

POLICY PIXBO GF

Avsnitt för dig som är ledare i föreningen

➤ Uppförandekod för gymnaster, ledare och föräldrar

Uppförandekod för gymnaster/aktiva

Följande uppförandekod har tagits fram med hjälp av våra aktiva i tävlingsgrupperna och förväntas följas av alla våra aktiva i föreningen för att hjälpa åt att skapa en trygg och trivsamt miljö för alla.

- Kom ombytt till träningen med mat i magen för att orka träna och vara glad.
- Hjälptill till att plocka fram och bort redskapen.
- Sprid glädje och positiv energi genom att ge varandra peppande kommentarer.
- Heja på och peppa alla, gäller på träning och på tävling gentemot andra föreningar.
- Låt ledarna sköta kommentarer om vad andra ska förbättra och tänka på. Ditt jobb som lagkompis är att stötta och peppa.
- Vi är ett lag – vi pratar med alla, hälsar på varandra när vi kommer till träningen och tar hand om varandra så att alla känner sig välkomna och mår bra. Var en god kompis.
- När vi får en ny lagkompis bjuder vi in honom/henne genom att säga hej och hjälpa till så att han/hon kommer in i gruppens rutiner och förklarar hur saker fungerar.
- Uppmuntra varandra till utveckling och medverkan.
- Inga mobiler på träningen! Mobiler ska inte användas under träningen eller i pausen. Den får endast tas fram om den ska användas som ett verktyg på träningen, exempelvis genom att filma en övning eller sätta på musik.
- Prata med en vuxen om du ser att en kompis inte mår bra eller far illa.

Ledare

Den grundläggande principen som gäller för alla ledare och assistenter i Pixbo Gymnastikförening är att vara en god förebild för sina gymnaster. Ledord i ledarskapet är: *Rättvisa, Glädje och Ansvarsfullhet.*

- Sätt gymnasternas bästa främst i alla lägen.
- Sprid glädje, inspiration och uppmuntran till dina gymnaster.
- Arbeta för nolltolerans mot mobbing, kränkning, utanförskap och diskriminering.
- Fördela din uppmärksamhet rättvist mellan gymnaster/aktiva. Favorisering leder till uteslutning.

- Se till att ha rätt kompetens och utbildning beroende på vilka grupper vi tränar. Ligg steget före dina gymnaster.
- Kom i tid, ombytt och förberedd till träningen.
- Var aktiv under träningen stå upp och delta för att peppa, inspirera och vara redo att passa vid behov. Vi sitter inte ner och tittar på som ledare!
- Totalt mobilförbud gäller under träningen! En ledare får använda sin mobil, enbart till närvaro, musik, tidtagning eller kontakt med föräldrar.
- Skapa ett öppet klimat som gör barn och ungdomar delaktiga i beslut som rör deras träning och tävling.
- Skapa träningar och aktiviteter som stärker samverkan och ger förutsättningar för gymnaster/aktiva att utvecklas i sin egen takt, utifrån sina egna förutsättningar.
- Ledarna ska underlätta individens utveckling med utgångspunkt i den enskilda utövarens utvecklingsnivå, förutsättningar och ambitionsnivå.
- Vårda ditt språk och tänk på hur du uttrycker dig till gymnaster, föräldrar eller andra ledare.
- Du som ledare ska bidra till att skapa en sportslig anda där man hejar på varandra.
- Jobba för att gymnaster/aktiva mår bra och är glada, före, under och efter träningen.
- Agera om man ser att något barn far illa eller inte mår bra. Kontakta styrelsen.

Alla nya ledare ska läsa igenom dokumentet "-Att vara ledare i Pixbo GF". Efter genomläsning av ovan dokument, bekräftas detta med ett mail till föreningen. Ledare under 18 år ska läsa igenom dokumentet tillsammans med målsman.

Föräldrar

Som förälder till medlem i Pixbo GF ska man föregå med gott exempel och uppföra sig med respekt och omtänksamhet gentemot ledare, gymnaster och andra föräldrar i föreningen. Pixbo GF förväntar sig av föräldrar att de:

- Ser till att barnen kommer i tid till träningen och är ombytta och förberedda med vattenflaska och uppsatt hår.
- Är behjälpliga i verksamheten med det som behövs eller efterfrågas av ledaren (fram- och bortplockning av redskap eller bemanna enkla stationer i redskapsbanan).
- Respekterar ledaren och dennes instruktioner, regler och önskemål.
- Ställer upp och hjälper till som funktionärer vid föreningens evenemang ca 2 gånger om året.
- Inte använder mobil/dator i hallen.

- Följer reglerna som gäller under träning:

Barngrupper: Föräldrar väntar i omklädningsrummet under träningen. Om man vill vara med i hallen ska man vara ombytt, aktiv och hjälpa till och finnas till för alla barn. Detta sker enligt överenskommelse med huvudledaren för gruppen.

T-grupper: Föräldrar får enligt överenskommelse med ledarna vara med i hallen och förväntas hjälpa till med fram och bortplockning eller annat som ledaren ger uttryck för.

Mobilanvändning

Gymnaster: Mobiler får inte användas i hallen under hela träningen. Om man vill filma sig själv eller någon annan ska ledare tillfrågas först.

Ledare: Totalt mobilförbud gäller för alla ledare förutom en som bestäms varje träning. Denna utsedda ledaren får använda telefonen enbart till närvarorapportering, musik under träningen, tidtagning av stationsbyte eller styrketräning, kontakt med föräldrar eller nödsamtal och eventuell filmning av övningar i de äldre grupperna. I detta fall ska gymnasten tillfrågas om det är okej att man filmar.

Föräldrar: Mobiler får inte användas i hallen. Ska man använda sin telefon gör man det i omklädningsrummet. Undantag gäller om man vill fota/filma sitt eget barn.

➤ Vad händer om uppförandekoden inte följs?

Gymnaster: Vid brott mot uppförandekoden kan gymnast/aktiv bli utvisad från träningen om ledaren gett en varning och ingen förbättring sker. Vid eventuellt hemskickande av gymnast måste förälder kontaktas om gymnasten är under 18 år. Är gymnasten under 14 måste föräldern komma och hämta eller att föräldern säger att de kan gå hem själva. Vid upprepande brott mot uppförandekoden skall förälder och styrelse kontaktas för att upprätta en åtgärdsplan. Om ingen förbättring sker kan gymnast/aktiv stängas av helt från föreningens verksamhet.

Ledare: Vid brott mot uppförandekoden eller andra fall där ledaren misskött sig eller sitt uppdrag blir konsekvensen ett samtal med person utsedd av styrelsen. En åtgärdsplan upprättas vilken följs av en uppföljning om hur det har gått. Om problemet kvarstår lyfts det till styrelsen där vidare konsekvens beslutas vilket kan vara byte av grupp eller avslut av uppdrag. Vid allvarigare händelser som behöver polisanmälas avslutas uppdraget omedelbart och polisanmälan görs av ordföranden.

Föräldrar: Vid brott mot uppförandekoden eller andra fall där en förälder misskött sig är det upp till ledaren att bestämma i ett första skede om denne vill sköta samtal med föräldern själv. Vid behov kontaktas styrelsen som utser en person som sköter samtal med förälder. En åtgärdsplan upprättas vilken följs av en uppföljning om hur det har gått. Om problemet kvarstår lyfts det till styrelsen där vidare konsekvens beslutas vilket kan vara byte av grupp eller en lösning där någon annan vuxen lämnar och hämtar barnet på träning eller annan verksamhet i föreningen.

➤ **Mobbning/Kränkningar/Sexuella trakasserier**

I Pixbo GF har vi nolltolerans mot mobbning, kränkningar och sexuella trakasserier. Det är allas ansvar att uppmärksamma problem. Uppmärksammas något så är det ledarens uppgift att i första läget försöka hantera. Om ledaren behöver stöd eller om man inte är bekväm med att prata med sin ledare kontaktas kansliet och vid allvarigare ärenden så kopplas styrelsen in.

High Five

Vi har i samarbete med Härryda kommun, SISU, Rädda Barnen och projektet "High Five" utarbetat en handlingsplan med en struktur och rutiner för att förebygga, upptäcka och hantera diskriminering, kränkningar och sexuella övergrepp. Om något händer i föreningen eller om någon känner oro för ett barn har vi en plan för hur vi ska agera. Handlingsplanen finns på vår hemsida att läsa vid intresse eller vid uppkommen situation. Målet är att föra vidare detta till våra ledare med hjälp av workshops eller informationsträffar för att utbilda ledarna i att upptäcka signaler och jobba förebyggande i sina grupper för att skapa en trygg miljö där alla trivs och mår bra.

Som förebyggande åtgärd måste alla ledare över 18 år visa upp ett begränsat utdrag från belastningsregistret. Utdraget skall visas för föreningen vart annat år och de som inte följer dessa regler får inte delta i vår verksamhet som ledare för våra barn och ungdomar.

Förebyggande åtgärder:

- Ledarmöten där vi informerar och har diskussionsgrupper.
- Mål att ha minst två vuxna assistentledare i varje barngrupp.
- Stora ledarteam i grupperna minskar sårbarheten och fler ögon och öron i hallen gör att problem lättare kan upptäckas.
- Ledarna uppmanas att sprida ut sig i hallen för att vara observanta på hur gruppen beter sig.
- Ledarna uppmanas att ta fram interna regler i gruppen för hur man är en bra kompis och hur vi välkomnar nya medlemmar.
- Alla ledare över 18 år måste vartannat år visa upp ett utdrag från belastningsregistret.

➤ **ANDTS (Alkohol, narkotika, dopning, Tobak, spel)**

Alkohol

I Pixbo GF råder nolltolerans mot alkohol i samband med eller i anslutning till föreningens verksamhet. Föreningens verksamhet innefattar träning, tävling, läger, interna utbildningar eller möten samt extraaktiviteter som föreningen arrangerar. Detta gäller för gymnaster, ledare samt medföljande föräldrar.

Pixbo GF tar avstånd från all förekomst av langning eller bruk av alkohol i samband med föreningens verksamhet där minderåriga medverkar.

Narkotika och dopning

Pixbo GF tar kraftigt avstånd från alla preparat som kan klassas som droger eller dopning. Alla förbjudna medel eller prestationshöjande preparat som finns uppsatta på Riksidrottsförbundets dopinglista och som inte föreskrivits av läkare på grund av medicinska skäl är förbjudna att brukas av föreningens medlemmar.

Inför tävling på riksnivå är medlem som använder medicin skyldig att meddela ledaren så att kontroll kan göras mot RF:s dopinglista.

Tobak

I Pixbo GF råder nolltolerans mot tobak för medlemmar under 18 år i samband med eller i anslutning till föreningens verksamhet. Pixbo GF kan inte förbjuda ledare och föräldrar över 18 år att bruka tobak men vi kräver dock att man som ledare i föreningen visar ett gott föredöme gentemot föreningens medlemmar och verkar som goda förebilder för våra ungdomar. Pixbo GF anser att föreningens ledare helt och hållet ska avstå från att använda någon form av tobak i närvaro av föreningens medlemmar. I begreppet tobak innefattas cigaretter, snus samt tuggtobak.

Energidryck

Pixbo GF tar avstånd från energidrycker och strävar efter att begränsa förekomsten bland våra medlemmar. Vi avråder ledare och gymnaster/aktiva att bruka energidryck i samband med eller i anslutning till föreningens verksamhet på grund av säkerhetsrisken och de hälsorisker som medföljer av ett högt intag. Vi respekterar också de åldersgränser som branschen frivilligt infört.

Spel

Pixbo GF vill skydda våra medlemmar från överdrivet spelande när tillgänglighet och spridning har ökat. Vi tillämpar följande riktlinjer:

- Myndiga ledare och deltagare ska ej uppmuntra omyndiga medlemmar till spel om pengar.
- Spel om pengar är inte tillåtet i föreningens lokaler oavsett ålder.

Samtliga medlemmar och föräldrar undviker att prata om odds, resultat och speltips i samband med föreningens verksamhet där omyndiga deltar.

Föreningens policy i sin helhet kan man ta del av här:

[https://www.pixbogf.com/docs/71/1183/Policy-%20Pixbo%20GF%20\(20241107\).pdf](https://www.pixbogf.com/docs/71/1183/Policy-%20Pixbo%20GF%20(20241107).pdf)