommittéer, arbetsgrupper, tränare, ledare m. fl. samt med föräldrar till ungdomar när det gäller planer/policies speciellt anpassade till föreningars ungdomsverksamhet. Det är vidare viktigt att hålla planer/policies levande genom kontinuerliga uppföljningar inom föreningen.



Föreningens handlingsplan för Trygg Idrott Härnösand och mot mobbning, diskriminering och kränkande behandling ska hållas levande genom årliga uppdateringar vilket ska ske på följande sätt:

- Styrelsen som är föreningens stödgrupp har möten flera gånger per år.
- Handlingsplanen förmedlas till tränare/ledare minst en gång per år.
- Handlingsplanen finns tillgänglig på föreningens hemsida.
- Förebyggande arbete mot mobbning, diskriminering och kränkande beteende tas regelbundet upp på ledarträffar inom föreningen.
- Föräldraansvar och föräldrabeteenden tas löpande upp på eventuella föräldraträffar.
- Ungdomar informeras inför varje säsong om föreningens handlingsplan.
- Vid träffarna enligt punkterna ovan tas även behovet upp av justeringar av befintlig handlingsplan.
- Ändringar/justeringar av handlingsplanen fastställs av föreningens styrelse.

8. Handlingsplanens fastställande

ÄHIF:s handlingsplan mot mobbning, diskriminering och kränkande beteende har godkänts av styrelsen 2016. Sedan dess har planen setts över och vid behov justerats inför varje år. Styrelsen är ansvarig för handlingsplanen och utgör därför ÄHIF:s stödgrupp för Trygga Idrott Härnösand.