

# Utmärkt Förening





## Versionshistoria

| Issue | Datum    | Utgåva      | Godkänd av                  |
|-------|----------|-------------|-----------------------------|
| 0.1   | 23-01-17 | Draft       | Styrelsen gm. Joacim o Clas |
| 1.0   | 23-12-05 | Fastställd  | Tranemo Kommun o RF/SISU    |
| 1.1   | 24-04-08 | Uppdatering | Styrelsen                   |
| 1.2   | 25-06-13 | Uppdatering | Styrelsen                   |
|       |          |             |                             |
|       |          |             |                             |
|       |          |             |                             |
|       |          |             |                             |
|       |          |             |                             |

## Ändringslogg

| Issue | Beskrivning                                                                    |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 1.1   | Översyn tobaksbruk                                                             |
| 1.2   | Uppdatering av verksamhetsidé, översyn av tobaksbruk samt nya kontaktuppgifter |
|       |                                                                                |
|       |                                                                                |
|       |                                                                                |
|       |                                                                                |
|       |                                                                                |
|       |                                                                                |



# Hur gick vi tillväga?

---

Föreningens ledare och styrelse träffades under en processhelg på Hofsnäs herrgård genom SISU och diskuterade de olika riktlinjerna för klubben. Vi startade processdagen med att diskutera hur läget i klubben ser ut samt vad vi redan gör idag som är bra samt identifikation av utvecklingspunkter. Genom flertalet träffar inom styrelse, ledargrupper och utövargrupper arbetade vi fram vår verksamhetsidé, värdegrund samt vision. Vidare diskuterade vi de olika policydokumenten för föreningen.



# Verksamhetsidé

---

## *Vision:*

*LIF är en modern idrottsförening i ständig strävan mot förnyelse.*

*Genom en kompetent och engagerad organisation utvecklar vi hela vår idrottsverksamhet mot BREDD.*

## *Med Bredd avses:*

*Idrott för alla. Social mötesplats. Idrott HELA LIVET i LIF*

*Länghems IF har som övergripande mål att genom idrottsutövande bedriva breddverksamhet som är viktigare än toppresultat. Verksamheten grundar sig på gott kamratskap där alla har samma värde och där ingen mobbing eller negativ särbehandling tolereras. Vidare ska föreningen drivas utifrån sunda ekonomiska värderingar med långsiktighet i fokus.*

*Ingsvallen är en plats där det förekommer barnidrott*

*"Barn är inte små elitidrottare"*

*"Domaren är mänsklig"*

*"Ledarna är ideella"*

*"Föräldrarna hejar på"*

*"Barnidrott ska bygga på lek och glädje"*

# Värdegrund

---

- *Alla är välkomna till Länghems IF oavsett vem du är.*
- *Alla är lika mycket värda och allas synpunkter och åsikter ska respekteras.*
- *Alla ska känna glädje och trygghet i samband med all idrott.*
- *Inom Länghems IF respekterar vi alltid våra medspelare, motståndare, domare och ledare genom att uppträda på ett ödmjukt, korrekt och sportsligt sätt mot varandra.*
- *Länghems IF tar avstånd från allt användande av dopingpreparat.*



# Policy - Jämställdhet och mångfald

---

Långhems IF's inställning är att alla ska få samma villkor och utvecklingsmöjligheter.

- Alla medlemmar har lika värde och har rätt att bli behandlade med respekt.
- Alla har rätt, oavsett nationalitet, religion, kön, sexuell läggning, samhällsgrupp samt fysiska och psykiska förutsättningar, att vara medlem i Långhems IF.
- Alla medlemmar bidrar till föreningens framgång. Mångfalden i form av till exempel ålder, kön, kunskap och etnicitet är en tillgång för föreningen. Långhems IF ska arbeta för att få en ökad förståelse för människor från andra kulturer och motverka rasism och främlingsfientlighet.

Mål:

- Kvinnor och män ska ha lika stor möjlighet till inflytande i förtroendeuppdrag, samarbetsvillkor och möjlighet till utveckling.
- Kvinnor och män, flickor och pojkar ska ha lika stor möjlighet att delta i föreningens aktiviteter.
- Att jämställdhetstänkandet ska vara en naturlig del av verksamheten för samtliga medlemmar–Att behandla människor likvärdigt är ett ansvar som åligger oss alla.
- Sexuella trakasserier eller trakasserier på grund av kön, psykiska/fysiska handikapp, etnisk tillhörighet eller mobbing ska aldrig godtas.

Åtgärder:

- Föreningen ska aktivt verka för jämställdhet mellan könen genom att alla lag ska tilldelas resurser efter samma principer när det gäller finansiella medel, träningsanläggningar, träningstider mm.
- Föreningen vill förenkla idrottandet och erbjuder gratis mensskydd till alla medlemmar.
- Föreningen skall sträva efter att uppnå en så jämn könsfördelning bland föreningens olika poster som möjligt.
- Alla tendenser till trakasserier eller mobbing ska aktivt motverkas.

Handlingsplan vid trakasserier:

- Som spelare/medlem: Säg i från till den som trakasserar och säg till din ledare om det som hänt. Vill du själv inte säga ifrån, så säg till din ledare vad som hänt.
- Som ledare: Tala med den som blivit utsatt om vad han upplever och därefter med den/de som trakasserat. Tala då om vilka värderingar som föreningen står för. Meddela sektionsansvarig/styrelsen om att någon har blivit trakasserad.
- I styrelsen: Om trakasserier inträffar i flera lag eller återkommer i samma lag bör vidare åtgärder tas, t.ex. samling av alla spelare, ledare och föräldrar och gå igenom vad klubben har för värderingar och att dessa gäller alla.



# Policy - Mobbning och kränkningar

---

All verksamhet inom Länghems IF skall utövas i en trygg och kamratlig miljö. Nolltolerans mot mobbning är en självklarhet liksom att sexuella trakasserier eller sexuell diskriminering ej får förekomma. Varje medlem ska kunna vara delaktig utifrån sina förutsättningar och ingen ska behöva känna sig kränkt, trakasserad eller diskriminerad.

Ledare är ansvariga för att vara lyhörda och tidigt fånga upp ”jargong” och tendenser till mobbning samt att utbilda medlemmar regelbundet i respekt och gott kamratskap.

Ett av föreningens och idrottsrörelsens övergripande mål är att "bedriva vår idrott så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt".

## Definitioner

### Mobbning

En person är *mobbad* när han eller hon, upprepade gånger och under viss tid, blir utsatt för negativa handlingar från en eller flera personer.

Exempel från vår verksamhet:

Om någon känner att han eller hon inte får vara med i gruppen eller upplever sig utsatt på nätet (sociala medier etc.).

### Kränkande behandling

*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.

Exempel från vår verksamhet:

Om någon öppet kritiserar en persons beteende, förmåga och/eller klädsel från läktaren.

### Diskriminering

*Diskriminering* är när en person behandlas sämre än någon annan på grund av t.ex. kön, etnicitet, funktionsnedsättning, ålder, hudfärg, inkomst, utseende, sexuell läggning och religiös eller politisk åsikt. Underförstått betyder det att det är något negativt för den utsatte.

Exempel från vår verksamhet:

Om någon inte får vara med i gruppen/gänget/gemenskapen på grund av t.ex. ålder, klädsel/utrustning eller etnicitet .



# Att gå från ord till handling

---

Alla medlemmar ska känna sig trygga i vår förening. Vi ska förebygga mobbning, diskriminering och kränkande behandling och samtliga ska känna till handlingsplanen så var och en i sin tur är medveten om hur vi handskas med detta.

## **Föreningens mål**

### **Ledare:**

- Alla ledare vet vad mobbning, kränkning och diskriminering är.
- Alla ledare är väl införstådda med vad föreningens handlingsplan innebär.
- Alla ledare agerar utifrån den.

### **Föräldrar**

- Samtliga föräldrar till barn och ungdomar är väl införstådda med vad föreningens handlingsplan innebär och agerar utifrån den.

### **Aktiva barn och ungdomar**

- Alla aktiva barn och ungdomar ska veta vad mobbing, kränkning och diskriminering är samt vara en schysst kompis.
- Att alla aktiva barn och ungdomar vågar berätta till ledaren om någon beter sig illa.

## **Aktiviteter för föreningens förbyggande arbete**

### **Ledare**

- Ledarträffar för sektioner, personal och styrelse för att diskutera jämlikhetsfrågor och handlingsplanen.
- Tänka på vikten av att ledare ska vara en god förebild.

### **Föräldrar**

- Ordna föräldraträffar och aktivitetsskvällar för ökad gemenskap.
- Sprida handlingsplanen.
- Ordna föräldrautbildningar inom olika områden.
- Vuxen närvarande vid träning/match.

### **Aktiva barn och ungdomar**

- Aktivitetsskvällar
- Informera om handlingsplanen och värdegrunderna

## **Dessa dokument är vägledande för vår handlingsplan**

- Värdegrunder och policys för LÄRK
- Barnkonventionen
- Idrotten Vill



# Policy - Alkohol, narkotika, dopning, tobak.

---

Långhems IF är uppbyggd och drivs till största del av ideellt arbete. För oss är det viktigt med gemenskap, kamratskap och social fostran. Det är också viktigt att våra barn och ungdomar utvecklas både i sitt idrottande och i andra intressen. Hur vi som vuxna och ledare agerar mot våra barn och ungdomar är viktigt i denna utveckling. Ett led i detta arbete är att ha en gemensam drogpolicy där föreningens gemensamma regler fungerar som riktlinjer och stöd för föreningens medlemmar. Med anledning av detta har styrelsen här antagit följande ställningstagande och riktlinjer vad gäller områdena tobak, alkohol, dopning samt narkotika.

## **Tobak/Nikotin**

Tobak/nikotin innefattar både snusning och rökning. Enligt svensk lag är åldersgränsen för tobak 18 år. Vi tillåter inte att våra ungdomar under 18 år brukar tobak/nikotin under eller i anslutning till träning, tävling eller annan föreningsverksamhet, såsom under träningsläger och resor. Om vi upptäcker att någon av våra ungdomar ej följer våra föreskrifter, agerar vi på följande sätt:

- Ledarsamtal med berörd och kontakt med föräldrar.

Aktiva över 18 år är förebilder för de yngre medlemmarna. De ska föregå med gott exempel inom vår verksamhet. Om vi upptäcker att någon av våra medlemmar inte följer våra föreskrifter, agerar vi på följande sätt:

- Ledarsamtal med den aktive.

Ansvar att dessa regler följs är både ungdomarnas och ledarnas. Som barn-och ungdomsledare är det viktigt att tänka på sitt ansvar, att man är en förebild och att man därför hanterar sitt tobaksbruk med omdöme inför andra och varandra. Om vi upptäcker att någon av våra ledare ej följer våra föreskrifter, agerar vi på följande sätt:

- Ledar/styrelsesamtal med den berörde.

Ansvar att dessa regler följs är styrelsens och ledarnas.



## **Alkohol**

Enligt svensk lag är det en åldersgräns på 18 år för att köpa folköl samt dricka på restaurang och 20 år för att handla på Systembolaget. Vi tillåter ej att ungdomar under 18 år dricker alkohol inom föreningens verksamhet och vi är vaksamma även på bruk utanför verksamheten. Om vi skulle upptäcka att någon av våra ungdomar druckit alkohol gör vi på följande sätt:

- Samtal med berörd och kontakt med föräldrarna.
- Vid misstanke om problem tar vi kontakt med sociala myndigheter.

Ansvar för att dessa regler följs är ungdomarnas, föräldrarnas och ledarnas.

Som ungdomsledare och vuxen är det viktigt att tänka på sitt ansvar och att man är en förebild för sina ungdomar. Det visar vi genom att man ej får:

- Vara berusad av alkohol under resa, läger eller inom andra verksamheter där man har ansvar för ungdomar.
- Komma berusad eller bakfull till träning, tävling eller annat möte.
- Man får ej dricka alkohol eller uppträda berusad i föreningens kläder.

Dessa regler gäller ledare och föräldrar som följer med på tävlingar, läger och andra föreningsverksamheter.

## **Dopning och narkotika**

Allt bruk och hantering av dopningspreparat och narkotika är förbjudet enligt svensk lag. Skulle vi i vår föreningsverksamhet misstänka eller upptäcka att någon av våra medlemmar hanterat eller brukar dopningspreparat eller narkotika agerar vi på följande sätt:

- Enskilt samtal med medlemmen och föräldrakontakt om medlemmen är under 18 år.
- Kontakt med sociala myndigheter och/eller polis.
- Ytterligare konsekvenser utifrån bedömning efter ovanstående åtgärder.

Ansvar för att dessa regler följs är i första hand styrelsens men även ledare/tränare har ett stort ansvar att detta upptäcks och uppmärksammas.

För att få tyngd och hållbarhet i vår policy kommer vi att lyfta fram den vid gemensamma träffar, representations- och informationsmöten samt för sponsorer och kommun. Dessutom ska vår policy finnas på vår hemsida, anslaget i klubbstugan samt i vår verksamhetsbeskrivning.



# Så här agerar vi om något händer

---

Medlem som känner sig utsatt och varit med om något kan känna sig väldigt otrygg och ensam och behöver ofta hjälp med att rapportera. Alla som uppfattar något har en skyldighet att hjälpa utsatt person. Allvarliga händelser som bedöms som brottsliga skall polisanmälas

## **Ledare – som betar sig illa**

Ledare som betar sig illa skall alltid rapporteras till sektion och/eller styrelse för bedömning, dvs minst till nivå 2. Det kan inte hanteras inom gruppen. Allvarligt beteende eller upprepade förseelser skall till nivå 3 (styrelsen) minst.

## **Förälder – som betar sig illa**

Förälder som betar sig illa hanteras av ledare och gruppen i första hand. Allvarligt beteende eller upprepade förseelser skall till nivå 3 (styrelsen) minst.

## **Barn och ungdomar – som betar sig illa**

Barn och ungdomar som betar sig illa hanteras av ledare och gruppen i första hand. Allvarligt beteende eller upprepade förseelser skall till nivå 3 (styrelsen) minst.

| NIVÅ         | 1<br>GRUPP                          | 2<br>SEKTION                            | 3<br>STYRELSE                                          | 4<br>STYRELSE                    | 5<br>Polisanmälan/<br>Sociala mynd.           |
|--------------|-------------------------------------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------------------|
| Rapport till | Ledare                              | Sektionsansvarig                        | Ordförande                                             | Ordförande                       | Myndighet                                     |
| Utredning    | Samtal med inblandade inom gruppen. | Samtal med inblandade inom gruppen.     | Styrelsen utreder och har med inblandade inom gruppen. |                                  | Enligt myndighets utredning.                  |
| Åtgärd       | Förändring av beteende.             | Förändring av beteende.<br>Åtgärdsplan. | Förändring av beteende.<br>Åtgärdsplan.                | Skriftlig varning från styrelsen | Myndighetsbeslut<br>Uteslutning ur föreningen |
| Upprepning   | Nivå 3                              | Nivå 3                                  | Nivå 4                                                 | Uteslutning ur förening          |                                               |



# Oro för att ett barn far illa:

---

**Vem i föreningen kontaktar jag om jag oroar mig för/fått vetskap om ett barns situation?** Ordförande

**Vem i förening kontaktar socialtjänsten**

Ordförande

Telefonnummer till polisen: 114114

**Vem i föreningen kontaktar polisen om det är misstanke om brott? (Exempelvis vid misstanke om sexuella trakasserier).**

Ordförande

Telefonnummer till polisen: 114114

**Vem i föreningen informerar barnet/ungdomen?**

Ordförande

**Vem informerar föräldrarna, i det fall detta är lämpligt?**

Ordförande

**Vid behov, vem informerar berörda/drabbade övriga barn och ungdomar?**

Ordförande



# Så här förankrar vi handlingsplanen och håller den levande

---

- Vice Ordförande är ansvarig för att sammanställa och rapportera varje år hur handlingsplanen spridits och följts.
- Sektionsansvarig säkerställer så att nytillkomna ledare, barn och föräldrar har kännedom om handlingsplanen.
- Handlingsplanen diskuteras årligen i samband med upptaktsträffar eller dylikt.
- Genomgång av handlingsplanen då det sker någon ledarträff etc.
- Ungdomsansvarig sätter upp skyltar med olika kom ihåg – t.ex. var en schysst kompis, hälsa på alla etc.
- Lägg upp handlingsplanen på hemsidan och i fysisk form på Ingsvallen.
- Årlig information till den nya styrelsen efter årsmötet – gamla styrelsen ansvarar för att den nya styrelsen får all information de behöver

## Så här följer vi upp handlingsplanen år efter år

- Styrelsen ansvarar för revidering som läggs in i årsplanen.
- Handlingsplanens innehåll ska under minst ett tillfälle per år ses över
- Handlingsplanen ska vara ett levande dokument som föreningen jobbar aktivt med.



# Om olyckan är framme...

---

## Krisgrupp

|                   |                                 |
|-------------------|---------------------------------|
| Ordförande        | Joacim Larsson (media ansvarig) |
| Säkerhetsansvarig | Clas Nilsson                    |
| Sekreterare       | Karin Enoksson                  |

## Vad gör vi när olyckan är framme?

1. En olycka händer.
2. Ring 112 vid akut olycka eller personskada. Instruktioner ges av 112.
3. Utse någon som möter räddningstjänsten (brandbil eller ambulans) vid infarten.
4. Utse någon som skriver dagbok, rapport, dokumentation.
5. Media ansvarig kontaktas. Vid tävling informera publik.

**Hjärtstartare** finns i klubbstugan vid huvudingången.

## *Vid en större olycka eller vid dödsfall*

1. Krisgruppen kallas in.
2. Krisgruppen sammanfattar läget och fördelar arbetsuppgifter:
  - Information och kontakt med anställda, medlemmar och anhöriga
  - Någon som tar emot telefonsamtal
  - Kontakt med sjukhus, polis, präst, kommunens krisgrupp m.m.
  - Ta hand om besökare och funktionärer

Krisgruppen sammanfattar läget med jämna mellanrum.

Kontakt med kommunen tas för stöd och hjälp till anhöriga, vänner och anställda.



## Att tänka på vid olycka:

---

### *Före:*

1. Krisgruppen och personal bör gå igenom olika scenarier. Det är alltid bra att diskutera eventuella åtgärder inom gruppen innan man hamnar i en stressituation.

### *Under:*

1. Via 112 får man hjälp från brandkår, polis, ambulans och präst.
2. Kalla in de medlemmar av krisgruppen som är anträffbara.
3. Krisgruppen samlas i sekretariatet vid tävling. Om olyckan händer vid annan tid samlas krisgruppen i kafeterian.
4. En ledare utses.
5. Dagbok förs över den information vi får, de beslut vi fattar och de åtgärder vi vidtar. Dagboken kan vara värdefull vid eventuell polis- och försäkringsutredning och även en erfarenhet att dra lärdom av inför kommande kriser. Även kontakter med anhöriga noteras i dagboken.

### *Efter:*

1. Vid en persons dödsfall är det normalt polis eller präst som åker hem till de anhöriga och lämnar dödsbudet muntligen. Föreningen skall aldrig överta den uppgiften.
2. Det är viktigt att stämma av läget kontinuerligt med alla deltagarna i krisgruppen. Det är lätt att någon åtgärd glöms bort. Ny information kan komma och förändrar tidigare beslut.
3. Var beredd på att media kan höra av sig. Var klar på vad du ska säga. Media ansvarig har ansvaret! Övriga **ska** hänvisa till media ansvarig.
4. Kontakter tas med försäkringsbolag.
5. Styrelsen och anställd personal bör vara klar över att ett långsiktigt arbete vidtar efter de akuta insatserna. Händelsen bör analyseras och åtgärder bör vidtas så det inte händer igen. Ansvarig för analysen kan t ex vara säkerhetsansvariga.
6. Tänk på att dödsolyckor och allvarliga incidenter ska anmälas till Arbetsmiljöverket



# Anteckningar

---

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

