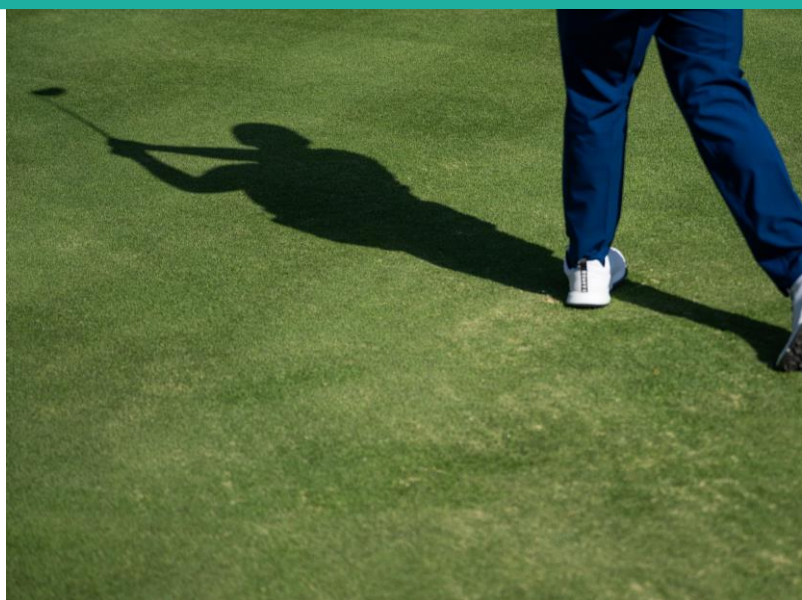
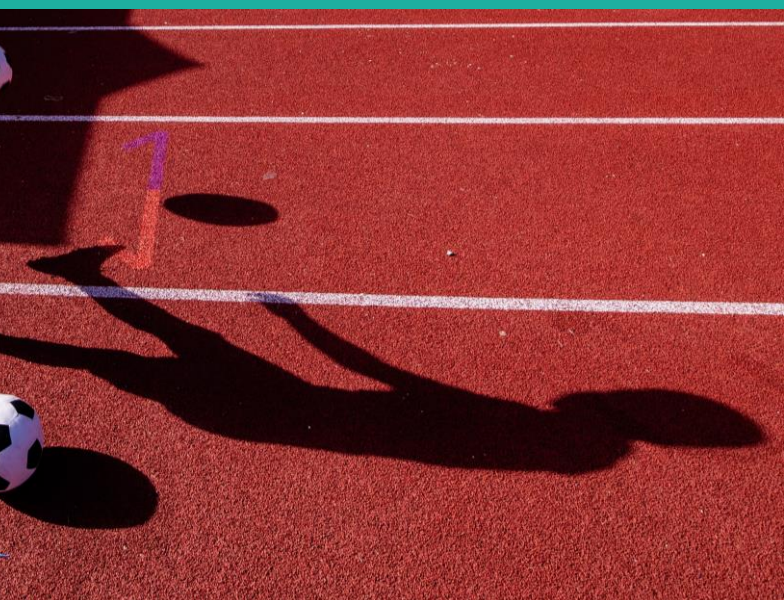


Handlingsplan

Förebygga sexuella övergrepp



Vad förebygger?

Det förebyggande arbete som har belägg för att förebygga sexuella övergrepp är i stora drag samma arbete som skapar en trevlig och inkluderande idrottsmiljö där barn, unga och vuxna trivs och kan prestera bra i sin idrott.

Aktiva åskådare som ingriper

Utbilda i att våga säga ifrån. "Kultur är allt vi uppmuntrar, men också allt vi tillåter". Skapa en positiv kultur utan utrymme för kränkningar och övergrepp.

"Situationen gör tjuven"

Närvarande vuxna, regler i omklädningsrum kring fotografering/mobiler, osv. Hur kan vi se till att begränsa antalet situationer där övergrepp möjliggörs.

Kontroll av miljön/kulturen

Gissa inte. Lyssna kontinuerligt in medlemmars upplevelse av miljön, till exempel genom enkäter och ett lyssnande ledarskap.

Kunskap

Kunskap om sexuella övergrepp är förebyggande. Utbilda barn, ungdomar och vuxna om vad sexuella övergrepp är.

En jämställdhetsstrategi

Ett strategiskt jämställdhetsarbete i styrelse, bland ledare och aktiva är förebyggande. Dels könsfördelningen, dels attityder, normer, värderingar och ideal.

Tydlig kommunikation

"Här accepteras inte sexuella trakasserier!". Kommunera tydligt er ståndpunkt samt var och hur den som blivit utsatt kan få stöd.

Berusning – Sexuella övergrepp

Sambandet mellan berusning och sexuella övergrepp är tydligt. Se över föreningens alkoholpolicy vid evenemang, resor, osv.

Belysning

Hur ser den fysiska miljön ut i idrottsplatsens närhet? Upplever medlemmarna att det känns tryggt att ta sig till och från anläggningen?

Ledare

Att vara ideell idrottsledare är ingen rättighet. Genom belastningsregisterutdrag och referenstagning ökar chansen att lämpliga förebilder leder er verksamhet.

Mall för handlingsplan

Trygghetsskapande/förebyggande aktiviteter med träningsgrupper i föreningen

Kom överens om vilka förebyggande insatser ni vill göra. Välj ut något/några av förslagen nedan att ha i er egen handlingsplan eller formulera egna aktiviteter.

	Aktivitet	Målgrupp	Tidsåtgång	När genomförs det och vem ansvarar
<input type="checkbox"/>	Använd Rädda barnens kostnadsfria material "Stopp! Min kropp! – på fritiden". Följ handledningen.	Alla idrottare upp till 9 år	Ca en timme	
<input type="checkbox"/>	Gå igenom och diskutera BRIS handbok "Barnens spelregler" med träningsgruppen. Använd kostnadsfria studiematerialet "Barnens spelregler 7-10 år" alternativt "Barnens spelregler 11-18 år" som stöd.	Alla idrottare 10-12 år	Ca en timme	
<input type="checkbox"/>	Välj ut en eller flera lämpliga filmer i kostnadsfria materialet "In or Outside the Box". Låt träningsgruppen diskutera filmen/filmerna utifrån frågeställningarna i materialet.	Alla idrottare 13-100 år	Förslagsvis 3 x 30 minuter	
<input type="checkbox"/>	Använd kortleken "Normbollen". Diskutera ett eller flera kort t ex. vid en resa med träningsgruppen eller ha kortleken som en station vid stationsträning.	Alla idrottare 0-100 år		
<input type="checkbox"/>	Genomför en enkät för att ta reda på hur de aktiva upplever tryggheten i träningsgruppen.			
<input type="checkbox"/>	Egen aktivitet:			
<input type="checkbox"/>	Egen aktivitet:			

Mall för handlingsplan

Tränare/ledare

Kom överens om vilka förebyggande insatser ni vill göra. Välj ut någon/några av förslagen nedan att ha i er egen handlingsplan och/eller formulera egna aktiviteter.

Aktivitet	Tidsåtgång	När genomförs det och vem ansvarar
<input type="checkbox"/> Gå igenom RF-SISUs kostnadsfria webbutbildning www.motverkassexuellaovergrepp.se .	Ca två timmar	
<input type="checkbox"/> Gå igenom kostnadsfria webbutbildningen "Barnafrid" från Linköpings universitet.	Ca sex timmar	
<input type="checkbox"/> Gå igenom Folkhälsomyndighetens kostnadsfria webbutbildning "Ledare som lyssnar".	Ca en timme	
<input type="checkbox"/> Gå igenom Rädda barnens kostnadsfria webbutbildning "Tryggare tillsammans – förening".	Ca 30 minuter	
<input type="checkbox"/> Egen aktivitet:		
<input type="checkbox"/> Egen aktivitet:		

Mall för handlingsplan

Organisationsledare

Kom överens om vilka förebyggande insatser ni vill göra. Välj ut någon/några av förslagen nedan att ha i er egen handlingsplan och/eller formulera egna aktiviteter.

Aktivitet	När genomförs det och vem ansvarar
<input type="checkbox"/> Forma föreningens jämställdhetspolicy/jämställdhetsplan med stöd från RF-SISU.	
<input type="checkbox"/> Identifiera och åtgärda riskzoner i föreningen.	
<input type="checkbox"/> Ta fram rutiner för referenstagning av nya ledare.	
<input type="checkbox"/> Se över rutiner för belastningsregisterutdrag.	
<input type="checkbox"/> Identifiera och strukturera aktiviteter som gör föreningens värdegrund "aktiv".	
<input type="checkbox"/> Genomför en enkätundersökning med föreningens medlemmar om trygghetsfrågor.	
<input type="checkbox"/> Tydliggör var och hur medlemmar kan få stöd om de utsätts.	
<input type="checkbox"/> Arbeta fram/aktualisera er förenings alkoholpolicy	
<input type="checkbox"/> Egen aktivitet:	
<input type="checkbox"/> Egen aktivitet:	



Sätter idéer i rörelse

www.rfsisu.se

