



Dopning/droger/alkohol/tobak/mobbning

Verksamhetsprogram

Ett av Kalmar SK:s övergripande mål är att bedriva vår idrott så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt, psykiskt som socialt.

Kalmar SK skall vara ett föredöme som organisation, fri från mobbning och droger. Klubben skall aktivt verka för att i vår ungdomsverksamhet skapa och bibehålla alkohol- och drogfria verksamheter och miljöer i ett sammanhang där barn och ungdom ingår.

Syfte

Syftet med drog och mobbning policy är att tydliggöra vår gemensamma syn och vårt förhållningssätt till varandra så väl som till alkohol, tobak, narkotika och dopingpreparat. Vi jobbar för att höja debutåldern för tobak och alkohol samt förhindra missbruk av narkotika och dopingpreparat. Vi skall aktivt verka för att ta avstånd och stävja all form av mobbing och utanförskap. Vår policy ska fungera som riktlinje och stöd för vår förenings medlemmar i eller anslutning till föreningens lokaler och verksamhet.

Klubbens definition av alkohol droger och dopningspreparat

Som alkohol avser vi sprit, vin eller öl/cider med en alkoholhalt högre än lättöl.

Med droger och dopningspreparat avses de ämnen som klassas som stimulantia/narkotiska preparat (t.ex. amfetamin, kokain, morfin eller motsv.) samt anabola steroider inkl. testosteron, bloddopning och betablockerare. Droger är dessutom beroendeframkallande, varför vi även i detta fall avser användande av tobak/tobaksprodukter. <http://www.rf.se/>

Mål och strategi

Våra ungdomar och ledare ska vara medvetna om riskerna att använda tobak, alkohol, narkotika och dopingpreparat. Misstanke om användning av tobak, alkohol, narkotika eller dopingpreparat ska hanteras enligt de grundregler som årsmötet har beslutat ska gälla.

Grundregler



Tobak – Åldersgräns enligt svensk lag är 18 år. Vi tillåter inte att våra ungdomar under 18 år använder tobak. Om vi skulle upptäcka att någon av våra ungdomar använt tobak, pratar vi med vederbörande. Om fortsatt tobaksbruk sker informerar vi föräldrarna. Som ungdomsledare är det viktigt att tänka på sitt ansvar och att man är en förebild för sina ungdomar. Under föreningens aktiviteter bör man därför avstå från att använda tobak.

Alkohol – Åldersgräns enligt svensk lag är 18 år för inköp av folköl och att dricka på restaurang. Åldersgräns är 20 år för köp på systembolag. Om vi skulle upptäcka att någon av våra ungdomar under 18 år dricker alkohol, pratar vi med vederbörande och tar kontakt med föräldrarna.

Som ungdomsledare är det viktigt att tänka på sitt ansvar och att man är en förebild för ungdomar. Vid resor, läger och andra verksamheter där man har ansvar för sina ungdomar får man därför inte dricka alkohol. Det är inte heller tillåtet att komma berusad eller bakfull till träning, tävling, match eller annat möte.

Narkotika och dopingpreparat

Enligt svensk lag är all hantering och bruk av narkotika förbjuden. Enligt idrottens regler är all form av doping förbjuden, dessutom är hantering och bruk av vissa dopingpreparat även förbjuden enligt svensk lag.

Om vi skulle upptäcka att någon av våra medlemmar provat narkotiska eller dopingpreparat kommer vi att ha samtal med medlemmen och föräldrakontakt för ungdomar. Styrelsen kommer även att anmäla till polis och sociala myndigheter.

Arbetet med Vaccination mot doping sker kontinuerligt med utbildningsinsatser för styrelsen och medlemmar. Kalmar SK följer det nationella specialförbundets riktlinjer vilka kommer att kräva att en aktiv endast kan bli aktuell för landslagsuppdrag om dess hemförening har genomfört samtliga steg i Vaccination mot doping. Utbildning är genomförd under 2020.



Vår verksamhet och lokaler

Kalmar SK:s verksamhet skall vara helt fri från alkohol där aktiva ungdomar deltar, som exempelvis då ungdomarna deltar i klubbens olika aktiviteter, såsom träning, träningsläger och tävling.

Föreningens verksamhetslokaler skall vara rökfria.

Likabehandlingsplan

Mål och strategi

Målen för Kalmar SK är att alla medlemmar ska ha samma möjligheter, rättigheter och skyldigheter på alla nivåer och inom alla områden.

Det ska finnas lika möjligheter för **alla** att utöva idrott hos Kalmar SK.

Kvinnors och mäns idrottande värderas och prioriteras på ett likvärdigt sätt och resurserna fördelas rättvist.

Ledare och medlemmar hos Kalmar SK försöker påverka attityder och värderingar på ett positivt sätt.

Kvinnor och män har lika stort inflytande i klubbens styrelse.

Alla medlemmar ska ges samma möjligheter att utvecklas som aktiva, ledare, tränare och förtroendevalda.

Klubbens definition av mobbing

Med mobbing avser vi situationer där deltagare, medlemmar eller gäster till klubben av någon anledning hamnar utanför gruppen och utsätts för mobbing, våld eller annan kränkande behandling av en eller flera personer.

- Mobbad är en person som upprepade gånger och under viss tid blir utsatt för negativa handlingar från eller flera personer.
- Kränkande behandling är när en person upplever sig kränkt vid enstaka tillfällen.
- Mobbing och kränkande behandling kan förekomma direkt genom tex glåpord eller dolt genom tex blickar , miner eller via sociala medier.



- Diskriminering är när en person behandlas sämre än någon annan på grund av:
 - Kön
 - Könsoverskridande identitet eller uttryck
 - Etnisk tillhörighet
 - Religion eller annan trosuppfattning
 - Funktionsnedsättning
 - Sexuell läggning
 - Ålder
- Underförstått betyder det att det är negativt för den som är utsatt.

Grundregler

Vi tolererar inte att någon som helst form av mobbing sker av våra medmänniskor.

Våra ledare och medlemmar ansvarar att på bästa sätt hjälpa till att avvärja mobbing och stötta den utsatte samt informera föräldrar vid förekomst. En förenings-medlem som mobbar eller kränker annan måste ändra sitt sätt och beteende för att fortfarande vara välkommen i föreningen.



Genomförande

Alla Kalmar SK:s medlemmar, ledare och föräldrar skall vara välinformerade om klubbens policy i dessa ärenden. Alla ungdomsledare skall bekräfta att de känner till klubbens policy. Genom fortlöpande information skall föreningens ledare känna till och förstå problem med mobbing samt riskerna med alkohol och droger.

För att undvika mobbing i klubben

"Pratar vi med varandra – inte om varandra"!

Vi skall med information till ungdomar och ledare i förebyggande arbete mot mobbing och kränkande behandling, påverka barn och vuxnas attityder och öka kunskapen i hur man förhindrar och förebygger mobbing och annan kränkande behandling. Tendenser till mobbing, våld och annan kränkande behandling ska omedelbart och aktivt bearbetas.

Åtgärder vid eventuella avsteg från policyn

Ledare , förälder eller aktiv som upptäcker avsteg från policyn skall omedelbart förklara det olämpliga i beteendet och därefter muntligen varna vederbörande. Vid fortsatta avvikelser rapporteras detta till Kalmar SK:s styrelse som beslutar om lämpliga åtgärder.

Ledare som gör avsteg från policy skall anses som olämplig förebild och skall entledigas från sitt uppdrag av styrelsen med omedelbar verkan enligt styrelsebeslut.

Trygga idrottsmiljöer

Sedan 2018 har föreningen arbetat med trygga idrottsmiljöer. Alla nya ledare /styrelsemedlemmar ska lämna utdrag från belastningsregistret till ordförande eller sekreterare. Därefter varannat år.

De som inte lämnar utdrag eller har en prick i registret får inte vara ledare/styrelseledamot.

Målet är att fortsätta detta arbete under 2023.

Föreningskunskap.



Den i föreningen som för tillfället har ansvaret i försäkringsfrågor är:

Anders Håkansson klinch.se@gmail.com

Under 2019 deltog styrelsen på Smålandsidrottens block helg, där vi fick mer kunskaper kring Styrelseutveckling & föreningskunskap.

Hjärt- och lungräddning.

KSK använder sig av den kommunala anläggningen Fredriksskans IP/Kifab arena och där finns det hjärtstartare. Det finns en hjärtstartare i ett förråd i inomhushallen som disponeras av oss.

Kalmar SK har som mål att kunna få en utbildning och en hjärtstartare för vår och andras säkerhet.

Utbildningen ska riktas så att så många ledare och aktiva ska få en kunskap hur man utför en bra HLR. Den ska göras var 3:e år.

Målet för 2023 är att fortsätta med utbildning i HLR och hjärtstartare för ledare och aktiva över 15 år.

Utemiljö

Fredriksskans har rustats upp 2022.

Vi fortsätter att inventera utemiljön 2023.

Innemiljö

Under 2023 kommer vi att fortsätta inventera innemiljön i friidrottshallen Kifab Arena

.



Utrustning för den verksamhet som bedrivs.

Samtal förs kontinuerligt med kommunen om våra möjligheter att utföra säker träning inomhus och utomhus.

Olycksfall akut insjuknande Krishantering.

Krisgrupp

KSK:s styrelse.

Krisnivå 1.

- Stor olycka: någon omkommer eller drabbas av allvarlig skada
- Någon avlider
- Naturkatastrof
- Trafikolycka.

Exempel:

- Någon avlider i samband med träning/tävling på "hemmaplan"/ "bortaplan"
- Olycka med dödsfall eller allvarliga skador.
- Naturkatastrofer såsom översvämning, storm, brand.
- Stor olycka som sker utomlands på träningsläger eller i samband med tävling.

Steg att följa vid krisnivå 1.

1. Kännedom om HLR samt akut omhändertagande.
 2. Larma ambulans samt anhöriga om möjligt.
 3. Samla information.
 4. Meddela krisgrupp.
 5. Krisgruppen samlas och gör en bedömning.
- Vilka är det som är berörda?



- Vad kan KSK göra nu för praktiskt för att lösa/lindra situationen som uppstått?
- Starta krissamtal, samvaro, inkalla externt stöd, komma igång med stödgrupper för berörda och anhöriga om krisgruppen anser detta vara till hjälp.
- När krisen lugnat ner sig. Hur ska vi jobba vidare?
- Vad har vi lärt oss? Vad kan vi förbättra till nästa gång?
- Samla ihop hela krisen och sammanfatta vad som har gått bra och vad KSK behöver bli bättre på till nästa gång.

Krisnivå 2.

- Olycka, skada
- Stor materiell skada
- Övergrepp/mobbning
- Doping

Exempel

- Olycka med personella, icke livshotande skador (trafikolycka, träffas av kastredskap)
- Materiell olycka, exempel en vägg rasar in, vattenläcka, brand, och så vidare.
- Övergrepp av vuxen på barn
- Mobbning
- Alkohol/droger

Steg att följa vid krisnivå 2.

- Akut omhändertagande
- Larma ambulans om nödvändigt
- Kontakta anhörig om nödvändigt
- Meddela styrelse vad som hänt för uppföljning.
- I samband med tävlingar/träningar på annan ort medtages alltid en mindre förbandsväska.

Försäkringar, kontakter med kommun eller andra inblandade kan bli nödvändigt.

Ledarskap- föreningskultur/ klimat

Kalmar SK, dess ledare, tränare och övriga vuxna med uppdrag i föreningen skall verka efter följande riktlinjer framtagna av Riksidrottstyrelsen 2009.

Ledar och tränarpolicy



- Vara förebilder gällande uppförande , bemötande och språkbruk och ta avstånd från alla former av kränkande behandling
- Erbjuder en trygg och säker miljö för de aktiva idrottarna i föreningen
- Bidra till att varje idrottare upplever sin aktivitet som meningsfull
- Aktivt verka för en dopingfri och drogfri miljö
- Stödja alla aktiva genom engagemang och uppmuntran
- Låta alla vara med på lika villkor och stötta dem som verkar ha svårt att komma med i gemenskapen

Idrott för barn

- Idrott för barn ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv och följa FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen).
- Idrott för barn ska vara lekfull, allsidig och bygga på barnens egna behov och förutsättningar samt ta hänsyn till variationer i utvecklingstakt.
- Idrott för barn ska utformas så att de kan lära sig idrotten och få ett livslångt intresse för den.
- Kalmar SK ska erbjuda alla barn en kamratlig och trygg social miljö, där de kan utvecklas och bli delaktiga i utformningen av verksamheten och därmed vänja sig vid att ta ansvar för sig själva och andra.
- Idrott för barn ska ledas av ledare med grundläggande kunskap om barns fysiska, psykiska och sociala utveckling.
- Barn ska i idrottsverksamheten få lära sig att ta hänsyn till kamrater och ledare samt lära sig vikten av rent spel.
- Barn mår bra av att utöva flera olika idrotter och ska ha rätt att göra detta i olika föreningar. Kalmar SK ställer inga krav på att friidrott skall vara barnets enda aktivitet.

Idrott för ungdom

- Idrott för ungdomar upp till 18 år ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv och följa FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen).
- Övergången mellan barn-och ungdomsidrotten ska ske successivt och hänsyn tas till individernas olika behov, förutsättningar och utvecklingstakt.



- Övergången mellan breddidrott och elitinriktad tävlingsidrott eller omvänt för ungdomar ska ske successivt.
- Kalmar SK ska i större utsträckning sträva till att utveckla tränings-och tävlingsformer som svarar mot flickors och pojkars behov av breddidrott.
- Kalmar SK ska sträva till att ta vara på ungdomarnas egna erfarenheter och synpunkter i utformning och ledning av tränings-och tävlingsverksamhet.
- Ledare inom Kalmar SK ska få möjlighet att fördjupa sina kunskaper såväl om träningsplanering inom den egna idrotten som om flickors och pojkars fysiska, psykiska och sociala utveckling.
- Ledarskap ska vara en naturlig del av ungdomars idrottsutbildning som en stimulans till och förberedelse för framtida ledaruppdrag.

Våra aktiva ska

- Vara goda förebilder och representanter för KS
- Vara goda kamrater och stödja varandra i med- och motgång
- Avstå ifrån all doping och alla droger
- Alltid göra sitt bästa utifrån sina förutsättningar och träna för att förbättra sina prestationer
- I första hand använda Kalmar SK's kläder vid läger och tävling
- Sitta, äta, resa och bo tillsammans som en grupp när detta erbjuds

Våra aktivas föräldrar ska

- Vara förebilder för sina och andras barn när det gäller uppförande , bemötande och språkbruk och ta avstånd från alla former av kränkande behandling
- Stödja sitt och andras barn genom engagemang och uppmuntran
- Respektera rollfördelningen ledare/tränare och föräldrar

Transporter/värdetransporter



Minibuss:

- ALLTID vara nykter och drogfri i trafiken samt vara utvilad inför resan.
- Vi vill att föraren ska vara ansvarstagande, 21 år och haft B-körkort i minst 3år.
- Alltid hålla gällande hastighetsbestämmelser och följa andra gällande trafikregler.
- Att under färd undvika att tala i telefon, men om man måste: stanna eller använda sig av ett handsfree.
- Använda bilbälte på samtliga platser i fordonet.
- Fordonet ska vara utrustat med "första-hjälpen"

Personbil:

- Inneha körkort för det aktuella fordonet.
- ALLTID vara nykter och drogfri i trafiken samt vara utvilad inför resan.
- Alltid hålla gällande hastighetsbestämmelser och följa andra gällande trafikregler.
- Att under färd undvika att tala i telefon, men om man måste: stanna eller använda sig av ett handsfree.
- Använda bilbälte på samtliga platser i fordonet.
- Fordonet ska vara utrustat med "första-hjälpen"
- Föraren är ansvarig för att fordonet är i "trafikdugligt skick".

Mål och vision för Kalmar SK

De värderingar som kännetecknar Kalmar SK igår- idag- och i framtiden är:

- Vi är en klubb där alla är välkomna utifrån de förutsättningar de har.
- Vi har en levande ide' att yngre och äldre, pojke som flicka, funktionsnedsatta finns tillsammans på träning och tävling med värme och ödmjukhet.
- Vi ska kunna lita på varandra i alla lägen. Vilket menas att vi ska stötta och hjälpa de klubbkamrater som behöver hjälp.
- Vi har olika erfarenheter och kunskaper men de blir INGET värda om vi inte delar med oss oavsett vad vi har för uppdrag eller funktion.

Mål 2023

- Fortsätta arbetet med trygga idrottsmiljöer
- Genomföra HLR utbildning för alla aktiva och ledare över 15 år
- Stärka och tydliggöra policyarbetet inom Kalmar SK
- Utöka samarbetet mellan närliggande föreningar
- Vaccinera klubben mot doping.
- Skapa rutiner för brandsäkerhet.

