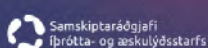


BANDALAG ÍSLENSKRA SKÁTA ÍPRÓTTABANDALAG REYKJAVÍKUR ÍPRÓTTA- OG ÓLYMPIÚSAMBAND ÍSLANDS KFUM & KFUK

VIÐBRAGÐSÁÆTLUN

SAMSKIPTARÁÐGJAFI ÍPRÓTTA- OG ÆSKULÝÐSSTARFS SLYSAVARNARFÉLAGID LANDSBJÖRG UNGMENNAFÉLAG ÍSLANDS ÆSKULÝÐSVETTANGURINN



INNGANGUR



Markmið þessarar viðbragðsáætlunar er að færa aðilum innan íþrótta- og æskulýðsfélaga og samtaka um allt land áætlun vegna atvika og áfalla sem upp geta komið í slíku starfi. Best er að viðbrögð allra íþrótta- og æskulýðsfélaga landsins séu eins. Í áætluninni er að finna verkferla sem skal fylgja þegar upp koma atvik eða áföll í íþrótta- og æskulýðsstarfi.

Viðbragðsáætlun þessi er einföld og á við í öllum tilvikum, óháð því hvaða aðila og atvik er um að ræða. Dæmi um atvik sem viðbragðsáætlunin nær til eru slys, veikindi, náttúruhamfarir, einelti og ofbeldi. Einnig eru gagnlegar upplýsingar um meðal annars ferðalög, hinseginleika og fjölmenningu og inngildingu í félagsstarfi, öryggismál og skráningu atvika.

Áætlunin nær yfir alla starfsemi íþrótta- og æskulýðsfélaga á landinu, aðildarfélag, þátttakendur, stjórnendur, yfirmenn, starfsfólk, sjálfboðaliða og aðra ábyrgðaraðila innan félaganna.

Þó að starfsemin geti verið misjöfn milli félaga er mikilvægt að öllum líði vel við leik og störf í íþrótta- eða æskulýðsstarfi.

Allt fólk á að geta gengið að því sem vísu að félagsstarf þess bjóði upp á öruggt umhverfi og að fólk fái að vera óáreitt í félagsstarfinu óháð aldri, kynferði eða stöðu að öðru leyti. Sömuleiðis á allt fólk að geta leitað réttar síns ef atvik koma upp, án þess að óttast afleiðingar.

Ýmis atvik geta komið upp innan íþrótta- og æskulýðsfélaga og mikilvægt er að geta brugðist við á sem bestan máta. Erfitt er að gera öllum mögulegum atvikum skil en mikilvægt er að hafa ákveðnar grunnreglur til að fylgja.

Viðbragðsáætlunin var unnin í sameiningu af:

Bandalagi Íslenskra skáta (BÍS),

Íþróttabandalagi Reykjavíkur (ÍBR),

Íþrótta- og Ólympíusambandi Íslands (ÍSí),

Kristilegu félagi ungra manna og kvenna (KFUM og KFUK),

Samskiptaráðgjafa íþrótta- og æskulýðsstarfs,

Slysavarnafélaginu Landsbjörg,

Ungmennafélagi Íslands (UMFÍ) og

Æskulýðsvettvangnum (ÆV).

Viðbragðsáætlun þessi er gefin út árið 2022.

Æskilegt er að endurskoða áætlunina á þriggja ára fresti.

SAMSKIPTARÁÐGJAFI

ÍPRÓTTA- OG

ÆSKULÝÐSSTARFS

Starfssvið samskiptaráðgjafa íþróttá- og æskulýðsstarfs nær til skipulagðrar starfsemi eða starfsemi í tengslum við hana á vegum Íþróttá- og Ólympíusambands Íslands, Ungmennafélags Íslands, æskulýðssamtaka sem starfa á grundvelli æskulýðslaga og aðila sem gera samning við það ráðuneyti sem fer með íþróttá- og æskulýðsmál um rekstrarframlag vegna sambærilegrar starfsemi. Samskiptaráðgjafi íþróttá- og æskulýðsstarfs starfar eftir lögum nr. 45/2019 og er markmið laganna að íþróttá- og æskulýðsstarf fari fram í öruggu umhverfi og að börn, unglingar og fullorðnir, óháð kynferði eða stöðu að öðru leyti, geti stundað íþróttir eða æskulýðsstarf og leitað sér aðstoðar eða leitað réttar síns vegna atvika og misgerða sem eiga sér stað án þess að þurfa að óttast afleiðingarnar. Með atvikum og misgerðum er átt við andlegt, líkamlegt og kynferðislegt ofbeldi og áreitni, einelti og önnur sambærileg tilvik. Hægt er að ná sambandi við samskiptaráðgjafa íþróttá- og æskulýðsstarfs á ýmsa vegu:



samskiptaradgjafi.is



839-9100



samskiptaradgjafi@samskiptaradgjafi.is

HUGTÖK

BARN EÐA UNGMENNI

Þátttakandi/iðkandi sem er undir 18 ára aldri.

FULLORÐINN

Fullorðinn þátttakandi.

ÞÁTTTAKANDI

Iðkandi, meðlimur eða þátttakandi í íþrótt- eða æskulýðsstarfi.

ÁBYRGÐARAÐILI

Allir foringjar, leiðbeinendur, þjálfarar, starfsmenn og sjálfboðaliðar sem eru 18 ára eða eldri og gegna ábyrgðarhlutverki innan félagasamtaka eða stýra slíku starfi, sama hvaða heiti þau bera og hvort sem þau þiggja laun fyrir vinnu sína eða ekki.

STJÓRNANDI

Næsti yfirmaður ábyrgðaraðila, hvort sem það er deildarstjóri, framkvæmdastjóri, félagsforingi eða annað.

STJÓRN FÉLAGS

Stjórn félagasamtaka er hópur fólks sem kosinn er á aðalfundi eða þingi félags til forystu og vinnu, oftast ólaunað, í þágu félagsins.

FORSJÁRAÐILI

Foreldrar eða þau sem fara með lögbundna forsjá barns eða ungmennis.

FÉLAGSSTARF

Notað yfir almennt starf félags, vettvang og viðburði á vegum þess.

FÉLAG

Stakt íþrótt- eða æskulýðsfélag sem býður upp á skipulagða starfsemi.

SAMBANDSAÐILI

Skátasamband, íþróttahérað eða sérsamband.

REGNHLÍFARSAMTÖK

Þau samtök sem sameina margar minni einingar íþrótt- eða æskulýðsstarfs, svo sem Bandalag íslenskra skáta eða Íþrótt- og Ólympíusamband Íslands.

EFNISYFIRLIT

Inngangur	I
Samskiptaráðgjafi íprótta- og æskulýðsstarfs	2
Hugtök	3
I. Tilkynningarferill	8
I.1 Tilkynningarferill (mynd)	8
2. Tilkynningarskylda til barnaverndarþjónustu	10
2.1 Þau atriði sem eru tilkynningarskild til barnaverndarþjónustu eru	11
2.2 Ofbeldi	11
2.3 Líkamlegt ofbeldi	11
2.4 Tilfinningalegt ofbeldi	11
2.5 Kynferðislegt ofbeldi	12
2.6 Áhættuhegðun	12
2.7 Vanræksla	13
3. Agabrot	16
3.1 Væg agabrot	16
3.2 Alvarleg agabrot	16
3.3 Agabrot í ferðum	16
3.4 Ítrekuð agabrot	17
4. Ávana og vímuefni	19
4.1 Neysla ávana- og vímuefna	20
4.2 Neysla tóbaks eða nikótíns	20
4.3 Viðbrögð félagsins við neyslu	20
5. Ofbeldi	22
5.1 Dæmi um landslög sem fjalla um ofbeldi	23
5.2 Orðskýringar og hugtök	24
5.3 Ofbeldi gagnvart börnum	26
5.4 Ofbeldi gagnvart fullorðnum	29

6. Einelti og samskiptavandi	33
6.1 Skilgreining á einelti	34
6.2 Birtingarmyndir og afleiðingar eineltis	34
6.3 Skilgreining á neteinelti	34
6.4 Fyrirbyggjandi aðgerðir	34
6.5 Hvernig bregðast skal við tilkynningum er varða samskiptavanda eða einelti	35
7. Að vera hinsegin í félagsstarfi	39
7.1 Ýmis hugtök	40
7.2 Kynjakakan þín	43
7.3 Trans fólk í íþróttum og æskulýðsstarfi	46
8. Fjölmennig og inngilding í félagsstarfi	51
8.1 Viðbrögð við fordómum, rasisma og mismunum í íþróttu- og æskulýðsstarfi	54
8.2 Dæmi um fyrstu viðbrögð	55
8.3 Nokkrar mikilvægar skilgreiningar	58
9. Andleg líðan	59
9.1 Andleg vanlíðan, sjálfsskaði og sjálfsvígshugsanir	60
9.2 Sálræn vanlíðan	60
9.3 Sjálfsskaði	61
9.4 Sjálfsvígshugsanir og sjálfsvígshætta	63
10. Veikindi og sjúkdómar	68
10.1 Langvinnir sjúkdómar	68
10.2 Lyf	68
10.3 Astmi	69
10.4 Bráðaofnæmi	71
10.5 Flogaveiki	73
10.6 Sykursýki	75

11. Sly	78
11.1 Smávægileg slys	80
11.2 Minniháttar slys	81
11.3 Alvarleg slys	82
12. Andlát	86
12.1 Sorgartímabil og útför	88
13. Viðbrögð við áföllum utan félagsstarfs	90
13.1 Félagslegar breytingar	90
14. Öryggismál	97
15. Ferðalög og gistingar	99
15.1 Öryggisfræðsla í ferðum	100
15.2 Háttun svefnrýma	101
16. Náttúruhamfarir	103
16.1 Fárviðri	104
16.2 Eldgos	105
16.3 Jarðskjálfti	106
17. Samskipti við fjölmiðla	108
18. Utanumhald skráningar og fylgiskjöl	110
19. Fylgiskjöl	112
19.1 Tilkynning um einelti	113
19.2 Slysaskýrsla	114
19.3 Málaskrá fyrir viðkvæm mál varðandi einelti, ofbeldi og áreitni	115

ATHUGIÐ:

Hvenær sem er í skjalinu er hægt að fara aftur í efnisyfirlit með því að ýta á blaðsíðutal neðst á blaðsíðu.

1 TILKYNNINGARFERILL

TILKYNNINGARFERILL

Nauðsynlegt er að tilkynna ofbeldis- eða eineltismál til viðeigandi aðila þegar slíkt kemur upp innan íþróttta- og æskulýðsfélaga eða samtaka. Félög eiga að leita leiðsagnar í slíkum málum. Hér má sjá feril yfir það hvernig tilkynning getur borist eftir öruggum boðleiðum til þeirra sem bera ábyrgð innan félags, og í kjölfarið til samskiptaráðgjafa sem aðstoðar við vinnslu slíkra mála.

Athugið að hægt er að byrja hvar sem er innan ferilsins. Mikilvægast er að traust ríki á milli aðila.

Einnig má leita beint til samskiptaráðgjafa.

1.1 TILKYNNINGARFERILL (MYND)



2

TILKYNNINGARSKYLDA TIL BARNAVERNDARÞJÓNUSTU

TILKYNNINGARSKYLDA TIL BARNAVERNDARÞJÓNUSTU

Ábyrgðaraðilar skulu gæta fyllsta trúnaðar og þagmælsku um allt það sem þeir fá vitneskju um í störfum sínum og ber að fara með sem trúnaðarmál. Þagnarskyldu er þó aflétt þegar ábyrgðaraðilar, starfsfólk eða sjálfboðaliðar verða þess áskynja að barn eða ungmenni:

- **búi við óviðunandi uppeldisaðstæður**
- **verði fyrir áreitni eða hvers konar ofbeldi**
- **stofni heilsu sinni og þroska í alvarlega hættu**

Í slíkum tilfellum ber að fylgja ákvæðum í IV. kafla barnaverndarlaga nr. 80/2002 og tilkynna málið til barnaverndarþjónustu viðkomandi sveitarfélags.

Allir ábyrgðaraðilar sem starfa hjá íþrótt- eða æskulýðsfélagi bera því ábyrgð á því að tilkynna ofantalin atvik samkvæmt barnaverndarlögum, sama hvort um starfsmenn eða sjálfboðaliða er að ræða. **Tilkynningarskylda þessi gengur framur ákvæðum laga eða siðareglna um þagnarskyldu.**

Ákvörðun um tilkynningu til barnaverndaryfirvalda er tekin af yfirmanni og eftir atvikum í samstarfi við barnaverndarþjónustu og/eða samskiptaráðgjafa íþrótt- og æskulýðsstarfs. Alltaf skal hafa hagsmuni barna og ungmenna að leiðarljósi við slíka ákvörðunartöku.

Tilkynningar til barnaverndar skulu berast því sveitarfélagi sem barnið býr í. Á dagvinnutíma tekur starfsfólk barnaverndarþjónustu í hverju sveitarfélagi fyrir sig við tilkynningum en utan dagvinnutíma, um helgar og á helgidögum tekur Neyðarlínan við tilkynningum til barnaverndar í símanúmerinu 112.

BARNAVERNDARÞJÓNUSTA:

Tilkynning til barnaverndarþjónustu er á ábyrgð og í nafni félagsins eða forstöðumanns en ekki einstakra ábyrgðarmanna. Ef ekki er hægt að leita til stjórnanda félagsins af einhverjum ástæðum er mikilvægt að hafa beint samband við barnavernd.

SAMSKIPTARÁÐGJAFI ÍÞRÓTTA OG ÆSKULÝÐSSTARFS:

Öll þau sem sækja skipulagðar æfingar eða æskulýðsstarf á landinu geta leitað til samskiptaráðgjafa varðandi einelti og/eða ofbeldi sem þau telja sig hafa orðið fyrir í félagsstarfi sínu. Samskiptaráðgjafi getur einnig veitt ráðgjöf varðandi barnaverndartilkynningar.

2.1 ÞAU ATRIÐI SEM ERU TILKYNNINGARSKILD TIL BARNAYERNDAR ERU

2.2 OFBELDI

Ofbeldi getur til dæmis verið líkamlegt, tilfinningalegt/andlegt, kynferðislegt og/eða að líf og heilsu ófæddis barns sé stefnt í hættu. **Ofbeldi gagnvart börnum er tilkynningarskylt til barnaverndar samkvæmt barnaverndarlögum nr. 80/2002.**

2.3 LÍKAMLEGT OFBELDI

Líkamlegt ofbeldi gagnvart barni er ofbeldi sem leiðir til þess að barnið skaðast eða er líklegt til þess. Barn getur borið merki ofbeldis, til dæmis marbletti, skrámur, brunasár eða beinbrot, en ummerki eru þó ekki alltaf sjáanleg.

- » Líkamlegt ofbeldi getur falist í því að barn sé slegið, hrist, því hent til, brennt eða bundið.
- » Að kýla, kyrkja, sparka, klóra, bíta eða toga í hár eru einnig dæmi um líkamlegt ofbeldi.

2.4 TILFINNINGALEGT OFBELDI

Tilfinningalegt ofbeldi getur verið erfitt að greina en getur engu að síður haft alvarlegar afleiðingar. Slíkt ofbeldi felur í sér að forsjáraðilar eða aðrir umönnunaraðilar sýni barni viðvarandi neikvætt viðhorf og neikvæðar tilfinningar sem eyðileggja eða hindra þróun jákvæðrar sjálfsímyndar barns.

- » Tilfinningalegt ofbeldi getur falist í viðhorfi eða hegðun sem segir að barnið sé einskis vert, engum þyki vænt um það eða enginn vilji sjá það.
- » Tilfinningalegt ofbeldi getur til dæmis verið í formi orðaskipta, líkamstjáningar eða hunsunar. Samskipti sem einkennast af niðurlægingu, markvissu niðurbroti einstaklings, ómanneskjulegri framkomu, ofsóknum, öskri, hótunum og ógnum og langvarandi þögn.

2.5 KYNFERÐISLEGT OFBELDI

Kynferðislegt ofbeldi felur í sér að kynferðislegum athöfnum, orðum eða myndum er beint að barni. Ef barni er sýnt klámefni, kynfæri eða kynferðislegar myndir teknar af barni flokkast það einnig sem kynferðislegt ofbeldi. Kynferðislegt ofbeldi getur átt sér stað milli fullorðins einstaklings og barns eða milli tveggja barna þar sem annar einstaklingur hefur vald yfir hinum.

Með kynferðislegu ofbeldi er átt við:

- Að barn sé látið horfa á klámefni eða kynfæri eða að myndir séu teknar af barni í þeim tilgangi að örva kynferðislega.
- Að þuklað sé á barni eða kynfærum þess eða barn látið þukla á kynfærum annars aðila.
- Að teknar séu kynferðislegar myndir eða myndbönd af barni, þeim dreift eða hóttað að þeim verði dreift.
- Nauðgun.

2.6 ÁHÆTTUHEGÐUN

Áhættu hegðun barns felur í sér að barn hegðar sér á einhvern hátt sem skaðar eða er líklegt til að skaða heilsu þess og þroska.

Áhættu hegðun barns getur falist í:

- Neyslu áfengis og vímuefna.
- Að barn skaði sjálft sig með því að veita sér áverka.
- Að barn beiti aðra ofbeldi.
- Erfiðleikum barns í skóla þrátt fyrir aðhald foreldra.
- Að barn stundi afbrot, t.d. skemmdarverk, eða fari ekki eftir lögbundnum útivistartíma barna.

2.7 VANRÆKSLA

Vanræksla er skilgreind sem skortur á nauðsynlegri umönnun og aðbúnaði barns sem getur leitt til skaða eða er líklegur til að leiða til skaða varðandi þroska þess.

Vanrækslu er hægt að flokka í tilfinningalega vanrækslu, líkamlega vanrækslu eða vanrækslu varðandi umsjón og eftirlit eða nám.

Að öllu jöfnu telst það ekki vanræksla þegar þörfum barns er ekki sinnt nógu vel í einstaka skipti. Þegar umönnun barns er endurtekið ábótavant flokkast það sem vanræksla.



Til dæmis þegar líkamlegum þörfum barns er ekki fullnægt vegna sinnuleysis forsjáraðila. Að ekki sé hugað að nauðsynlegri heilbrigðisþjónustu barns. Ef barn fær ekki mat eða fatnað við hæfi eða hreinlæti eða húsnæði þess er ekki fullnægjandi.



Vanræksla getur varðað umsjón og eftirlit barns. Til dæmis að barn sé skilið eftir eitt og eftirlitslaust án þess að hafa til þess aldur eða þroska. Ef barn er skilið eftir hjá óhæfum einstaklingi eða skilið eftir hjá einhverjum óeðlilega lengi. Einnig ef forsjáraðilar eru ófærir um að sinna þörfum barns vegna áfengis- eða vímuefnaneyslu.



Tilfinningaleg vanræksla er þegar forsjáraðilar bregðast seint eða ekki við þegar barn þarf stuðning vegna áfalls, ef hugrænum þroska eða félagsþroska barns er ekki sinnt, barn er hunsað af forsjáraðilum eða fær ekki hvatningu og leiðbeiningu við hæfi.



Vanræksla getur varðað skólagöngu barns. Að barn komi ítrekað í skóla án nauðsynlegra áhalda eða fatnaðar, barn missi mikið úr skóla vegna ólögmætra ástæðna og ábendingar til foreldra um það beri engan árangur.

GAGNLEGIR TENGLAR

Barna- og fjölskyldustofa

bvs.is

Sími: 530 2600

netfang: bvs@bvs.is

Barnavernd

listi yfir sveitarfélög landsins

bvs.is/radgjof-og-upplysingar/listi-yfir-barnaverndarnefndir

112 – barnanúmerið

Fyrir allar tilkynningar sem varða velferð barna

Sími: 112

Lögreglan

(Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu)

sími: 444 1000

Listi yfir umdæmi lögreglunnar á landsvísu og símanúmer þeirra

logreglan.is/

netfang: lrh@lrh.is

Samskiptaráðgjafi ípróttá- og æskulýðsstarfs

samskiptaradgjafi.is

sími: 839 9100

netfang: samskiptaradgjafi@samskiptaradgjafi.is

3 AGABROT

AGABROT

Agabrot eru brot á lögum og reglum sem viðkomandi félag setur sér.
Skipta má agabrotum í væg og alvarleg brot.
Félög eru hvött til þess að aðstoða einstaklinga til þess að bæta sitt ráð
í kjölfar agabrota til þess að koma í veg fyrir frekari brot.

3.1 VÆG AGABROT

Með vægum agabrotum er einkum vísað til óláta og almennrar óhlýðni við fyrirmælum. Við slíkum brotum skal veita viðkomandi tiltal. Taka skal mið af aldri og þroska þess sem um ræðir.

Ef nauðsyn krefur kemur til greina að viðkomandi sitji tímabundið til hliðar í verkefni dagsins. **Upplýsa ætti forsjáraðila ef um brot barna er að ræða.**

3.2 ALVARLEG AGABROT

Alvarleg agabrot teljast til dæmis ofbeldi í öllum birtingarmyndum, einelti, illmæli og hverskyns brot á landslögum. Til alvarlegra agabrota telst einnig öll neysla ávana- og vímuefna, svo sem áfengis, tóbaks, rafretta, nikótínþúða og annarra vímuefna.

Við alvarleg agabrot er mælt til þess að vísa viðkomandi þátttakanda af fundi, æfingu eða viðburði. **Ef um barn er að ræða skal hafa samband við forsjáraðila þess og sjá til þess að það sé sótt og rætt við forsjáraðila.**

3.3 AGABROT Í FERÐUM

Liggja þarf fyrir skriflegt eða rafrænt samþykki forsjáraðila áður en barn eða ungmenni yngra en 18 ára getur farið í ferð. Í leyfisbréfi eða rafrænu samþykki er gott að hafa skilmála þar sem forsjáraðilar skuldbinda sig til að sækja barn eða ungmenni verði það uppvíst að agabrotum í ferð á vegum íþrótt- eða æskulýðsstarfs, ef ekki þá greiða þann kostnað sem fylgir því að senda viðkomandi heim.

Við væg agabrot skal veita viðkomandi tiltal og ef nauðsyn krefur skal viðkomandi hlíta tímabundinni brottvísun úr dagskrá.

Við alvarlegt agabrot skal vísa viðkomandi úr ferð eða útilegu. Forsjáraðilar skulu sækja barn eða ungmenni hafi slíkir skilmálar verið samþykktir og þeir upplýstir um málavexti.

3.4 ÍTREKUÐ AGABROT

Ef um ítrekuð agabrot er að ræða skal viðkomandi einstaklingur fá skriflega aðvörun og forsjáraðilar upplýstir ef um barn er að ræða.

Verði ekki lát á umræddri hegðun eftir áminningu er mælt til þess að viðkomandi verði vísað skriflega tímabundið úr starfi og frá ferðum og skal upplýsa forsjáraðila um þá ákvörðun ef um barn er að ræða.

Ábyrgðaraðili tekur slíka ákvörðun aðeins í samráði við stjórn félags.

Ávallt er hægt að endurskoða ákvarðanir sé talið að viðkomandi hafi bætt ráð sitt.

4

ÁVANA- OG VÍMUEFNI

ÁVANA- OG VÍMUEFNI

Íþróttá- og æskulýðsfélög gegna mikilvægu hlutverki í vímuefnum. Rannsóknir á högum barna og ungmenna sýna að þeim ungmennum sem eru virk í íþróttá- og æskulýðsstarfi farnast betur og þau neyta síður ávana- og vímuefna. Ábyrgðaraðilar í félagsstarfi eru fyrirmyndir barna og ungmenna og því er öll neysla áfengis, tóbaks og annarra ávana- og vímuefna bönnuð í starfi með börnum og ungmennum. Á þetta einnig við um notkun nikótínþúða og rafretta.

Þá segir í 2. mgr. 10. gr. æskulýðslaga nr. 70/2007 að forystufólki, leiðbeinendum, sjálfboðaliðum og öðru starfsfólki í skipulögðu æskulýðsstarfi og í ferðum með börnum og ungmennum sé óheimilt að neyta áfengis og annarra vímuefna.

4.1 NEYSLA ÁVANA- OG VÍMUEFNA

Einstaklingur skal aldrei taka þátt í íþrótt- eða æskulýðsstarfi undir áhrifum áfengis eða annarra ávana- eða vímuefna, óháð aldri og stöðu. Öll neysla áfengis og annarra ávana- eða vímuefna er bönnuð hvar sem skipulagt íþrótt- og æskulýðsstarf fer fram á vegum félags. Stjórn félags ætti að sjá til þess að stefna félags í ávana- og vímuefnavörnum sé aðgengileg.

4.2 NEYSLA TÓBAKS EÐA NIKÓTÍNS

Neysla tóbaks eða nikótíns er óheimil í húsakynnum og í öllu íþrótt- og æskulýðsstarfi. Börnum og ungmennum er óheimilt að reykja eða nota aðrar nikótínvörur, svo sem í formi rafretta og nikótínþúða. Bent skal á að ábyrgðaraðilar eru fyrirmyndir hinna yngri, því ættu þau sem hafa náð 18 ára aldri að forðast neyslu tóbaks eða nikótíns utan félagsstarfs þar sem hin yngri geta séð til.

4.3 VIÐBRÖGÐ FÉLAGSINS VIÐ NEYSLU

Bregðast skal við allri neyslu í íþrótt- og æskulýðsstarfi. Viðbrögð félags skulu ávallt móttast af vilja til að aðstoða viðkomandi við að laga sig að reglum og halda áfram að taka þátt í starfinu. Ávallt skal upplýsa forsjáraðila um neyslu ólöggráða barna eða ungmenna þeirra í félagsstarfi.

FYRSTA BROT

Veita skal áminningu við fyrsta brot og viðkomandi aðstoðaður við að laga sig að reglum félags.

ANNAÐ BROT

Við annað brot skal viðkomandi vikið úr starfi félagsins, hvort sem um er að ræða þátttakanda eða ábyrgðaraðila. Jafnframt skal félagið leitast við að hafa áhrif á að viðkomandi leiti sér aðstoðar.

EFTIRFYLGNI

Hafi viðkomandi bætt ráð sitt má skoða að bjóða viðkomandi velkominn aftur til starfa. Til sömu ráðstafana má grípa ef félagsstjórn telur neyslu ávana- og vímuefna þátttakanda eða ábyrgðaraðila utan félagsstarfs hafa áhrif á frammistöðu, ástundun eða ímynd félagsins.

5 OFBELDI

OFBELDI

Ofbeldi er ekki liðið í íþrótt- og æskulýðsstarfi. Öllum á að geta liðið vel í félagsstarfi sínu og gengið að því vísu að þar sé öruggt umhverfi og markvisst unnið að því að tryggja það. Börn, fullorðnir, sjálfboðaliðar og starfsfólk eiga að geta leitað réttar síns ef brotið er á þeim, án þess að óttast afleiðingar þess.

Ofbeldi og áreitni eru skaðleg fyrir einstaklinga sem fyrir því verða en einnig fyrir viðkomandi íþrótt- eða æskulýðsfélag í heild. Er það því öllum til góða að til sé samræmd áætlun um hvernig brugðist sé við er slík mál koma upp. Auk þess er sífelld forvarnarvinna mikilvægur hlekkur í því að uppræta ofbeldi og áreitni. Þess vegna er mikilvægt að gæta að reglulegri fræðslu og öðrum forvörnum fyrir alla aldurshópa, þátttakendur, ábyrgðaraðila, stjórnir og sjálfboðaliða.

Ofbeldi varðar við landslög og er mikilvægt að bregðast við slíkum málum þegar þau koma upp innan íþrótt- og æskulýðsstarfs. Ofbeldisbrot á ávallt að tilkynna til viðeigandi yfirvalda en einnig til samskiptaráðgjafa íþrótt- og æskulýðsstarfs. Það auðveldar yfirsýn varðandi umfang slíkra mála, stuðlar að samhæfðum og réttum viðbrögðum aðila og til endurmats á vinnubrögðum og verkferlum með það að markmiði að auka öryggi allra.

5.1 DÆMI UM LANDSLÖG SEM FJALLA UM OFBELDI:

XXII. kafli ALMENNRA HEGNINGARLAGA:



SKJÁ NÁÐAR UM
KYNFERÐISOFBELDI Í
HEGNINGARLÖGUM

Kynferðisofbeldi er refsivert samkvæmt XXII. kafla almennra hegningarlaga nr. 19/1940. Ákvæði kaflans taka jafnt til barna sem fullorðinna. Börnum er auk þess tryggð sérstök vernd gegn kynferðislegri misnotkun, sbr. 200–202. gr. laganna.

BARNAVERNDARLÖG:



SKJÁ NÁÐAR UM
BARNAVERNDARLÖG

Samkvæmt 16. og 17. greinum barnaverndarlaga er öllum, þar með töldum þeim sem stöðu sinnar og starfa vegna hafa afskipti af málefnum barna, skylt að tilkynna til barnaverndarnefndar ef barn býr við óviðunandi uppeldisskilyrði, er beitt ofbeldi eða heilsu þess eða þroska er stofnað í hættu.

ÍPRÓTTA- OG ÆSKULÝÐSLÖG



SKJÁ NÁÐAR UM
ÍPRÓTTALÖG

Í íprótta- og æskulýðslögum kemur fram að óheimilt er að ráða til starfa þá sem hafa hlotið dóm fyrir brot gegn lögum um ávana- og fíkniefni, nr. 65/1974, á síðastliðnum fimm árum, eða kynferðisbrotadóm, skv. XXII. kafla í lögum nr. 19/1940, í félögum þar sem starfsemi fyrir 18 ára og yngri er starfrækt. Í íprótta- og æskulýðslögum er einnig kveðið á um heimild þessara félaga til að leitast eftir upplýsingum um áðurnefnda dóma í sakaskrár starfsfólks og sjálfboðaliða.



SKJÁ NÁÐAR UM
ÆSKULÝÐSLÖG

OFBELDI

Hvers kyns hegðun sem leiðir til eða getur leitt til líkamlegs eða sálræns skaða eða þjáninga þess sem fyrir henni verður, einnig hótun um slíkt, þvingun eða handahófskennd svipting frelsis.

LÍKAMLEGT OFBELDI

Líkamlegt ofbeldi er þegar líkamlegu afli er beitt gegn öðrum einstaklingi, hvort sem líkamlegur skaði hlýst af eða ekki. Dæmi um líkamlegt ofbeldi er að kýla, kyrkja, sparka, klóra, bíta og toga í hár.

ANDLEGT OFBELDI

Andlegt ofbeldi getur til dæmis verið í formi orðaskipta, líkamstjáningar eða hunsunar. Dæmi um andlegt ofbeldi eru samskipti sem einkennast af niðurlægingu, markvissu niðurbroti einstaklings, ómanneskjulegri framkomu, ofsóknum, öskri, hótunum, ógnum eða langvarandi þögn. Andlegt ofbeldi er oft notað til að stjórna öðrum eða ná völdum yfir þeim.

STAFRÆNT OFBELDI

Það er stafrænt ofbeldi þegar ofbeldi er beitt gegnum síma, tölvu eða samfélagsmiðla. Slíkt ofbeldi getur meðal annars falið í sér áreitni, hótanir, dreifingu á persónulegum gögnum, ljósmyndum eða myndböndum án samþykkis. Dæmi um stafrænt kynferðisofbeldi væri að taka myndir af einstaklingi án vitundar hans og dreifa þeim, að senda óviðeigandi mynd í óþökk viðkomandi og senda áfram mynd sem einstaklingur hefur sent í trúnaði.

KYNBUNDIN ÁREITNI

Hegðun sem tengist kyni þess sem fyrir henni verður og hefur þann tilgang eða þau áhrif að misbjóða virðingu viðkomandi og skapa aðstæður sem eru ógnandi, fjandsamlegar, niðurlægjandi, auðmýkjandi eða móðgandi fyrir viðkomandi.

KYNBUNDIÐ OFBELDI

Ofbeldi á grundvelli kyns sem leiðir til eða gæti leitt til líkamlegs, kynferðislegs eða sálræns skaða eða þjáningar þess sem fyrir því verður, en einnig hótun um slíkt ofbeldi, þvingun eða handahófskennd svipting frelsis, bæði í einkalífi og á opinberum vettvangi.

KYNFERÐISLEG ÁREITNI

Hvers kyns kynferðisleg hegðun sem hefur þann tilgang eða þau áhrif að misbjóða virðingu þess sem fyrir henni verður, einkum þegar hegðunin leiðir til ógnandi, fjandsamlegra, niðurlægjandi, auðmýkjandi eða móðgandi aðstæðna. Hegðunin getur verið orðbundin, táknræn og/eða líkamleg. Eitt tilvik getur talist kynferðisleg áreitni ef það er alvarlegt.

KYNFERÐISLEGT OFBELDI

Hér er átt við hvers kyns kynferðislega hegðun sem er í óþökk þess sem fyrir henni verður og hefur þann tilgang eða þau áhrif að misbjóða virðingu viðkomandi, einkum þegar hegðunin leiðir til ógnandi, fjandsamlegra, niðurlægjandi, auðmýkjandi eða móðgandi aðstæðna. Hegðunin getur verið orðbundin, táknræn og/eða líkamleg. Sem dæmi má nefna óvelkomna snertingu, káf eða þukl utan klæða sem innan og nauðgun. Orðbragð sem er klámfengið eða klúrt og hótanir um að beita kynferðislegu ofbeldi.

Kynferðisbrot skv. 194. gr. XXII. kafla almennra hegningarlaga nr. 19/1940

[Hver sem hefur samræði eða önnur kynferðismök við mann án samþykkis hans gerist sekur um nauðgun og skal sæta fangelsi ekki skemur en 1 ár og allt að 16 árum.

Samþykki telst liggja fyrir ef það er tjáð af frjálsum vilja. Samþykki telst ekki liggja fyrir ef beitt er ofbeldi, hótunum eða annars konar ólögmætri nauðung. Til ofbeldis telst svipting sjálfræðis með innilokun, lyfjum eða öðrum sambærilegum hætti.]

[Það telst einnig nauðgun og varðar sömu refsingu og mælt er fyrir um í 1. mgr. [að beita blekkingum eða notfæra sér villu viðkomandi um aðstæður eða] 1) að notfæra sér geðsjúkdóm eða aðra andlega fötlun manns til þess að hafa við hann samræði eða önnur kynferðismök, eða þannig er ástatt um hann að öðru leyti að hann getur ekki spornað við verknaðinum eða skilið þýðingu hans.]

5.3 OFBELDI GAGNVART BÖRNUM

Allir eiga að geta tekið þátt í félagsstarfi sínu án hættu á því að verða fyrir ofbeldi, hvort sem það eru börn eða fullorðnir. Öll börn eiga rétt á vernd gegn ofbeldi, samkvæmt:

BARNAVERNDARLÖGUM

BARNASÁTTMÁLA SAMEINUÐU ÞJÓÐANNA

Ábyrgðaraðilar skulu gæta fyllsta trúnaðar og þagmælsku um allt það sem þeir fá vitneskju um í störfum sínum og ber að fara með sem trúnaðarmál. Skal þó ítrekað að þagnarskyldu er aflétt þegar starfsfólk eða sjálfboðaliðar verða þess áskynja að:

- » barn búi við óviðunandi uppeldisaðstæður
- » barn verði fyrir áreitni eða hvers konar ofbeldi
- » barn stofni heilsu sinni og þroska í alvarlega hættu

Í slíkum tilfellum ber að fylgja ákvæðum í IV. kafla barnaverndarlaga nr. 80/2002 og tilkynna málið til barnaverndar viðkomandi sveitarfélags.

Allir ábyrgðaraðilar sem starfa hjá félagi bera ábyrgð á því að tilkynna ofantalin atvik samkvæmt barnaverndarlögum. **Tilkynningarskylda þessi gengur framfar ákvæðum laga eða siðareglna um þagnarskyldu.**

Sjá kafla 2. Tilkynningarskylda.

HVERNIG BREGÐAST SKAL VIÐ OFBELDI GAGNVART BÖRNUM

Ef upp koma mál innan sem utan félags þar sem grunur leikur á að barn hafi verið beitt ofbeldi, hvort sem málið er nýtt eða gamalt, skal ábyrgðaraðili sem fær upplýsingar um slíkt snúa sér til stjórnanda félagsins. Börn og forsjáraðilar þeirra geta einnig leitað beint til samskiptaráðgjafa íþrótta- og æskulýðsstarfs. Mikilvægt er að allir málsaðilar hljóti réttláta og upplýsta málsmeðferð.

Verkferill vegna gruns um ofbeldi gagnvart börnum

- 1 Tryggja skal öryggi barnsins sem um ræðir.
- 2 Úrvinnsla ofbeldismála skal ekki fara fram innan félags.
- 3 Hafa skal samband við samskiptaráðgjafa íþrótta- og æskulýðsstarfs til að fá aðstoð við næstu skref málsins.
- 4 Stjórnandi tekur yfir málið fyrir hönd félagsins og er skylt að tilkynna málið til barnaverndaryfirvalda. **Sjá kafla 2. Tilkynningarskylda.** Ef ekki er hægt að leita til stjórnanda félagsins af einhverjum ástæðum er mikilvægt að hafa samband við barnavernd og/eða leita ráðgjafar hjá samskiptaráðgjafa.
- 5 Stjórnandi eða samskiptaráðgjafi upplýsir forsjáraðila barnsins um málið í samvinnu við barnavernd. Ef grunur vaknar um að forsjáraðili barnsins sé sá sem hafi beitt barnið ofbeldi skal hafa samband beint við barnavernd og ekki upplýsa forsjáraðila um málið.
- 6
 - a) Sé málið tekið til formlegrar meðferðar hjá samskiptaráðgjafa skal tilkynna það yfirmönnum viðkomandi félags. Skulu þeir yfirmenn í samráði við samskiptaráðgjafa grípa til nauðsynlegra ráðstafana varðandi iðkunar- og vinnutilhögun allra aðila málsins, þar með talið að víkja meintum geranda úr starfi á meðan málið er til rannsóknar. Óheimilt er að færa þolanda til vegna tilkynningar sinnar í félagsstarfi, nema viðkomandi óski þess.
 - b) Sé einstaklingur undir 18 ára aldri sakaður um ofbeldi skal leita leiðsagnar hjá barnavernd, samskiptaráðgjafa eða sambærilegum yfirvöldum. Tilfærsla í iðkun eða vinnutilhögun gæti þurft að eiga sér stað til þess að tryggja öryggi iðkenda. Ef ungmenni sem náð hefur sakhæfisaldri (15 ára) er sakað um brot á hegningarlögum er varða ofbeldi og/eða kynferðisbrot ætti að hafa að leiðarljósi það meginviðmið að viðkomandi skuli stíga til hliðar gegni viðkomandi ábyrgðarstörfum eða sé fulltrúi viðkomandi félags á opinberum vettvangi. Þó skal leitast við að gefa viðkomandi tækifæri á að stunda íþrótt sína eða æskulýðsstarf ef þess er nokkur kostur enda um barn/ungmenni að ræða.

7

Þegar niðurstöður máls liggja fyrir hjá viðeigandi aðilum (lögreglu, barnavernd, dómstólum, samskiptaráðgjafa og/eða öðrum aðilum) skulu stjórnendur félags í samráði við samskiptaráðgjafa taka sameiginlega ákvörðun um framhaldið.

8

Skrá skal öll mál og nota til þess málaskrá. Mikilvægt er að gæta trúnaðar varðandi skráningar. **Sjá kafla 19. Fylgiskjöl.**

9

Eftir að mál hefur verið tilkynnt til rétttra yfirvalda sjá þau alfarið um rannsókn málsins og skulu hvorki ábyrgðaraðilar né stjórn félags hafa afskipti af henni nema óskað sé eftir því af barnaverndaryfirvöldum og/eða lögreglu. Félagið skal ráðfæra sig við samskiptaráðgjafa íþrótta- og æskulýðsstarfs um annað sem snýr að málinu.

Mikilvægt að hafa í huga þegar upp koma ofbeldismál í íþrótta- eða æskulýðsstarfi.

- Taka skal allar tilkynninga alvarlega.
- Koma skal málum í ferli eins hratt og mögulegt er.
- Mikilvægt er að sýna viðeigandi framkomu, halda ró sinni, gæta að réttum viðbrögðum og hlusta vel á frásögn barns án þess að trufla.
- Alls ekki beita barn þrýstingi ef það vill ekki tjá sig meira.
- Taktu við þeim upplýsingum sem barnið gefur þér án þess að spyrja leiðandi spurninga.
- Ákvarðanir í málum sem varða fullorðna skal ávallt taka í samráði við viðkomandi.
- Hvettu til þess að viðkomandi leiti til lögreglu ef málið varðar brot á lögum.
- Félagið skal standa vörð um þolanda og auðvelda viðkomandi að halda áfram virkni í félagsstarfi sínu.

5.4 OFBELDI GAGNVART FULLORÐNUM

Áreitni og ofbeldi eru brot á mannréttindum og landslögum og allar tilkynningar um ofbeldi skal taka alvarlega. Mikilvægt er að tryggja öruggt umhverfi íþrótt- og æskulýðsstarfs þar sem skýr afstaða er tekin gegn ofbeldi og kynferðisbrotum og er félögum ekki heimilt að afgreiða ætluð kynferðisbrot innan sinna raða. **Með kynferðisbroti er átt við alla þá háttsemi sem lýst er sem refsiverðri í XXII. kafla almennra hegningarlaga (nr. 19/1940).**

HVERNIG BREGÐAST SKAL VIÐ ÞEGAR FULLORÐINN SEGIR FRÁ OFBELDI EÐA ÁREITNI SEM VIÐKOMANDI HEFUR ORÐIÐ FYRIR:

Ef upp koma mál þar sem fullorðinn einstaklingur - þátttakandi, ábyrgðaraðili eða sjálfboðaliði - hefur annaðhvort verið beittur ofbeldi eða er grunaður um að hafa beitt ofbeldi, skal sá sem upplýsingarnar fær snúa sér til stjórnanda félagsins með þær. Einstaklingar geta einnig leitað sjálfir beint til samskiptaráðgjafa íþrótt- og æskulýðsstarfs. Mikilvægt er að allir málsaðilar hljóti réttláta og upplýsta málsmeðferð.

Verkferill vegna gruns um ofbeldi gagnvart fullorðnum:

1

Allar upplýsingar um ofbeldisbrot gagnvart fullorðnum, staðfestar eða óstaðfestar, skulu berast framkvæmdastjóra eða öðrum sambærilegum aðila sem tekur yfir málið fyrir hönd félagsins.

2

Úrvinnsla ofbeldismála skal ekki fara fram innan félags heldur skal framkvæmdastjóri eða sambærilegur aðili óska eftir aðkomu samskiptaráðgjafa íþrótt- og æskulýðsstarfs.

3

Hvetja skal þolendur til þess að hafa samband við lögreglu. Hægt er að bjóða fram aðstoð við það ef viðkomandi vill. Stjórnendur félags skulu þá aðstoða yfirvöld eftir fremsta megni.

4

Upplýsa skal aðila máls um þau úrræði sem standa til boða. Til dæmis úrræði eins og:

- **112.is**
- **Bjarkarhlíð/Bjarmahlíð**
- **Heimilisfriður**
- **Kvennaráðgjöfin (lögfræðiaðstoð)**
- **Kærumóttaka lögreglu**
- **Neyðarmóttaka kynferðisofbeldis**
- **Stígamót**
- **Taktu skrefið**

5

Taka skal allar ákvarðanir í málum fullorðinna í samráði við þolanda.

6

Sé málið tekið til formlegrar meðferðar hjá samskiptaráðgjafa skal tilkynna það stjórnendum viðkomandi félags. Skulu þeir stjórnendur í samráði við samskiptaráðgjafa grípa til nauðsynlegra ráðstafana varðandi iðkunar- og vinnutilhögun allra aðila málsins, þar með talið að víkja meintum geranda úr starfi á meðan málið er til rannsóknar. Óheimilt er að færa þolanda til vegna tilkynningar sinnar í félagsstarfi, nema viðkomandi óski þess.

7

Þegar niðurstöður máls liggja fyrir hjá viðeigandi aðilum (lögreglu, dómstólum, samskiptaráðgjafa og/eða öðrum aðilum) skulu stjórnendur félags í samráði við samskiptaráðgjafa taka ákvörðun um framhaldið.

8

Skrá skal öll mál og nota til þess málaskrá. Mikilvægt er að gæta trúnaðar varðandi skráningar. **Sjá kafla 19. Fylgiskjöl.**

9

Eftir að mál hefur verið tilkynnt til rétttra yfirvalda sjá þau alfarið um rannsókn þess og skulu stjórnendur félags ekki hafa afskipti af henni nema yfirvöld óski eftir því.

10

Félagið skal ráðfæra sig við samskiptaráðgjafa íþrótta- og æskulýðsstarfs um annað sem snýr að málinu.

Mikilvægt að hafa í huga þegar upp koma ofbeldismál í íþrótta- eða æskulýðsstarfi.

- Taka skal allar tilkynninga alvarlega.
- Koma skal málum í ferli eins hratt og mögulegt er.
- Mikilvægt er að sýna viðeigandi framkomu, halda ró sinni, gæta að réttum viðbrögðum og hlusta vel á frásögn viðkomandi án þess að trufla.
- Alls ekki beita þrýstingi ef viðkomandi vill ekki tjá sig meira.
- Taktu við þeim upplýsingum sem þér eru gefnar án þess að spyrja leiðandi spurninga.
- Ákvarðanir í málum sem varða fullorðna skal ávallt taka í samráði við viðkomandi.
- Hvettu til þess að viðkomandi leiti til lögreglu ef málið varðar brot á lögum.
- Félagið skal standa vörð um þolanda og auðvelda viðkomandi að halda áfram virkni í félagsstarfi sínu.

6 EINELTI OG SAMSKIPTAVANDI

EINELTI OG SAMSKIPTAVANDI

Í félagsstarfi þar sem margir koma saman getur komið upp samskiptavandi innan hópa, sérstaklega þegar unnið er með börnum, þar sem þau eru að þroskast og æfa sig í samskiptum. Ef gripið er fljótt inn í samskiptavanda eða einelti er í mörgum tilvikum hægt að minnka líkur á alvarlegum afleiðingum. Það er því mikilvægt að ábyrgðaraðilar séu vel vakandi fyrir því hvernig þátttakendum í félagsstarfinu líður og grípi inn í um leið og upp kemur vandi. Mikilvægt er að vera vakandi fyrir þáttum eins og samskiptavanda, baktali, stríðni, augngotum og útskúfun. Hvetja þarf einstaklinga til að láta vita ef þau verða fyrir endurtekinni stríðni eða annars sem einkennir einelti, eða ef þau verða vör við slíkt á milli annarra einstaklinga.

6.1 SKILGREINING Á EINELTI

Einelti er síendurtekin hegðun sem almennt er til þess fallin að valda vanlíðan hjá þeim sem fyrir henni verður, svo sem að gera lítið úr, móðga, særa, hunsa eða ógna viðkomandi eða valda honum ótta. Skoðanaágreiningur eða ágreiningur vegna ólíkra hagsmuna fellur ekki hér undir.

6.2 BIRTINGARMYNDIR OG AFLEIÐINGAR EINELTIS

Einelti hefur margar mismunandi birtingarmyndir og getur verið líkamlegt, andlegt, félagslegt og rafrænt áreiti sem hefur neikvæð áhrif og beinist endurtekið að einum eða fleiri einstaklingum.

Einelti hefur neikvæðar afleiðingar fyrir þá sem fyrir því verða og þá sem taka þátt í því. Vanlíðan, kvíði, þunglyndi og lágt sjálfsmat eru dæmi um afleiðingar sem gætu haft áhrif á þolendur eineltis. **Einelti getur þrífist alls staðar þar sem samskipti eiga sér stað, án tillits til aldurs fólks, vitsmunaproska, efnahags, stéttar, stöðu eða búsetu.**

6.3 SKILGREINING Á NETEINELTI

Neteinelti er yfirleitt skilgreint sem neikvætt áreiti af ásettu ráði af höndum eins aðila eða hóps fólks gagnvart öðrum einstaklingi á rafrænu formi. Um er að ræða áreiti sem getur falið í sér valdaójafnvægi og misbeitingu á valdi í gegnum hvers konar upplýsinga- og samskiptatækni. Neteinelti finnst á meðal allra aldurshópa, kynja og hópa fólks. Neteinelti getur farið fram hvar sem er og hvenær sem er og birtingarmyndirnar eru margar.

6.4 FYRIRBYGGJANDI AÐGERÐIR

Starfsfólk, sjálfboðaliðar, þátttakendur í félagsstarfi og forsjáraðilar þeirra skulu fræddir um stefnu félags í eineltismálum og aðgerðaáætlun ætti að vera aðgengileg. Ábyrgðaraðilar skulu þekkja verkferla og leitast við að leysa úr ágreiningi og samskiptavanda um leið og hann kemur upp.

Mikilvægt er að þau sem starfa með börnum og ungmennum séu meðvituð um skyldur sínar og ábyrgð, þekki einkenni eineltis og viti hvernig best er að leysa úr slíkum vanda. Æskilegt er að bjóða starfsfólki og sjálfboðaliðum félags reglulega upp á fræðslu um einelti og upprætingu þess.

Ábyrgðaraðilar sem starfa í íþrótt- og æskulýðsstarfi þurfa að vera vakandi fyrir því hvernig þátttakendum í starfinu líður og grípa inn í um leið og samskiptavandi kemur upp. Hvetja þarf þátttakendur til að láta vita ef þau verða fyrir endurtekinni stríðni eða annars sem einkennir einelti, eða ef þau verða vör við slíkt á milli annarra einstaklinga. Einnig þarf að hvetja forsjáraðila til að láta félag sitt vita ef börn og ungmennti segja þeim frá atvikum í starfinu sem benda til þess að um einelti sé að ræða.

6.5 HVERNIG BREGÐAST SKAL VIÐ TILKYNNINGUM ER VARÐA SAMSKIPTAVANDA EÐA EINELTI

Ábyrgðaraðili sem verður var við samskiptavanda eða ágreining skal reyna að leysa úr honum eins fljótt og unnt er. **Það er hægt að gera meðal annars með því að:**

- ◆ Ræða við málsaðila, gefa öllum færi á að segja sína hlið málsins og leysa misskilning.
- ◆ Finna rót vandans og útkljá mál með samtali.
- ◆ Eiga almennt samtal um hegðun og framkomu við hópinn sem um ræðir.
- ◆ Fá fræðslu um æskileg samskipti fyrir hópinn sem um ræðir.
- ◆ Vinna markvisst að betri samskiptum og bættari menningu innan hóps.
- ◆ Ábyrgðaraðilar geta haft samband við samskiptaráðgjafa sem leiðbeinir í slíkum málum.

EINELTI

Öllum er heimilt að tilkynna um einelti beint til samskiptaráðgjafa og eru allar tilkynningar teknar alvarlega.

1

Þegar stjórn félags eða öðrum sambærilegum aðila berst tilkynning um einelti innan félagsins sem ekki hefur tekist að leysa þrátt fyrir tilraunir til þess, skal senda tilkynningu til samskiptaráðgjafa ípróttu- og æskulýðsstarfs.

2

Þátttakendur og forsjáraðilar þeirra geta líka tilkynnt eineltismál beint til samskiptaráðgjafa.

3

Gott er að styðjast við tilkynningaform vegna eineltis. **Sjá kafla 19. Fylgiskjöl.** Þegar máli er vísað til samskiptaráðgjafa til að nauðsynlegar upplýsingar berist.

4

Samskiptaráðgjafi tekur við málinu og hefur könnun með því að afla upplýsinga frá þeim málsaðilum sem þurfa þykir. Upplýsingaöflun skal ekki ganga lengra en nauðsynlegt er til þess að meta umfang vandans.

5

Ef um börn er að ræða skulu forsjáraðilar þeirra upplýstir um tilkynninguna.

6

Samskiptaráðgjafi upplýsir félag og málsaðila um niðurstöður könnunar og leiðbeinir varðandi mögulegar lausnir. Viðbrögð eru ákveðin út frá fyrirliggjandi upplýsingum og í eins miklu samráði við málsaðila og hægt er.

7

Ábyrgðaraðilar sem hafa unnið með málsaðilum, fylgjast með þeim og eru vakandi fyrir því hvort eineltið taki sig upp aftur. Ef svo er verður brugðist við.

8

Samskiptaráðgjafi fylgist með gangi mála í þann tíma sem þurfa þykir frá því að úr því var leyst og kannar stöðuna á því tímabili og bregst aftur við ef þörf er á.

9

Veita upplýsingar til allra málsaðila þegar máli er lokað.

VIÐ VINNSLU EINELTISMÁLA ÞARF AÐ HAFA EFTIRFARANDI Í HUGA:

- ◆>> Tryggja þarf öryggi þolanda.
- ◆>> Stjórnendur félags skulu, að höfðu samráði við samskiptaráðgjafa, grípa til nauðsynlegra ráðstafana varðandi iðkunar- eða vinnutilhögun meints þolanda og meints geranda. Reyna skal að ná sáttum um vinnutilhögun á meðan málið er í rannsókn.
- ◆>> Leggja skal áherslu á jákvæð samskipti og að virðing sé borin fyrir öllum aðilum máls.
- ◆>> Allir aðilar máls þurfa að fá stuðning og aðstoð við að vinna úr sínum málum, þá bæði sá sem kvartar og sá sem kvartað er yfir.
- ◆>> Einnig gæti þurft að vinna almennt með menningu og samskipti innan hópsins í heild.
- ◆>> Leggja skal áherslu á gott samstarf við forsjáraðila og halda þeim upplýstum um það hvernig verið sé að vinna í málinu.
- ◆>> Mikilvægt er að kanna hvort vandinn sé bundin við íþróttar-/æskulýðsstarf eða hvort verið er að vinna að vandanum á öðrum vettvangi eins og í skóla.

A horizontal band of vibrant, textured watercolor colors spanning the width of the page. The colors transition from red on the left, through orange, yellow, green, blue, and finally purple on the right. The texture is soft and painterly, with visible brushstrokes and color blending.

7 AÐ VERA HINSEGIN Í FÉLAGSSTARFI

AÐ VERA HINSEGIN Í FÉLAGSSTARFI

Hinsegin fólk í íþróttta- og æskulýðsfélögum

Þátttakendur í íþróttta og æskulýðsstarfi eru allskonar og geta komið út sem hinsegin á öllum aldri. Þeir geta einnig átt hinsegin fjölskyldur og vini. Það skiptir máli að allir upplifi öryggi og vellíðan og séu lausir undan fordómum í félagsstarfi sínu. Íþróttta- og æskulýðsfélög þurfa að vera vel í stakk búin til að styðja við fjölbreyttan hóp þátttakenda sem eru oft á því aldursskeiði að vera að uppgötva kynhneigð sína. Besta leiðin til að gera það er að skapa og rækta opna og umburðarlynda menningu innan félagsins, þar sem hinsegin félagar finna að þeir eru hluti af hópnum og verða ekki fyrir áreiti. Þá þarf einnig að beina sjónum að þátttakendum sem eru ekki hinsegin og hvernig þeir tala og haga sér. Með því að vinna að hinseginvænni íþróttta- og æskulýðsfélögum er unnið gegn staðalímyndum sem geta þrengt að fleirum en einungis hinsegin fólki.

Hinseginvæn félög eru góð fyrir alla.

7.1 ÝMIS HUGTÖK

HINSEGIN er regnhlífarhugtak yfir þá sem falla út fyrir það sem telst normið eða algengt hvað varðar kynhneigð, kyntjáningu, kyneinkenni og/eða kynvitund, t.d. hommar, lesbíur, trans fólk, intersex fólk o.fl.

HVAÐ ER KYNHNEIGÐ?

Kynhneigð segir til um það hverjum fólk verður skotið í, ástfangið af og/eða laðast að. Kynhneigð er allskonar, getur breyst með tímanum og er mismunandi hjá hverjum og einum. Fólk getur laðast að einhverjum af öðru kyni, af sama kyni, að tveimur eða fleiri kynjum en fyrir öðrum skiptir kyn ekki máli þegar kemur að aðlöðun.



Sumum hentar að skilgreina kynhneigð sína en öðrum ekki.



Gagnkynhneigð:

að laðast að fólki af öðru kyni



Samkynhneigð:

að laðast að fólki af sama kyni (hommar/lesbíur)



Tvíkynhneigð:

að laðast að fólki af fleiri en einu kyni



Pankynhneigð:

að laðast að fólki óháð kyni



Eikynhneigð:

að laðast lítið eða ekkert að öðru fólki



BDSM-hneigð:

að laðast að fólki sem deilir löngunum um samþykki og meðvituð valdaskipti.

HVAÐ ER KYNVITUND?

Kynvitund segir til um hvernig við viljum lifa og vera í okkar kyni. Kynvitund hefur ekkert með kynfæri, líffræði eða útlit að gera, heldur með upplifun okkar af eigin kyni. Sumt fólk er með kynvitund í samræmi við það kyn sem það fékk úthlutað við fæðingu (þ.e. það kyn sem gert er ráð fyrir út frá kynfærum) og kallast það að vera sískynja.

Aðrir eru með kynvitund sem samræmist ekki því kyni sem það fékk úthlutað við fæðingu og kallast það að vera trans.



Sískynja:

manneskja sem er sátt við það kyn sem hún fékk úthlutað við fæðingu



Trans kona:

er kona sem var úthlutað karlkyni við fæðingu



Trans karl:

er karl sem var úthlutað kvenkyni við fæðingu



Kynsegin:

manneskja sem tengir hvorki við að vera karl eða kona, er blanda af hvoru tveggja eða flakkar á milli



Kynleiðrétting:

læknisfræðilegt ferli sem sumt trans fólk fer í, t.d. aðgerðir, taka inn hormón o.s.frv.

HVAÐ ERU KYNEINKENNI?

Kyneinkenni segja til um hvernig líkaminn okkar starfar og hefur því eingöngu með líffræði að gera. Kyneinkenni ná t.d. yfir hormónastarfsemi líkamans, litninga og ytri og innri kynfæri.

Intersex:

Sumir einstaklingar fæðast með kyneinkenni sem falla ekki að ríkjandi hugmyndum um karl- og kvenlíkama og kallast það að vera intersex. Til eru margar útgáfur af því að vera intersex. Hjá sumum sést það strax við fæðingu, hjá öðrum við kynþroska, öðrum mun seinna og hjá sumum kemur það aldrei í ljós.

Markkynja:

að fæðast með dæmigerð kyneinkenni sem falla að stöðluðum hugmyndum um hvernig líkamar kvenna og karla líta út eða starfa
Intersex: að fæðast með ódæmigerð kyneinkenni sem stangast á við staðlaðar hugmyndir um hvernig líkamar kvenna og karla líta út eða starfa

HVAÐ ER KYNTJÁNING?

Kyntjáning segir til um hvernig við tjáum kyn okkar út á við, svo sem hvernig við klæðum okkur, berum okkur, tölum, klippum hárið okkar og hvernig almennt fas okkar er. Frá blautu barnsbeini er okkur kennt hvernig fólk eigi að vera út frá kyni og er það iðulega tengt við staðalmyndir kynjanna.

Karllæg kyntjáning:

er í samræmi við ríkjandi hugmyndir um hvernig karlar eiga að tjá kyn sitt

Kvenlæg kyntjáning:

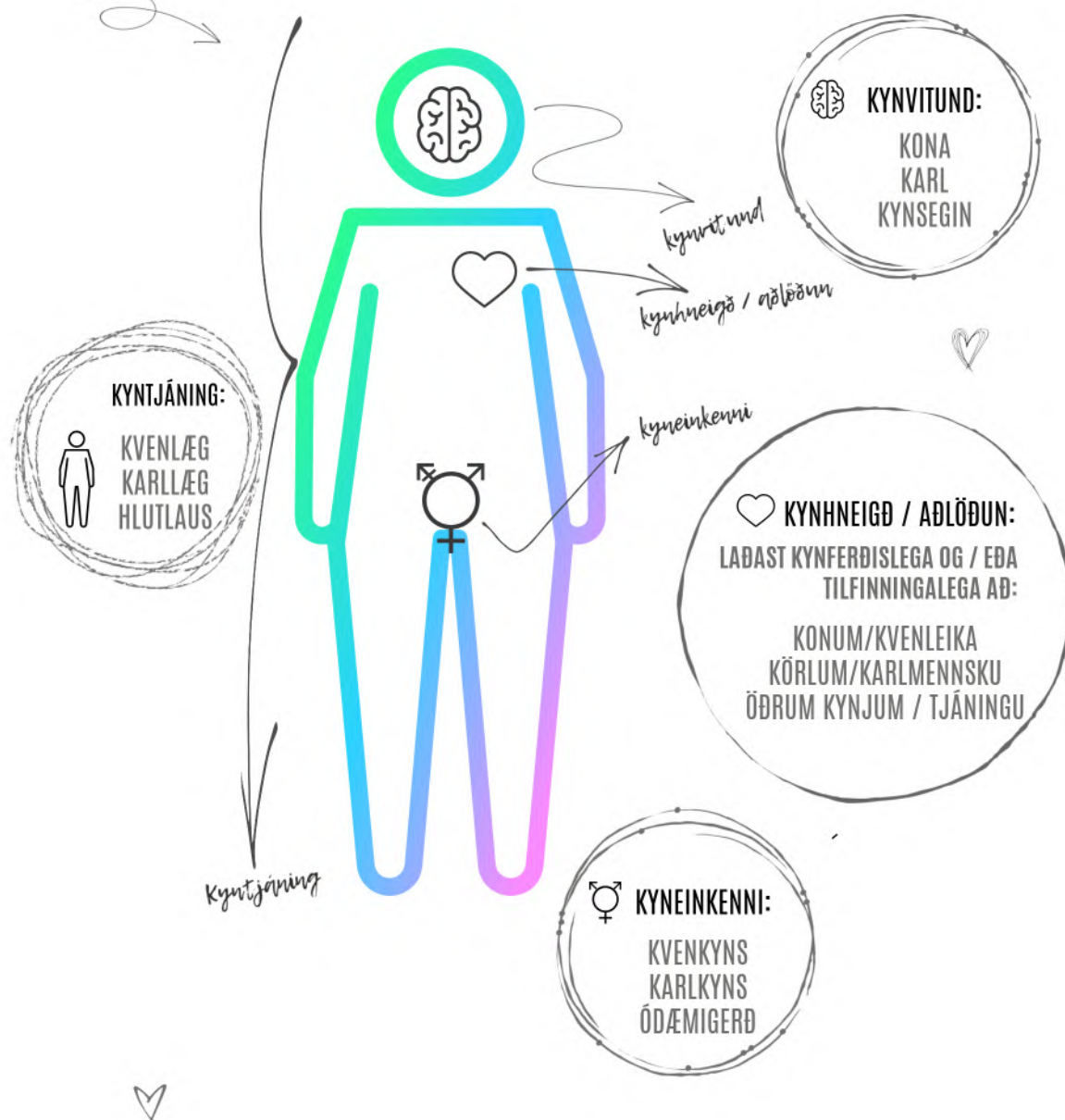
er í samræmi við ríkjandi hugmyndir um hvernig konur eiga að tjá kyn sitt

Óræð eða ódæmigerð kyntjáning:

er á einhvern hátt á skjön við ríkjandi hugmyndir um hvernig fólk eigi að tjá sig út frá kyni

7.2 KYNJAKAKAN ÞÍN

Kynjakakan þín:



HINSEGIN FJÖLSKYLDUR

Mikilvægt er að fagna ólíkum fjölskylduformum, ræða þau og gera sýnileg þannig að þátttakendur sem eiga t.d. hinsegin foreldra sjái að þeirra fjölskyldur séu jafngildar og fjölskyldur annarra. Það þarf að huga að því hvernig fjölskyldur eru ávarpaðar, hverjum er gert ráð fyrir á eyðublöðum, hvernig þeim er boðið að taka þátt í starfinu, hvernig talað er um fjölskyldur o.s.frv. Mikilvægt er að það sé skýrt að hinsegin fjölskyldur séu velkomnar. Einnig getur vel verið að ábyrgðaraðilar, þjálfarar og leiðbeinendur eigi börn, foreldra, systkini eða aðra fjölskyldumeðlimi sem eru hinsegin og er því mikilvægt að tryggja hinseginvæna orðræðu. Gott er að nota kennsluefni og annað sem sýnir fjölbreyttar fjölskyldur.



GAGNLEGIR TENGLAR

Samtökin '78

Félag hinsegin fólks á Íslandi sem býður upp á ráðgjöf, fræðslu og stuðningshópa fyrir allt litróf fólks og aðstandendur þess.

samtokin78.is

Hinsegin frá Ö-A

Upplýsingavefur um hinsegin hugtök og málefni.

oila.is

Trans Ísland

Hagsmunafélag trans fólks á Íslandi Trans Ísland

transisland.is

Trans börn og íþróttir

Bæklingur gefinn út af Íþróttta- og Ólympíusambandi Íslands (2020)

[Bæklingur um trans börn \(PDF\)](#)

Trans börn og skólar

Upplýsingavefur Reykjavíkurborgar með hugtökum, gátlistum og fræðsluefni. Á vefnum er að finna stuðningsáætlun fyrir trans börn sem væri hægt að útfæra fyrir íþróttafélög.

[Trans börn og skólar \(hlekkur\)](#)

TRANS FÓLK Í ÍPRÓTTUM OG ÆSKULÝÐSSTARFI

7.3

TRANSGENDER er yfirgrípsmikið regnhlífarhugtak sem nær yfir fjöldann allan af hópum sem eiga það sameiginlegt að kynvitund þeirra, kyntjáning eða upplifun er á skjön við það kyn sem þeim var úthlutað við fæðingu. Þar undir falla meðal annars flokkar á borð við trans konur, trans karla, kynsegin fólk o.fl. og er listinn alls ekki tæmandi. Á síðustu árum hafa fleiri börn, á öllum aldri, verið að stíga fram sem trans. Það er mikilvægt að huga vel að aðgengi þessa hóps að íþrótt- og æskulýðsstarfi, taka vel á móti þeim og huga vel að sérstöðu þeirra. Mikilvægt er að gera sér grein fyrir því að upplifun einstaklinga er mismunandi og er engin algild skilgreining eða upplifun rétt eða röng. Ekki leitar allt trans fólk eftir heilbrigðisþjónustu og það trans fólk sem gerir það, fer mismunandi leiðir og undirgengst ekki endilega undir kynfæraaðgerð þrátt fyrir að undirgangast hormónameðferð.

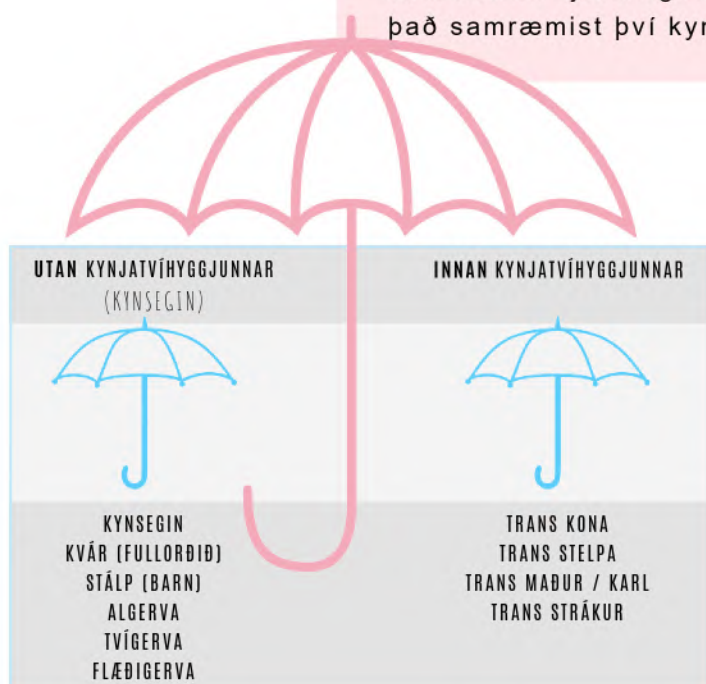


**ÞAÐ AÐ VERA
TRANS ER EKKI
EITTHVAÐ SEM ÞÚ
VERÐUR -
ÞAÐ ER EITTHVAÐ
SEM ÞÚ ERT**



SAMÞYKKI OG VIÐURKENNING TRANSBARNA

Mikilvægt er fyrir líðan og þroska barna að þau séu virt og viðurkennd eins og þau eru og í samræmi við kynvitund þeirra. Trans börn sem eru viðurkennd eins og þau eru og fá stuðning í samræmi við kynvitund sína hafa betri sjálfsmýnd og líður betur andlega en trans börnum sem ekki eru viðurkennd eins og þau eru eða upplifa sig. Með þetta í huga ætti alltaf að nota það fornafn sem börnin kjósa og hafa valið sér og breyta eftirnafni þannig að það samræmist því kyni.



Þegar kynvitund (upplifun af kyni) einstaklings er á skjön við það kyn sem honum var úthlutað við fæðingu er einstaklingurinn trans. Sumt transfólk er innan kynjativíhyggjunnar og er þá karl eða kona, sumt transfólk upplifir sig utan þess og er þá kynsegin. Sumt transfólk notar fornöfnin hún eða hann, sumt notar kynhlutlaus fornöfn á borð við hán, hín, hēð, það o.fl.

HAFA Í HUGA:



Eitt af því mikilvægasta er rétt orðanotkun, en talað er um trans fólk, trans konur, trans karla og kynleiðréttingu. Trans konur eru einstaklingar sem var úthlutað karlkyni við fæðingu en eru konur og trans karlar einstaklingar sem var úthlutað kvenkyni við fæðingu en eru karlar.



Það er mikilvægt að tala um trans fólk samkvæmt kynvitund þess og nota þau fornöfn sem það notar, burtséð frá því hvernig einstaklingur lítur út eða hvaða persónulegu skoðun þú hefur. Sumt trans fólk kys einnig að nota kynlaus fornöfn á borð við „hán“. Ef það er óljóst hvaða fornafn skal nota skaltu endilega spyrja viðkomandi hvaða fornafn þau vilja nota.



Það er mikilvægt að börn upplifi að umhverfið samþykki þau eins og þau eru og þau fái viðurkenningu í samræmi við kynvitund sína.



Börn ættu einnig að vera kynnt fyrir nýjum félögum og ábyrgðaraðilum samkvæmt kynvitund þeirra og með því fornafni sem þau hafa kosið sér. Sem dæmi á að kynna trans stelpu einfaldlega sem stelpu.



Mikilvægt er fyrir ábyrgðaraðila og aðra að vera með réttar og uppfærðar upplýsingar um stöðu barnsins.



Gæta þarf að því á öllum stigum að halda trúnaði við barnið og gæta að friðhelgi þess. **Hér er gott að spyrja sig:**

Hvernig veit barn að þú sért styðjandi og fordómalaus?

Ef barn er hinsegin og leitar til þín eftir ráðgjöf og stuðningi er mikilvægt að halda samtalinu opnu, en leita ráða ef þörf er á og kynna sér þann stuðning sem er í boði, bæði fyrir þig og barnið.



Mikilvægt er að styðja við fjölbreyttar kynhneigðir barna og veita þeim tækifæri til að tjá sig um hana. Gott er að grípa tækifærið til að fræða þegar umræður skapast um ástir, kynhneigðir og sambönd.



Ábyrgðaraðili gæti þurft að athuga eftirfarandi aðstæður til að tryggja öryggi og velferð barnsins:

- **Meðhöndlun á kennitölu (nafn og kyn í þjóðskrá og persónuverndarlög)**
- **Kynjuð rými á borð við búningsklefa (ef farið er í sturtu)**
- **Gistiaðstaða í keppnisferð (ef börnum líður illa við tilhugsunina að vera með öðrum í herbergi)**



Finna þarf hagnýtar lausnir sem einangra ekki eða afhjúpa börnin og valda þeim vanlíðan. Dæmi um hagnýta lausn gæti verið að nýta dómaraherbergi sem aukaklefa eða einkarými til fataskipta ef þess er þörf. Upplýsa gæti þurft húsverði um þá einstaklinga sem hafa heimild til að nota einkarými. Barn ætti ekki að þurfa að upplýsa um ástæður þess. Í mörgum íþróttagreinum er ekki nauðsynlegt að hafa fataskipti og í þeim tilvikum væri möguleiki á að bjóða börnum upp á að mæta í íþróttafötum á æfingar.



Varðandi upplýsingakerfi sem notuð eru í íþrótt- og æskulýðsstarfi. Sum börn hafa breytt nafni sínu og kynskráningu í þjóðskrá í samræmi við það nafn sem þau vilja nota. Fyrir þau börn sem ekki hafa gert það er mikilvægt að breyta í því upplýsingakerfi sem notað er í daglegu starfi íþróttafélags. Einnig þarf að athuga að rétt nafn birtist á þátttakendalistum, leikskýrslum eða keppnisgögnum. Tafir á leiðréttingu gagna geta leitt til óþægilegrar reynslu fyrir barnið.



Kynjaskipting er algeng í samfélaginu, ekki síst í íþróttum, og eiga börn rétt á því að velja hvorum hópnum þau tilheyra og taka þátt í æfingum og leikjum út frá því kyni sem þau kenna sig við.

ÓKYNGREINT RÝMI er svæði sem er ýmist merkt fyrir öll kyn eða ekki merkt ákveðnu kyni og þar með hugsað fyrir öll kyn.

SÉRKLEFAR eru klefar í sundlaugum og víðar sem þjóna m.a. sumu fötluðu fólki og sumu trans fólki. Sérklefi veitir aukið aðgengi og næði þeim sem þurfa. Engum er skylt að nota sérklefa.

UPPLÝSINGAR FYRIR VINI/FÉLAGA OG AÐSTANDENDUR

Hafa þarf í huga að alls ekki öll börn eru tilbúin að upplýsa féлага sína um að þau séu trans, enda ber þeim engin skylda til þess, og gætu enn verið að máta sig í nýju kyni. Ef það kemur að því að upplýsa féлага í félagsstarfi og forsjáraðila þeirra um kynvitund barnsins þarf fyrst og fremst að taka mið af þörfum og aðstæðum barnsins sjálfs. Mikilvægt er að hitta barnið og aðstandendur þess til að taka sameiginlega ákvörðun um:



Hverja ber að upplýsa?



Hvað á að upplýsa um?



Hvenær og hvernig á að upplýsa?

Viðmót þess sem upplýsir féлага og forsjáraðila þeirra getur sett tóninn fyrir það hvernig málin þróast og hvernig mun ganga. Mikilvægt er að nálgast málin á jákvæðan hátt og án þess að gera þetta að stærra máli en það þarf að vera.

8

FJÖLMENNING OG INNGILDING Í FÉLAGSSTARFI

FJÖLMENNING OG INNGILDING Í FÉLAGSSTARFI

Samfélög nútímans eru í stöðugri þróun og eru sífellt að verða fjölbreyttari, meðal annars með tilliti til uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar, trúar- og lífsskoðana eða annarra persónueinkenna.

Með fjölmennningar samfélagi er átt við samfélag fólks af ólíku þjóðerni og af ólíkum menningar- og trúarlegum uppruna, samfélag fólks sem býr yfir ólíkri reynslu, getu og hæfni, ber virðingu hvert fyrir öðru og hefur samskipti sín á milli.

Öll eigum við rétt á því að taka þátt í íþrótt- og æskulýðsstarfi án þess að vera mismunað vegna uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar, trúar- og lífsskoðana eða annarra persónueinkenna. Öll eigum við sama rétt á því að taka þátt og upplifa öryggi, viðurkenningu, virðingu og hlutdeild. Það er ábyrgð starfsfólks og sjálfboðaliða að stuðla að inngildingu í starfinu með því að virkja allt fólk til þátttöku og gera fjölbreyttum hópi fólks kleift að njóta sín í félagsstarfi og taka þátt í ákvarðanatöku.

Það er mikilvægt að öll félagasamtök séu með stefnu um inngildingu og fjölbreytileika. Einnig ættu þau að búa yfir verkferlum þar sem farið er yfir hvernig bregðast skal við, komi upp atvik eða áföll sem fela í sér kynþáttaníð, útlendingaandúð eða annars konar fordóma og mismunun á grundvelli uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar, trúar- og lífsskoðana eða annarra persónueinkenna.

MISMUNUN Í ÍPRÓTTA- OG ÆSKULÝÐSSTARFI

Mismunun á grundvelli uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar, trúar- og lífsskoðana eða annarra persónueinkenna í íþrótt- og æskulýðsstarfi birtist meðal annars þegar einstaklingi eða hópi er:

- ◆» Meinuð þátttaka í félagsstarfi, íþrótt og/eða keppni, þar á meðal í dómgæslu, þjálfun og/eða framkvæmd viðburðar og/eða móts.
- ◆» Ekki valinn í lið, ábyrgðarstöðu eða mikilvæg hlutverk, eða neitað um starf sem var sótt um á grundvelli uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar eða trúar og lífsskoðunar.
- ◆» Neitað um aðgengi að æfingaaðstöðu eða aðstöðu félags sem á að vera opin öllum
- ◆» Neitað um þjónustu eða aðstoð, eins og til dæmis fyrstu hjálp, sjúkraþjálfun, eða annarra fagaðila sem allir eiga að hafa aðgang að.
- ◆» Neitað um stöðuhækkun eða launakjör sem aðrir fá.
- ◆» Hunsaður, niðurlægður eða beittur öðru niði.



Fordómar og kynþáttanið í íþrótt- og æskulýðsstarfi birtast í hegðun og/eða framkomu sem felur í sér að hæðast að, smána, rógbera og/eða ógna einstaklingi eða hópi fólks með ummælum, myndefni eða annars konar tjáningu - Mismunun á grundvelli uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar, trúar- og lífsskoðana eða annarra persónueinkenna.



FORDÓMAR OG RASISMI Í ÍPRÓTTA- OG ÆSKULÝÐSSTARFI

Fordómar og kynþáttaníð í íþróttá- og æskulýðsstarfi birtast í hegðun og/eða framkomu sem felur í sér að hæðast að, smána, rógbera og/eða ógna einstaklingi eða hópi fólks með ummælum, myndefni eða annars konar tjáningu.

En einnig sem ofbeldi eða hótunum um eða hvatning til ofbeldis, eða annað sem kann að vekja hjá fólki ótta, vegna uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar, trúar- og lífsskoðana eða annarra persónueinkenna.

Slík hegðun eða framkoma birtist meðal annars með eftirfarandi hætti:

- ◆ Starfsfólk, leiðbeinendur, sjálfboðaliðar, þjálfarar, leikmenn, áhorfendur, þátttakendur og/eða forsjáraðilar þeirra hæðast að og/eða níðast á öðru fólki í starfinu vegna uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar, og/eða trúar- og lífsskoðana þess og hvetja jafnvel aðra til þess að taka undir.
- ◆ Starfsfólk, leiðbeinendur, sjálfboðaliðar, þjálfarar, leikmenn, þátttakendur og/eða forsjáraðilar þeirra láta niðrandi orð falla um uppruna, þjóðerni, húðlit, menningarbakgrunn eða trúar- og lífsskoðanir annarra í starfinu.
- ◆ Áhorfandi eða hópur áhorfenda æpa ummæli sem hvetja til ofbeldis gegn ákveðnum leikmanni/leikmönnum vegna uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar og/eða trúar- og lífsskoðana hans.
- ◆ Einstaklingur eða hópur fólks er beittur líkamlegu ofbeldi eða hótum slíku vegna uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar, trúar- og lífsskoðana eða annarra persónueinkenna.

8.1 VIÐBRÖGÐ VIÐ FORDÓMUM, RASISMA OG MISMUNUN Í ÍPRÓTTA-OG ÆSKULÝÐSSTARFI

Íþróttá- og æskulýðsfélög skulu vera opin og aðgengileg til þess að fordómar, kynþáttaníð og mismunun þrífist ekki í starfinu. Það þarf að vera auðvelt að tilkynna atvik eða áföll sem fela í sér fordóma, kynþáttaníð og/eða mismunun á grundvelli uppruna, þjóðernis, húðlitar, menningar og/eða trúar- og lífsskoðana.

Til þess að hægt sé að stuðla að því að viðbrögð við slíkum atvikum og/eða áföllum séu með viðeigandi hætti er mikilvægt að félögin hafi viðbragðsáætlun með verkferlum sem fara ber eftir þegar upp koma slík atvik eða áföll.

Viðbrögð félags skulu, eins og kostur er, mótað af vilja til að aðstoða þann sem brýtur af sér við að bæta sig og til áframhaldandi þátttöku í starfi með félaginu.

Ef þú verður vitni að fordómum, kynþáttaníði eða mismunun í starfinu, láttu vita!

8.2 DÆMI UM FYRSTU VIÐBRÖGÐ:

- ◆>> Allar tilkynningar skal taka alvarlega og bregðast skal við þeim öllum.
- ◆>> Öllum ábendingum skal koma til stjórnanda félags sem ber ábyrgð á að málið fái viðeigandi úrlausn.
- ◆>> Grípa skal til þeirra aðgerða sem þörf er á hverju sinni.
- ◆>> Í öllum tilvikum skal ræða við þá sem eiga í hlut.
- ◆>> Skrá skal atvikið eða áfallið sem kemur upp í starfinu.
- ◆>> Aðstoða skal þolanda með að sækja sér viðeigandi aðstoð.
- ◆>> Ef um hatursorðræðu eða hatursglæp að ræða skal hvetja þolanda til þess að kæra málið til lögreglu með stuðningi félagsins.
- ◆>> Ávallt skal fylgja atvikum eða áföllum með fræðslu fyrir hópinn sem atvikið eða áfallið snertir. Slík fræðsla skal fjalla um menningarnæmi, fjölmenningu, mannréttindi, fordóma og kynþáttahatur.

VIÐBRÖGÐ SEM SNÚA AÐ BÖRNUM OG UNGMENNUM:

1

Ef um börn eða ungmenni er að ræða skal taka viðkomandi úr aðstæðunum. Ræða skal við forsjáraðila um málavexti og þeim falið að grípa inn í og ræða málið við barnið eða ungmennið.

2

Ef um ítrekuð- eða alvarleg brot barna og ungmenna er að ræða skal vísa viðkomandi af fundi, æfingu eða viðburði og skal viðkomandi fá skriflega áminningu og forsjáraðilar upplýstir. Æskilegt er að bjóða þeim sem brýtur af sér upp á stuðning og fræðslu til þess að stuðla að breyttu hugarfari og hegðun.

3

Láti viðkomandi ekki af umræddri hegðun skal honum vísað skriflega tímabundið úr starfi og skulu forsjáraðilar upplýstir um þá ákvörðun. Ábyrgðaraðili tekur slíka ákvörðun þó aðeins í samráði við stjórn félags og jafnvel í samráði við fagaðila, þegar aðrar leiðir eru fullreyndar.

4

Veita skal aðilum máls tækifæri til þess að leysa málið með aðstoð fullorðinna sé það þess eðlis. Í alvarlegri tilfellum getur aðstoð fagaðila verið nauðsynleg.

5

Ákveða skal frekari viðbrögð í samráði við þolanda en gott getur verið að fylgja atvikinu eftir með upplýsingum um hvað hafi gerst og hvernig brugðist var við til hópsins og forsjáraðila og bjóða svo upp á fræðslu.

VIÐBRÖGÐ SEM SNÚA AÐ FULLORÐNUM:

1

Ef um fullorðna einstaklinga er að ræða skal vísa viðkomandi af fundi, æfingu eða viðburði og skal aðilinn hljóta skriflega áminningu.

2

Ef um ítrekuð eða alvarleg brot fullorðinna er að ræða skal viðkomandi vísað skriflega úr starfinu, að minnsta kosti tímabundið, á meðan hann vinnur í sínum málum. Slík ákvörðun skal tekin af stjórn félags, jafnvel í samráði við fagaðila. Aðstoða skal viðkomandi við að fá viðeigandi aðstoð.

3

Sé um fullorðna keppendur, þjálfara eða áhorfendur að ræða skal þeim vísað af fundi, æfingu eða viðburði og skal aðilinn hljóta skriflega áminningu. Þar að auki skal grípa til viðeigandi aðgerða, eins og til dæmis tímabundins leikbanns. Hvetja skal þann sem brýtur af sér til þess að sækja sér viðeigandi aðstoð og bæta ráð sitt.

4

Sé um starfsfólk, sjálfboðaliða eða aðra ábyrgðaraðila að ræða skal þeim vísað af þeim viðburði sem brotið á sér stað á og skal aðilinn hljóta skriflega áminningu. Þar að auki skal grípa til viðeigandi aðgerða, eins og til dæmis þátttökubanns. Hvetja skal þann sem brýtur af sér til þess að sækja sér viðeigandi aðstoð og bæta ráð sitt.

8.3 NOKKRAR MIKILVÆGAR SKILGREININGAR

FORDÓMAR GAGNVART JAÐARSETTUM EINSTAKLINGUM OG HÓPUM

Fordómar hafa verið skilgreindir sem „dómur sem er felldur um einstaklinga eða hópa fólks án þess að einstaklingur hafi kynnt sér réttmæti og rök máls af sanngirni og því hafa þeir sem hafa fordóma ekki góðar ástæður fyrir skoðunum sem felast í dómnum“ og „staðhæfing eða skoðun sem við trúum og látum hugsun okkar stjórnast af án þess nokkurn tíma að draga þessa staðhæfingu eða skoðun í efa eða gagnrýna hana.“

ÚTLENDINGAANDÚÐ

Útlendingaandúð er hugtak sem notað er til þess að lýsa fordómum og hatri gagnvart útlendingum, meðal annars innflytjendum og flóttafólki. Undirstaða útlendingaandúðar er neikvæðar staðalímyndir um útlendinga, sem oft eru skilgreindir sem „hinir“ til þess að aðskilja þá frá þeim sem eru innfæddir og ýta undir jaðarsetningu þeirra í samfélaginu. Birtingarmyndir útlendingaandúðar eru mismunandi en ein sú algengasta er andúð í garð múslima.

KYNÞÁTTAHATUR / LÍFFRÆÐILEGUR RASISMI

Hin hefðbundna skilgreining á rasisma, eða kynþáttahyggju, felur í sér þá hugmynd að mannkynið skiptist í kynþætti, eða kynstofna, sem áberandi munur sé á. Sá munur á að felast í eðlislægum eiginleikum sem eru álitnir náttúrulegir, eðlislægir og óbreytanlegir og eru notaðir til þess aðgreina einn kynþátt frá öðrum og greina með því á milli hins æðri kynþáttar og þeirra sem eru óæðri og litið er niður á. Einstaklingar eru síðan fyrst og fremst metnir út frá þeim kynþætti sem þeir eiga að tilheyra og þeim einkennum sem rasistar telja þá hafa. Helsta birtingarmynd rasisma eru fordómar og mismunur vegna húðlitar, sem birtast til dæmis sem niðurlægjandi ummæli og uppnefni sem tengjast húðlit. Slík flokkun á mannkyninu í kynþætti er gölluð.

MENNINGARLEGUR RASISMI

Menningarlegur rasismi, eða ný-rasismi, felur í sér að líffræðileg flokkun á fólki er lögð til hliðar og áhersla er lögð á menningarlega og þjóðernislega þætti eins og trú, siði og gildi til þess að draga fram muninn á fólki og upphafja ákveðna menningarhópa og þjóðir á kostnað þeirra sem eru taldir óæðri. Það getur til að mynda átt við um innflytjendur sem hafa aðra menningu en er ríkjandi í því samfélagi sem þeir setjast að í. Þessi munur á fólki er dreginn fram í þeim tilgangi að mismuna þeim sem eru taldir óæðri, jaðarsetja þá og aðskilja þá frá þeim sem taldir eru hafa yfirburði og vilja styrkja stöðu sína og völd. Ein algengasta birtingarmynd menningarlegs rasisma á Vesturlöndum snýr að trúarbrögðum ólíkra þjóðfélagshópa.

9

ANDLEG LÍÐAN

9.1 ANDLEG VANLÍÐAN, SJÁLFSSKAÐI OG SJÁLFSVÍGSHUGSANIR

- HVERNIG SKAL BREGÐAST VIÐ

Ef þátttakandi í félagsstarfi upplýsir ábyrgðaraðila um sálræna vanlíðan sína, sjálfsskaða eða mögulegar sjálfsvígshugsanir skal styðjast við eftirtaldar upplýsingar:

9.2 SÁL RÆN VANLÍÐAN

(kvíði, þunglyndi, annars konar geðrænn vandi - ekki neyðartilvik)

Mikilvægt er að hafa í huga að eðlilegt er að líða illa af og til. Líðan okkar á það til að sveiflast og við eigum góða daga og slæma daga.

Sú staða gæti komið upp að þátttakandi í félagsstarfi segði ábyrgðaraðila frá sálrænni vanlíðan sinni. Dæmi um slíka vanlíðan gæti verið þunglyndi, kvíði, óheilbrigð matarhegðun eða sjálfsmatsvandi en fleira kemur að sjálfsögðu til greina. Einkenni sálrænnar vanlíðunar geta verið ýmis en algengt er að fólk finni fyrir tilfinningum eins og ótta, depurð, sorg og kvíða. Einnig gæti viðkomandi fundið fyrir kvíða yfir því að gera hversdagslega hluti, truflun á matar- og/eða svefnvenjum, einbeitingarskortir, framtaksleysi og sjálfsásökun eða forðast félagslegar aðstæður og að taka þátt í verkefnum og atburðum.

Ef einhver í félagsstarfi upplýsir ábyrgðaraðila um vanlíðan sína sem er farin að vera viðvarandi og kemur í veg fyrir að viðkomandi sinni vinnu, skóla eða því sem þeim finnst skemmtilegt að gera er mögulega vandi til staðar. Þá gæti verið gott að leita til fagaðila sem gæti hjálpað til við að meta hversu alvarlegur vandinn er og hvernig er best að taka á honum.

BÖRN OG FULLORÐNIR MEÐ SÁL RÆNA VANLÍÐAN:

- » Ef um barn er að ræða skal ávallt upplýsa forsjáraðila um stöðuna.
- » Ef viðkomandi er þegar í þjónustu fagaðila ætti að hvetja viðkomandi eða forsjáraðila til að hafa samband þangað.
- » Annars er hægt að leita til heilsugæslu og lækni getur vísað málinu áfram ef metin er þörf á því.
- » Einnig er hægt að leita til fagaðila á einkareknum stofum og komast í þjónustu hjá sálfræðingum, félagsráðgjöfum, fjölskyldufræðingum, geðlæknum og öðrum stéttum sem sinna geðheilbrigðisþjónustu.

9.3 SJÁLFSKAÐI (ekki neyðartilvik)

Það kemur fyrir að fólki sem líður illa beiti sjálfsskaða í tilraun til þess að takast á við líðan sína. Dæmi um sjálfsskaða gæti verið að slá sig eða kýla, skera eða brenna, en allt sem veldur sársauka eða skaða getur komið til greina. Þegar fólk skaðar sjálft sig er það merki um slæma líðan. Fáir ábyrgðaraðili vitneskju um að þátttakandi sé að skaða sjálfan sig þarf að ræða það við viðkomandi og láta vita af úrræðum sem standa til boða.

BÖRN sem hafa beitt sjálfsskaða (einstaklingar undir 18 ára aldri)



FULLORÐNIR sem hafa beitt sjálfsskaða

(einstaklingar yfir 18 ára aldri)

1

Ef fullorðið fólk beitir sjálfsskaða í félagsstarfi sínu þarf fyrst og fremst að gæta að öryggi viðkomandi með því að fjarlægja skaðlega hluti úr umhverfi þess og hlúa að sárum ef þau eru til staðar.

2

Bjóða skal viðkomandi stuðning með því að hafa samband við nánustu aðstandendur eða aðra sem þau treysta eða bjóða aðstoð við að hafa uppi á þeim úrræðum sem geta aðstoðað:

Heilsugæslu viðkomandi eða bráðapjónustu geðþjónustu Landspítala (s. 534-4050).

Einnig má benda á sjálfstæð úrræði eins og 1717 hjálparsíma eða netspjall (1717.is) Rauða krossins.

9.4 SJÁLFSVÍGSHUGSANIR OG SJÁLFSVÍGSHÆTTA

(meta þarf hvort um neyðartilvik er að ræða)

Sjálfsvígshugsanir geta verið til staðar hjá þeim sem glíma við vanlíðan og eru vonlitlir um að ástandið lagist. Hugsanir sem einkennast af vonleysi eða tilgangssleysi eru áberandi. Dæmi um slíkar hugsanir eru: „Það er ekki til neins að halda áfram að lifa“, „Þetta breytist aldrei“, „Ég hef ekkert að lifa fyrir“. Mikilvægt er að ræða sjálfsvígshugsanir án fordóma og á sem eðlilegastan hátt. Þó að mörgum finnist umræðuefnið óþægilegt er ekki hættulegt að tala um sjálfsvíg eða sjálfsvígshugsanir við einhvern sem á um sárt að binda og eykur ekki líkurnar á því að viðkomandi svipti sig lífi. Þvert á móti gæti sá sem hefur haft sjálfsvígshugsanir fundið fyrir skilningi og stuðningi geti hann rætt líðan sína og hugsanir.

Þegar einstaklingi líður það illa að viðkomandi hugsar um að vilja ekki lifa lengur þarf að bregðast við. Nálgast skal slík mál af yfirvegun og forðast æsing. Þá þarf að koma viðkomandi í samband við fagaðila sem geta metið ástandið betur og veitt viðeigandi aðstoð.

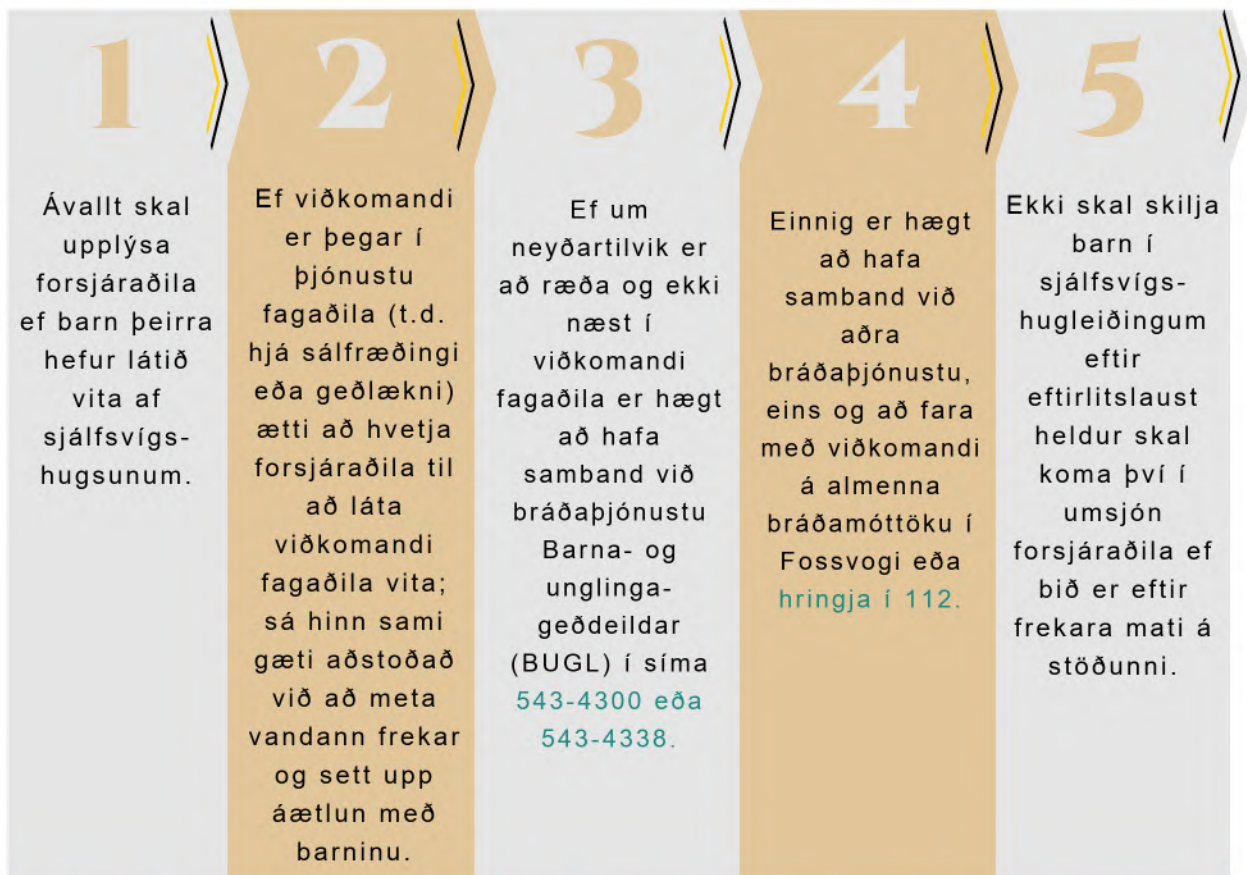
HVENÆR LEITA SKAL AÐSTOÐAR VEGNA SJÁLFSVÍGSHÆTTU

Þegar kemur að öryggi fólks er betra að bregðast við og leita leiðsagnar fagaðila strax heldur en að bíða og sjá til. Ef einstaklingur greinir frá hugsunum á borð við „ég sé ekki tilgang með þessu lengur“, „allir væru betur settir án mín“, „ég vil drepa mig“ skal leita til viðeigandi fagaðila sem geta metið vandann betur og fundið úrræði við hæfi. Ef þú ert í vafa hvort leita skuli frekari aðstoðar skal samt hringja í eitthvert þeirra númera sem eru tilgreind hér að neðan og fá aðstoð við að meta stöðuna.

EF SJÁLFSVÍG Á SÉR STAÐ

Ef sjálfsvíg á sér stað, hvort sem það á sér stað í félagsstarfinu sjálfu eða utan þess, **skal fylgja leiðbeiningum í kafla nr. 12. Andlát.**

BÖRN með sjálfsvígshugsanir (einstaklingar undir 18 ára aldri)



Ef miklar áhyggjur eru af andlegri líðan barns,

sjálfsskaða þess eða sjálfsvígshugsunum gæti verið æskilegt að senda tilkynningu um málið til barnaverndar, sérstaklega ef forsjáraðilar eru ekki að taka á málinu. Vinsamlegast leitið til samskiptaráðgjafa íþrótt- og æskulýðsstarfs eða barnaverndar viðkomandi sveitarfélags fyrir ráðgjöf varðandi slíkt.

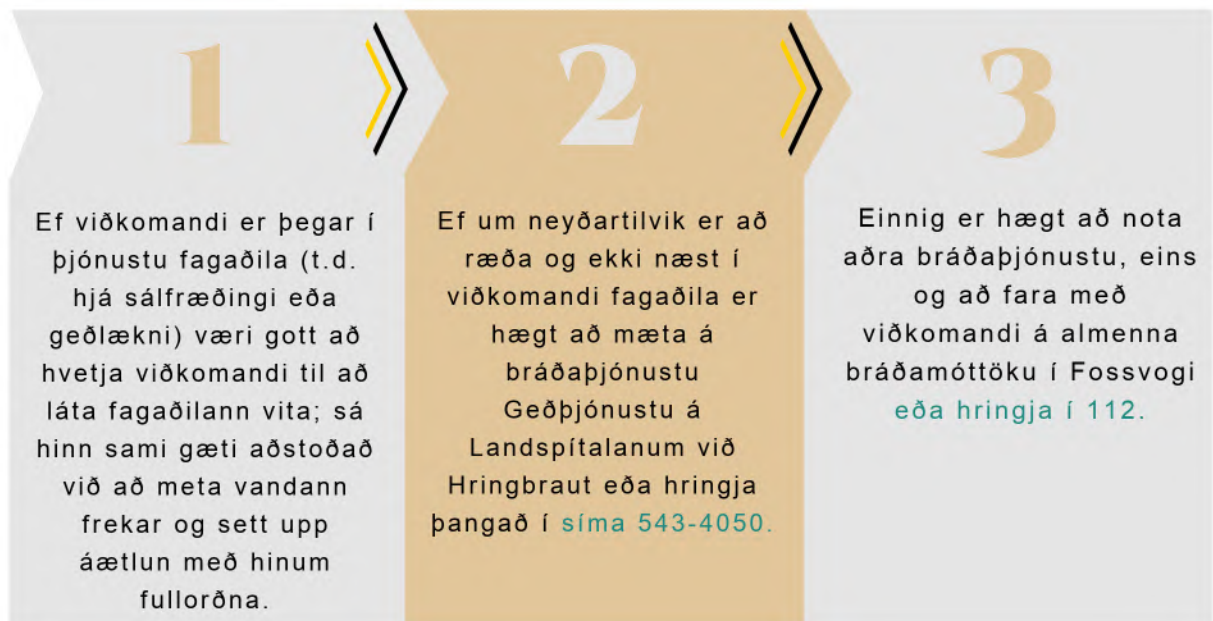
Sjálfstæð úrræði fyrir börn með sjálfsvígshugsanir

Hægt er að upplýsa forsjáraðila um sjálfstæð úrræði í boði, svo sem fagfólk á einkastofum á borð við sálfræðinga, geðlækna og annað heilbrigðismenntað fólk.

Einnig má nefna hjálparsíma Rauða krossins 1717. Þangað geta allir hringt.

FULLORÐNIR með sjálfsvígshugsanir

(einstaklingar yfir 18 ára aldri)



Sjálfstæð úrræði fyrir fullorðna með sjálfsvígshugsanir

Hægt er að upplýsa viðkomandi um sjálfstæð úrræði í boði, svo sem fagfólk á einkastofum á borð við sálfræðinga, geðlækna og annað heilbrigðismenntað fólk. Önnur úrræði utan heilbrigðisþjónustunnar, til dæmis þjónusta Rauða krossins (s. 1717) og Píeta samtökin (552-2218). Píeta samtökin þjónusta einstaklinga yfir 18 ára aldri sem eru í sjálfsvígshugleiðingum en í 1717 hjálparsíma Rauða krossins geta allir hringt.

GAGNLEGIR TENGLAR

Hægt er að nálgast frekari upplýsingar um almenna andlega líðan á Heilsuveru:
heilsuvera.is (líðan)

Einnig er hægt að nálgast upplýsingar um ýmis sjálfstæð úrræði á eftirtöldum heimasíðum:

Hugrún geðræktarfélag:
gedfraedsla.is

Geðhjálp:
gedhjalp.is

Ertu ókei?
ertuokei.is/

10

VEIKINDI
OG SJÚKDÓMAR

10. 1 LANGVINNIR SJÚKDÓMAR

Þegar þátttakendur í skipulögðu starfi félags eru með eða greinast með langvinnan sjúkdóm er mikilvægt að allir ábyrgðaraðilar sem starfa með viðkomandi fái upplýsingar um veikindin. **Sjá kafla 13. Viðbrögð við áföllum utan félagsstarfs.**

10.2 LYF

Ef börn eða ungmenni sem taka þátt í skipulögðu starfi félags þurfa að hafa lyf meðferðis er mikilvægt að félagið/ábyrgðaraðili viti af því. Ef félag verður vart við slíkt sem ekki hefur verið látið vita af skal tafarlaust leita upplýsinga hjá forsjáraðilum.

Það er hagsmunamál að ábyrgðaraðilar sem starfa með barni/ungmenni viti af lyfjatöku til að hægt sé að tryggja góða heilsu viðkomandi meðan þau eru í starfi félags. Ábyrgðaraðilar verða að vita af lyfinu, í hvaða tilgangi það er tekið, hvenær skuli taka lyfið, hver stýrir lyfjatökunni og í hvaða magni skuli taka lyfið.

Félög skulu hafa skipulag á því hvernig lyf eru geymd á meðan börn/ungmenni eru í starfi hjá þeim. Mikilvægt er að aðgengi að lyfinu sé bæði gott og öruggt. En það er líka mikilvægt að fyrirbyggja að lyf týnist eða komist í hendur annarra barna/ungmenna, sérstaklega ef þau eru hættuleg þeim sem ekki þurfa á þeim að halda.

10.3 ASTMI

Astmi er langvinnur bólgusjúkdómur í öndunarvegi sem getur öðru hverju truflað við öndun við mismunandi aðstæður. Sjúkdómurinn stafar af bólguviðbrögðum í slímhimnu öndunarfæranna og þau sem hafa astma geta því verið viðkvæm eða ofurnæm fyrir öllu áreiti í loftvegnum. Einkenni astma geta verið mæði, hávær andardráttur s.s. píp eða surg, hósti, andþrengsli, þyngsli fyrir brjósti og jafnvel andnauð. Þessi einkenni eru ekki endilega öll til staðar samtímis. Þegar einkenni versna tímabundið er talað um að viðkomandi sé með astmakast.

Þegar vitneskja er um astma hjá einstaklingi er mikilvægt að kynna sér einkennin og vita hvernig bregðast á við þeim. Einstaklingar með astma þurfa iðulega að hafa lyf meðferðis, það geta t.d. verið úðabelgir eða annars konar lyf. Mikilvægt er að ábyrgðaraðilar kynni sér hvenær og hvernig skuli nota þessi lyf og að þau sé geymd á vísu stað.

Til að minnka líkur á astmakasti skulu ábyrgðaraðilar leita upplýsinga hjá forsjáraðilum og/eða hjá viðkomandi um hvað geti orsakað astmakast. Meðal algengra astmavaka eru frjókorn, kalt og þurrt loft, reykur, sterkur ilmur og áreynsla.

ASTMAKAST

Ef einstaklingur fær astmakast skaltu hafa eftirfarandi í huga:

- 1 Fylgja ráðum um viðbrögð frá viðkomandi og/eða forsjáraðilum
- 2 Hughreysta viðkomandi
- 3 Hjálpa viðkomandi að setjast í þægilega stellingu
- 4 Aðstoða viðkomandi að taka lyf ef það er viðeigandi
- 5 Hjálpa viðkomandi að ná stjórn á öndun

HRINGIÐ Í 112 OG FYLGID FYRIRMÆLUM ÞEIRRA EF:

- » Viðkomandi virðist vera kominn í andnauð
- » Blámi er orðinn sjáanlegur í andliti og/eða vörum
- » Á nokkrum mínútum hefur ástandið ekki skánað eða lyf ekki gert gagn
- » Viðkomandi missir meðvitund
- » Ábyrgðaraðili er í nokkrum vafa

10.4 BRÁÐAOFNÆMI

Ef félag veit til þess að einstaklingur sé með bráðaofnæmi er mikilvægt að þau sem vinna með viðkomandi kynni sér einkenni bráðaofnæmiskasts og viðbrögð við þeim. Einstaklingar með bráðaofnæmi þurfa iðulega að hafa svokallaðan EPI-penna meðferðis. Mikilvægt er að ábyrgðaraðilar kynni sér notkunarleiðbeiningar og að penninn sé geymdur á vísun stað. Gott fræðsluefni er að finna á vef landlæknis og í skyndihjálpur smáforriti Rauða krossins sem allir ábyrgðaraðilar eru hvattir til að sækja í símann sinn.

BRÁÐAOFNÆMISKAST

Bráðaofnæmisköst eru mjög alvarleg og geta leitt til bráðaofnæmislosts þar sem einstaklingur á erfitt með að anda, púlsinn verður hraður en veikur, blóðþrýstingur lækkar og meðvitund skerðist. Bráðaofnæmisköst geta leitt til öndunar- og hjartastopps.

Einstaklingur í bráðaofnæmiskasti þarf því að komast sem allra fyrst undir læknishendur. Ábyrgðaraðili skal hringja í 112 og fylgja leiðbeiningum þeirra þar til viðkomandi er kominn undir læknishendur og fjarlægja ofnæmisvald ef hægt er. Ábyrgðaraðili skal vera viðbúinn að nota EPI-penna (bráðasprautu/adrenalínsprautu) ef þörf er á, þá skal fylgst með tímasetningu gjafar og skammti. Ábyrgðaraðili hefur eftirlit með viðkomandi og hughreystir þar til læknisaðstoð fæst.

Ef ábyrgðaraðili sér að þátttakandi er að fá lost er hægt að draga úr eða afstýra lostinu með eftirfarandi aðgerðum:

- » Leggja einstaklinginn á bakið eða í þægilega stellingu og passa að viðkomandi standi ekki skyndilega upp.
- » Setja hærra undir fætur.
- » Losa um fatnað sem gæti þrengt að öndunarfærum.
- » Ef þörf er á má gefa súrefni til að halda uppi súrefnismettun.
- » Koma í veg fyrir hitatap með því að breiða yfir einstaklinginn.
- » Ekki gefa næringu.
- » Beita skal skyndihjálpi ef við á.

10.5 FLOGAVEIKI

Flogaveiki er líkamlegt ástand sem verður vegna skyndilegra breytinga á starfsemi heilans og kallast þessar breytingar flog. Þegar heilafrumurnar starfa ekki rétt getur meðvitund einstaklingsins, hreyfingar hans eða gjörðir breyst um tíma. Einkenni floga er því röskun á hreyfingu, skynjun, atferli, tilfinningu og eða meðvitund. Flog eru oftast sjálfstýrð, þ.e. kvikna og fjara út af sjálfu sér. Flogaveiki hrjáir fólk af öllum kynþáttum um allan heim og getur byrjað hvenær sem er á mannsævinni.

Til eru yfir 20 tegundir floga, sem lýsa sér á marga mismunandi vegu. Sumir fá aðeins eina tegund floga en það er alls ekki óvenjulegt að fá tvær eða fleiri tegundir.

FLOGAKAST

Mjög mikilvægt er að allir ábyrgðaraðilar þekki einkenni flogakasts hjá flogaveikum þátttakendum og fái upplýsingar um tegund flogaveiki, hvort flogin hafa fyrirboða og viðbrögð við flogum frá þeim sjálfum eða forsjáraðilum.

Eftir að flogakast er liðið hjá gæti viðkomandi þarfnast hvíldar og jafnvel svefns. Því þarf að koma viðkomandi í rólegar aðstæður þar sem hægt er að jafna sig.

Ef flogið er þess eðlis að einstaklingur getur fallið og fengið krampa eða kippi skal fylgja eftirfarandi ferli:

- 1 Halda ró sinni.
- 2 Leggja einstakling varlega niður sé viðkomandi ekki þegar dottinn.
- 3 Losa um fót sem gætu þrengt að öndunarvegi.
- 4 Koma teppi eða flík undir höfuð til að fyrirbyggja áverka.
- 5 Reyna að fyrirbyggja önnur meiðsli.
- 6 Ekki setja neitt upp í munn einstaklings með krampa.
- 7 Hlúa að viðkomandi og leggja á hliðina/setja í læsta hliðarlegu.
- 8 Ekki má yfirgefa einstakling sem hefur fengið krampa fyrr en hann hefur náð fullri meðvitund.

HRINGIÐ Í 112 OG FYLGIDU FYRIRMÆLUM ÞEIRRA EF:

- » Flogaveikiskast/krampi stendur lengur en í 1–2 mínútur.
- » Ábyrgðaraðilar vita ekki af hverju krampinn stafar eða hvort viðkomandi er flogaveikur.
- » Annar krampi fylgir í kjölfarið.
- » Einstaklingur kemst ekki til meðvitundar eftir að kippirnir hætta.
- » Einstaklingur fær krampa í vatni.
- » Ef ábyrgðaraðili er í nokkrum vafa.

10.6 SYKURSÝKI

Sykursýki er langvinnur sjúkdómur sem leiðir til of mikils sykurs (glúkósa) í blóðinu, því að líkaminn getur ekki brotið niður sykur á eðlilegan hátt, sem stafar annaðhvort af of litlu magni insúlíns í blóði eða af óeðlilegri virkni insúlíns í blóðinu. Bæði of hár og of lágur blóðsykur geta haft neikvæð áhrif og því er mikilvægt að þau sem eru haldin sykursýki fylgist vel með og leiðrétti blóðsykurinn eftir þörfum. Í félagsstarfi er mikilvægt að þekkja einkenni blóðsykursfalls og kunna að bregðast við því. Ef félög vita af þátttakendum með sykursýki er mikilvægt að þau aðstoði viðkomandi að meðhöndla sjúkdóminn eftir þörfum.

BLÓÐSYKURSFALL

Hjá sykursjúkum getur blóðsykurinn orðið of lágur, sem getur leitt til meðvitundarleysis, og ef ekkert er að gert getur óeðlilegur blóðsykur verið lífshættulegur. Í blóðsykursfalli kemur hungurtilfinning oft fyrst, síðan höfuðverkur, sviti og skjálfti. Viðkomandi getur fundið fyrir kvíða og hegðun getur orðið stjórnllaus. Önnur einkenni geta verið sljóleiki, svimi, krampi eða meðvitundarleysi.

Ef þátttakandi fær blóðsykursfall er ráðlagt að:

1

Bregðast við með því að fá viðkomandi til að drekka eða borða eitthvað með sykri í.

2

Því næst skal biðja viðkomandi að mæla blóðsykur sinn sé þess kostur.

HRINGIÐ Í 112 OG FYLGID FYRIRMÆLUM ÞEIRRA EF:

- » Um einhvern vafa er að ræða
- » Ástandið lagast ekki um leið og sykur hefur verið innbyrtur
- » Einstaklingurinn á erfitt með anda eða missir meðvitund

11 SLYS

SLYS

Þegar slys verða á fólki og viðstaddir ábyrgðaraðilar hafa einhvern grun um að áverkar séu alvarlegir eða lífshættulegir eða eru í nokkrum vafa um hvaða viðbrögð séu viðeigandi skal alltaf hringja í 112.

Slys geta orðið í öllu félagsstarfi. Því er nauðsynlegt og á ábyrgð yfirmanna að þau sem standa fyrir félagsstarfi séu viðbúin að bregðast við þegar slys ber að garði. Viðeigandi sjúkragögn skulu ætíð vera til í húsakynnum félagsstarfs og höfð meðferðis í ferðum sem farnar eru á vegum félags. Lagt er til að minnst einn ábyrgðaraðili í félagsstarfi og ferðum hafi gilt skyndihjálparskírteini.

Til að draga úr líkum á slysum skiptir máli að ábyrgðaraðilar hafi þjálfun, beiti viðurkenndum aðferðum, starfi í viðunandi aðstöðu og noti vottaðan búnað. Lagt er til að yfirmenn félagsstarfs kynni sér lög og reglugerðir hvað varðar útbúnað vegna slysa og tryggi að sú aðstaða sé til staðar.

Mikilvægt er að fylla út slysaskýrslur vegna allra slysa þátttakenda í félagsstarfi sem ekki flokkast sem smávægileg. Slysaskýrslur hjálpa þeim sem standa að félagsstarfi að rifja upp tildrög og eftirmála slysa. Slysaskýrslur gagnast einnig til að draga lærdóm af slysum sem verða í starfi, svo að greina megi hvort breytinga er þörf á kerfislægum þáttum til að draga úr tíðni og/eða líkum þeirra.

Sjá kafla 19. Fylgiskjöl, þar sem finna má tillögu að slysaskýrslu.

Í þessum kafla er slysum skipt niður í:

- Smávægileg slys
- Minniháttar slys
- Alvarleg slys

Viðbrögð við hverjum flokki eru útlistuð í hverjum kafla fyrir sig.

Mælt er með því að ábyrgðaraðilar sækji Skyndihjálpar smáforrit Rauða krossins í símann. Hægt er að nálgast það á heimasíðu Rauða krossins (raudikrossinn.is).

Þar eru ítarlegar leiðbeiningar varðandi veikindi og slys sem hægt er að nýta, bæði til fræðslu og í neyðartilfellum.

SLYSASKÝRSLA

Ef slys verður sem felur í sér að þátttakandi hlýtur áverka sem ekki eru skilgreindir smávægilegir skal fylla út slysaskýrslu. Það er á ábyrgð yfirmanns hvers félags að slysaskýrsla sé fyllt út vegna slyss sem verður í starfi þess og þarf viðkomandi að undirrita allar skýrslur um slíkt.

Óutfylltar slysaskýrslur eiga að vera aðgengilegar í húsakynnum hvers félags, skrifstofu og, á heimasíðu regnhlífarsamtaka, á heimasíðu samskiptaráðgjafa íþrótta- og æskulýðsstarfs og í viðhengi viðbragðsáætlunar. Æskilegt er að óutfylltar slysaskýrslur séu hafðar með í ferðum.

Slysaskýrsla skal fyllt út og undirrituð af þeim ábyrgðaraðila sem varð vitni að slysi. Ef enginn ábyrgðaraðili varð vitni að slysi skal skýrslan fyllt út og undirrituð af þeim ábyrgðaraðila sem var fyrstur á slysstað, stýrði því starfi, viðburði eða ferð sem slysið varð í.

Félag skal varðveita slysaskýrslu sem viðkvæm trúnaðargögn. Hægt er að deila slysaskýrslu með regnhlífarsamtökum ef talin er þörf á. Gott er að endurmeta verkferla og öryggissjónarmið út frá slysaskýrslum reglulega.

Sjá kafla 19. Fylgiskjöl, þar sem finna má tillögu að slysaskýrslu.

11.1 SMÁVÆGILEG SLYS

Slys á fólki má skilgreina sem smávægileg þegar einstaklingur er ekki í nokkurri hættu og áverkar eru minniháttar þannig að ekki þurfi að leita til læknis. Dæmi um smávægilega áverka eru: skrámur, marblettir, blóðnasir, yfirborðsskurðir og yfirborðsbrunasár.

1

Gera skal að smávægilegum áverkum með búnaði úr sjúkrakassa.

2

Upplýsa skal forsjáraðila þegar um barn eða ungmenni er að ræða.

3

Ábyrgðaraðilar skulu fylgjast með því að viðkomandi batni og að áverkar séu ekki alvarlegri en fyrst var metið.

Ef áverkar sem fyrst eru metnir smávægilegir reynast alvarlegri, t.d. ef viðkomandi leitar til læknis vegna þeirra, skal fylla út slysaskýrslu.



Fari meðvitund eða öndun viðkomandi að skerðast eða nokkrar grunsemdir að vakna um að slys gæti jafnvel verið alvarlegt eða lífshættulegt skal strax hringja í 112 og fá leiðbeiningar um næstu skref.

11.2 MINNIHÁTTAR SLYS

Slys á fólki má skilgreina sem minniháttar þegar viðkomandi er í lítilli hættu eða meiri hættu var afstýrt en viðkomandi hlýtur jafnvel áverka sem gott er að lækni eða annar fagaðili geri að. Þetta geta verið grunnir skurðir sem þarf að sauma, bólgur eftir létt högg, tannáverkar, létt höfuðhögg, snúinn ökkli eða slys þar sem meiri hættu var afstýrt.

- 1** Búið að áverkum með búnaði úr sjúkrakassa og veitið skyndihjálp.
- 2** Leita skal til læknis ef minnsti grunur leikur á að þess sé þörf; fullorðnir þátttakendur geta metið þá þörf sjálfir en haft skal samband við forsjáraðila barna.
- 3** Ef leita þarf til læknis vegna meiðsla barns eða ungmennis á ætíð að hafa samband við forsjáraðila eins fljótt og kostur er og leyfa þeim að velja hvort þau fari með barnið til læknis eða hvort kalla skuli til sjúkrabíl og þau hitti barnið þar.
- 4** Ef leita þarf til læknis skal bjóða viðkomandi aðstoð við að komast til læknis eða á slysadeild eftir því sem hægt er.
- 5** Upplýsa skal yfirmann félags um slys þegar þessum skrefum er lokið.
- 6** Ákveða skal í samráði við þann slasaða eða forsjáraðila þess slasaða hvort og upp að hvaða marki skuli upplýsa aðra um slysið.
- 7** Ábyrgðaraðilar fylgjast með því að viðkomandi batni og fylgja málinu eftir við forsjáraðila.
- 8** Ábyrgðaraðila ber ætíð að fylla út slysaskýrslu þegar eftirmál slyss eru kunn.

11.3 ALVARLEG SLYS

Alvarlegt slys er þegar einstaklingur er í talsverðri eða mikilli hættu eftir slys og hlýtur jafnvel áverka sem nauðsynlegt er að leita til læknis vegna. Þetta geta verið alvarleg brunasár, djúpir skurðir, mikill blóðmissir, þung höfuðhögg, bak- og hryggáverkar og ef grunur er um innvortis meiðsli, blæðingar eða beinbrot.

1 Tryggið öryggi þitt og hins slasaða á slysstað.

2 Hringið í 112 Neyðarlínuna og svarið spurningum þeirra. Mestu skiptir að vera skýr á staðsetningu og eðli vandans.

3 Kannið áverka og veitið fyrstu skyndihjálp með leiðbeiningum frá 112 Neyðarlínunni. Hlúðið að viðkomandi þar til viðbragðsaðilar koma á vettvang.

4 Óska skal eftir aðstoð viðbragðsaðila um að láta forsjáraðila eða aðstandendur hins slasaða vita.

5 Fjarlægið börn og ungmenni af slysstað ef sú staðan og kallið eftir aðstoð til að sinna þeim ef þörf er á.

6 Ábyrgðaraðili fylgir viðkomandi á slysadeild með sjúkrabíl ef kostur er og er hjá viðkomandi þar til aðstandendur eða forsjáraðilar eru komin á staðinn.

7 Ábyrgðaraðili eða annar ábyrgur aðili verður eftir á vettvangi til að sinna þátttakendum á barnsaldri séu þau með í för.

Ef um lífshættulega áverka eða meðvitundarleysi er að ræða:

- » Ábyrgðaraðili upplýsir yfirmann félags og/eða framkvæmdastjóra regnhlífarsamtaka um slysið.
- » Yfirmaður félags eða yfirmaður innan regnhlífarsamtaka hefur samband við forsjáraðila annarra barna/ungmenna sem voru á staðnum ef þess þarf. Þess skal gætt að ekkert þeirra fari af vettvangi fyrr en búið er að hafa samband við forsjáraðila þess.
- » Leita skal ráðgjafar samskiptaráðgjafa íþrótta- og æskulýðsstarfs og meta þörf á áfallahjálp.
- » Sé metin þörf á áfallahjálp aðstoðar samskiptaráðgjafi við að hafa uppi á viðeigandi aðilum til þess.

Upplýsingagjöf og mat á áfallahjálpi:

- » Ábyrgðaraðili skal hafa samband við forsjáraðila og greina þeim frá slysinu á hlutlausan og nærgætinn hátt við fyrsta tækifæri. Leitast skal við að svara spurningum á eins nákvæman hátt og kostur er.
- » Ábyrgðaraðilar skulu aðstoða viðbragðsaðila eftir fremsta megni, til dæmis ef gefa þarf lögregluskýrslu.
- » Ábyrgðaraðilum skal veitt áfallahjálpi ef þörf er á.
- » Yfirmenn félags meta í samráði við hinn slasaða hvort ástæða er til að upplýsa aðra sem voru ekki á staðnum en tilheyra starfinu, s.s. aðra ábyrgðaraðila, þátttakendur og forsjáraðila.
- » Yfirmenn félags og ábyrgðaraðilar fylgjast með bataferli hins slasaða og eru í samskiptum við viðkomandi eða forsjáraðila eins og þykir viðeigandi hverju sinni.
- » Ætíð ber ábyrgðaraðila að fylla út slysaskýrslu þegar eftirmál slyss eru kunn. Yfirmenn félags skulu veita ábyrgðaraðila virka leiðsögn.

Verði sá voðalegi atburður að alvarlegt slys leiði á endanum til þess að þátttakandi láti lífið skal fylgja ferlum um andlát.

Sjá kafla 12. Andlát.

12

ANDLÁT

ANDLÁT

Ef nokkur grunur leikur á að einstaklingur hafi látið lífið í slysi eða hafin er endurlífgun á einstaklingi í kjölfar slyss er mikilvægt að ábyrgðaraðili fylgi eftirfarandi skrefum.

- » Tryggið öryggi þitt og annarra á slysstað.
- » Hringið í 112 og svarið spurningum þeirra. Mestu skiptir að vera skýr varðandi staðsetningu og eðli vandans.
- » Viðbragðsaðilar munu sinna því að upplýsa forsjáraðila óháð því hvort hinn slasaði er úrskurðaður látinn eða ekki.
- » Fylgið leiðbeiningum frá 112 Neyðarlínunni um könnun áverka og endurlífgun.
- » Fjarlægið börn/ungmennni af slysstað ef þess er kostur og kallið eftir aðstoð til að sinna þeim ef þörf er á.
- » Ábyrgðaraðili fylgir hinum slasaða í sjúkraflutning sé þess kostur og er hjá viðkomandi þar til forsjáraðilar eða aðstandendur eru komnir á svæðið.
- » Ábyrgðaraðili eða annar ábyrgur aðili verður eftir á vettvangi til að sinna börnum og/eða ungmennum ef sú er staðan.
- » Ábyrgðaraðili upplýsir yfirmann í félagi og/eða framkvæmdastjóra regnhlífarsamtaka eins fljótt og kostur er.

Ef hinn slasaði er úrskurðaður látinn af viðbragðsaðilum:

- » Ábyrgðaraðilar, yfirmenn og framkvæmdastjórar hafa hugfast að taka ekkert eftirfarandi skrefa í fljótfærni eða af ónærgætni. Hafa skal eins mikið samráð við aðstandendur og hægt er.
- » Yfirmaður félags eða yfirmaður innan regnhlífarsamtaka vottar aðstandendum samúð og upplýsir um viðbrögð félags í kjölfar atburðarins.
- » Yfirmaður félags eða yfirmaður innan regnhlífarsamtaka hefur samband við samskiptaráðgjafa íþrótta- og æskulýðsstarfs og óskar eftir handleiðslu.
- » Samskiptaráðgjafi getur aðstoðað við að útvega viðeigandi aðila sem veita áfallahjálp sé óskað eftir því.
- » Yfirmaður félags eða yfirmaður innan regnhlífarsamtaka hefur samband við þátttakendur og forsjáraðila þeirra barna/ungmenna sem voru á staðnum ef með þarf. Gæta skal að því að ekkert barn/ungmenni fari af vettvangi fyrr en búið er að hafa samband við forsjáraðila þess. Öllum er boðin áfallahjálp og upplýst um hverjir veita hana.
- » Veita skal ábyrgðaraðilum sem voru á staðnum áfallahjálp.
- » Aðrir ábyrgðaraðilar innan félags skulu upplýstir um andlátíð. Stuðst skal við persónulegar boðleiðir sé þess kostur.
- » Í samráði við samskiptaráðgjafa og aðstandendur hins látna og eins fljótt og þykir viðeigandi er öðrum þátttakendum í starfi félagsins tilkynnt um andlátíð. Skal það gert í minni hópum, t.d. aldursskiptum, og tekið mið af aldri, þroska og tengslum einstaklinga innan félags við hinn látna. Samhliða því eru forsjáraðilar þátttakenda upplýstir um andlátíð. Þó er mikilvægt að gæta að persónuverndarsjónarmiðum og gefa ekki upp persónugreinanlegar upplýsingar um þátttakendur án þeirra samþykkis.
- » Félagið upplýsir þátttakendur og forsjáraðila þeirra um hvernig starfinu verður háttað í kjölfar andláts. Mikilvægt er að halda starfinu eins eðlilegu og mögulegt er en jafnframt gefa þátttakendum og ábyrgðaraðilum rými til að syrgja og ræða upplifun sína og tilfinningar.
- » Ábyrgðaraðilar sem voru viðstaddir skulu gefa lögregluskýrslu eins fljótt og þess er óskað.
- » Ábyrgðaraðilum sem voru viðstaddir ber að fylla út slysaskýrslu eins fljótt og auðið er. Yfirmenn félags geta veitt ábyrgðaraðilum handleiðslu við það.

12. 1 SORGARTÍMABIL OG ÚTFÖR

- » Félagið sýnir hluttekningu á nærgætinn hátt með því að senda samúðarkveðju til fjölskyldu hins látna og getur sent fulltrúa í heimsókn þygi það viðeigandi.
- » Félagið getur aðstoðað þátttakendur við að votta aðstandendum hins látna samúð sína.
- » Ef haldin er minningarstund eru þátttakendur og ábyrgðaraðilar látnir vita svo að þeir geti mætt ef þeir vilja.
- » Fulltrúar félags skrifa minningargrein og eru viðstaddir útförina ef við á.
- » Sjálfsagt er að þátttakendur og ábyrgðaraðilar séu viðstödd útför ef þeir vilja.

VIÐBRÖGÐ VIÐ ÁFÖLLUM UTAN FÉLAGSSTARFS

Þegar barn eða ungmenni, þátttakandi eða ábyrgðaraðili verður fyrir áfalli utan félagsstarfs taka íþrótta- og æskulýðsfélög þátt í viðbrögðum eftir því sem yfirmaður eða stjórn félags telur nauðsynlegt. Ábyrgðaraðilar skulu vera til staðar og tilbúnir að spjalla við þátttakendur, börn og ungmenni, enda getur félagsstarf verið vettvangur þar sem þau eiga sér skjól utan vettvangs sorgar eða áfalla.

13. 1 FÉLAGSLEGAR BREYTINGAR

Í fjölmönnum íþrótta- eða æskulýðsfélögum er óhjákvæmilegt að þátttakendur gangi í gegnum ýmsar félagslegar breytingar á einhverjum tímapunkti. Hér er einna helst verið að hugsa um börn og aðstæður sem þau ganga í gegnum, eins og til dæmis skilnað forsjáraðila, flutninga eða breytingar á búsetu, missi vina eða fjölskyldumeðlima eða aðra erfiða lífsreynslu.

Mikilvægt er að forsjáraðilar upplýsi ábyrgðaraðila um þessar breytingar þannig að hægt sé að vera til staðar og opna á umræður við barnið ef það hefur þörf fyrir að ræða við einhvern fullorðinn eða taka þarf tillit til einhverra þátta í félagsstarfi þeirra.

Í sumum tilfellum er æskilegt að upplýsa aðra innan félagsstarfsins þegar áföll eða breytingar eiga sér stað. Þó er mikilvægt að gæta að persónuverndarsjónarmiðum og gefa ekki upp persónugreinanlegar upplýsingar um þátttakendur án þeirra samþykkis.

ALVARLEG VEIKINDI EÐA SLYS AÐSTANDENDA BARNA

Komi upp alvarleg veikindi eða slys í aðstandendahópi barns eða ungmennis fær ábyrgðaraðili staðfestingu á veikindum eða slysi hjá forsjáraðilum. Þá tekur ábyrgðaraðili ákvörðun í samráði við aðstandendur um hvaða ferli eigi að fara í gang og upplýsir samstarfsmenn sína.

Huga þarf að eftirfarandi:

- » Líðan barns og samskiptum við það í félagsstarfinu
- » Samskiptum og upplýsingaflæði við heimili barns/ungmennis
- » Hvort og þá hvernig á að upplýsa aðra þátttakendur í félagsstarfinu
- » Að halda ró sinni og gera ekki of mikið úr aðstæðum

ANDLÁT AÐSTANDENDA BARNA

Verði barn eða ungmenni fyrir því að missa aðstandanda er eftirfarandi lagt til:

- » Ábyrgðaraðili fær staðfestar upplýsingar um atburðinn hjá þátttakanda, nánustu aðstandendum barns/ungmennis, skólayfirvöldum eða öðrum aðilum.
- » Ábyrgðaraðili upplýsir næsta yfirmann og óskar eftir aðstoð samskiptaráðgjafa íprótta- og æskulýðsstarfs ef þörf krefur. Einnig er gott að samræma aðgerðir við aðra fagaðila í nærumhverfi barns, svo sem skóla.
- » Ábyrgðaraðili eða yfirmaður tilkynnir þeim þátttakendum og starfsfólki sem viðeigandi er, í samráði við aðstandendur, um andlátíð. Hægt er að leita ráða og leiðsagnar hjá fagaðilum (til dæmis sálsgæsluaðilum) ef þörf krefur. Mikilvægt er að halda félagsstarfi áfram óbreyttu.
- » Samúðarkveðjur frá félaginu, stjórn félags og/eða ábyrgðaraðilum eru útbúnar og þeim komið til fjölskyldunnar.
- » Ábyrgðaraðilar undirbúa hvernig tekið verði á móti barninu/ungmenninu þegar það mætir aftur til félagsstarfs og starfsfólki leiðbeint.
- » Mikilvægt er að hlúa að barninu/ungmenninu og vera vakandi yfir því hvernig það tekst á við sorgina.
- » Muna að gæta að persónuverndarsjónarmiðum og gefa ekki upp persónugreinanlegar upplýsingar um þátttakendur án þeirra samþykkis.

ALVARLEG VEIKINDI EÐA SLYS ÞÁTTTAKENDA UTAN FÉLAGSSTARF

Ef þátttakandi sem er virkur í íþrótt- eða æskulýðsstarfi veikist eða slasast alvarlega utan félagsstarfs getur félag stutt við viðkomandi á eftirfarandi hátt:

- » Haft er samband við aðstandendur eða forsjáraðila ef um börn er að ræða, fengnar upplýsingar um veikindi eða slys frá fyrstu hendi og fylgst með framvindu málsins.
- » Ábyrgðaraðili sýnir aðstæðum virðingu án þess að gera meira úr þeim en þarf og sýnir hluttekningu á nærgætinn hátt. Hann leitar einnig samráðs við forsjáraðila vegna heimsókna ef við á.
- » Ef þátttakandi heldur áfram að taka þátt í starfinu eða kemur til baka úr veikindafríi skal gæta þess að allir ábyrgðaraðilar séu upplýstir um stöðu mála.
- » Ef þörf er á eru aðrir þátttakendur í kringum þann veika einnig upplýstir um stöðu mála ef við á. Ávallt ætti að taka slíkar ákvarðanir í samráði við þann veika eða aðstandendur hans.

ANDLÁT ÞÁTTTAKANDA UTAN FÉLAGSSTARFS

Ef fréttir berast af andláti þátttakanda utan félagsstarfs þarf að koma þeim upplýsingum til stjórnenda eins fljótt og auðið er. Hægt er að óska eftir aðstoð frá samskiptaráðgjafa íprótta- og æskulýðsstarfs ef þörf er á.

- » Framkvæmdastjóri eða stjórn félags aflar upplýsinga um andlátið og aðdraganda þess.
- » Framkvæmdastjóri, yfirmaður eða stjórn félags tilkynnir öðrum ábyrgðaraðilum um andlátið.
- » Eins fljótt og auðið er skal tilkynna þeim þátttakendum sem hafa mikið unnið með hinum látna um andlátið. Ef um börn er að ræða er betra að gera það í minni hópum en að kalla allan hópinn saman (til dæmis aldursskipt eða eftir flokkum).
- » Gæta þarf þess að ræða einslega við þau sem eru tengdust viðkomandi.
- » Ef hinn látni er sérstaklega tengdur einhverjum hópi barna eða ungmenna þarf stjórn félags, framkvæmdastjóri eða yfirmaður í félagi að ákveða sérstaklega hver tilkynnir hópnum um andlátið.
- » Mikilvægt er að leitast við að sem flestir þátttakendur sem þekktu viðkomandi fái sömu upplýsingar á sama tíma til að koma í veg fyrir sögusagnir, sérstaklega ef um börn er að ræða.
- » Mikilvægt er að fylgjast með líðan þátttakenda og ábyrgðaraðila í kjölfar andlátsins og kalla til aðstoð fagaðila ef með þarf.
- » Gefa skal bæði ábyrgðaraðilum og þátttakendum kost á að láta í ljós líðan sína og vangaveltur, t.d. með því að bjóða upp á sérstaka samverustund.
- » Æskilegt er að koma upplýsingum til forsjáraðila þátttakenda þar sem greint er frá andlátinu. Gæta skal að því að gera þetta í samráði við aðstandendur. Muna að gæta að persónuverndarsjónarmiðum og gefa ekki upp persónugreinanlegar upplýsingar um þátttakendur án þeirra samþykkis.
- » Mikilvægt er að starfsemin raskist sem minnst en sjálfsagt er að fresta öllum skemmtunum.
- » Sýna skal hinum látna virðingu. Það er t.d. hægt að gera með því að fara í heimsókn til fjölskyldunnar, senda samúðarkveðju til aðstandenda hins látna og flagga í hálfu stöng þegar við á.

Útför. Sjá kafla 12.1. Andlát, sorgartímabil og útför.

ALVARLEG VEIKINDI EÐA SLYS ÁBYRGÐARAÐILA UTAN FÉLAGSSTARFS

Verði ábyrgðaraðili fyrir alvarlegu slys eða veikindum utan félagsstarfs ætti sá sem fær fréttir af slíku að koma þeim upplýsingum til yfirmanns innan félags eins fljótt og auðið er.

- ❖ Yfirmaður leitast við að fá fréttirnar staðfestar og tilkynna framkvæmdastjóra félags um slysið eins fljótt og auðið er.
- ❖ Framkvæmdastjóri hefur samband við viðkomandi næstu daga ef við á.
- ❖ Framkvæmdastjóri eða annar ábyrgðaraðili tilkynnir þátttakendum og forsjáraðilum þeirra um slysið eða veikindin ef við á og í samráði við þann slasaða/veika.
- ❖ Best gæti verið að ræða einslega við þau sem eru tengdust viðkomandi.
- ❖ Ábyrgðaraðilar þurfa að vera reiðubúnir að mæta viðbrögðum barna og ungmenna.

ANDLÁT ÁBYRGÐARAÐILA UTAN FÉLAGSSTARFS

Sá sem fær fréttir af andláti ábyrgðaraðila ætti að koma þeim upplýsingum til stjórnenda eins fljótt og auðið er. Hægt er að óska eftir aðstoð frá samskiptaráðgjafa íþróttar- og æskulýðsstarfs ef þörf er á.

- » Framkvæmdastjóri eða stjórn félags aflar upplýsinga um andlátið og aðdraganda þess.
- » Stjórn félags, framkvæmdastjóri eða yfirmaður í félagi tilkynnir öðrum ábyrgðaraðilum um andlátið.
- » Þátttakendum sem hafa starfað náið með viðkomandi er tilkynnt um andlátið eins fljótt og kostur er. Ef um þátttakendur á barnsaldri er að ræða er betra að gera það í minni hópum en að kalla allan hópinn saman (til dæmis aldursskipt eða eftir flokkum).
- » Gæta þarf þess að ræða einslega við þá sem eru tengdastir viðkomandi.
- » Ef hinn látni er sérstaklega tengdur einhverjum hópi barna eða ungmenna þarf stjórn félags, framkvæmdastjóri eða yfirmaður í félagi að ákveða sérstaklega hver tilkynnir hópnum um andlátið.
- » Mikilvægt er að leitast við að sem flestir þátttakendur sem þekktu viðkomandi fái sömu upplýsingar á sama tíma til að koma í veg fyrir sögusagnir, sérstaklega ef um börn er að ræða.
- » Mikilvægt er að fylgjast með líðan þátttakenda, barna og annarra ábyrgðaraðila í kjölfar andlátsins og kalla til aðstoð frá fagaðilum ef með þarf.
- » Gefa skal bæði ábyrgðaraðilum og þátttakendum kost á að láta í ljós líðan sína og vangaveltur, t.d. með því að bjóða upp á sérstaka samverustund.
- » Æskilegt er að senda bréf/tölvupóst til forsjáraðila barna og ungmenna þar sem greint er frá andlátinu og væntanlegum breytingum sem kunna að fylgja í kjölfarið. Gæta skal að því að gera þetta í samráði við aðstandendur.
- » Mikilvægt er að starfsemin raskist sem minnst en sjálfsagt er að fresta öllum skemmtunum.
- » Sýna skal hinum látna virðingu. Það er t.d. hægt að gera með því að fara í heimsókn til fjölskyldunnar, senda samúðarkveðju til aðstandenda hins látna og flagga í hálfu stöng þegar við á.

Útför. Sjá kafla 12.1. Andlát, sorgartímabil og útför.

14 ÖRYGGISMÁL

ÖRYGGISMÁL

Félögum sem standa fyrir íþrótt- og æskulýðsstarfi ber að sjá til þess að allur aðbúnaður í starfi þeirra sé öruggur og hæfi aldri og þroska þátttakenda. Jafnframt þurfa ábyrgðaraðilar að uppfylla þau lagalegu skilyrði sem gerð eru til starfsins og hljóta nauðsynlega þjálfun til að geta sinnt eftirlits- og aðgæsluskyldum sínum í starfi. Ábyrgðaraðilum ber að sýna varkárni miðað við aðstæður og aldur þátttakenda hverju sinni.

Stjórnun íþrótt- og æskulýðsfélaga ber að tryggja að í starfinu sé eingöngu stuðst við vottaðan öryggisbúnað og annan búnað. Rík skylda liggur á félögum að endurnýja og halda slíkum búnaði við og farga búnaði þegar útrunninn líftími eða slit á búnaði gerir hann óruggan til notkunar. Það er ávallt á ábyrgð stjórnenda félags að tryggja ábyrgðaraðilum innan félags viðunandi búnað til að sinna störfum sínum.

Ábyrgðaraðilar innan félaga skulu alltaf, með stuðningi félagsins, geta sótt sér þá kunnáttu sem þeir þurfa til að sinna störfum sínum með viðunandi hætti. Æskilegt er að félög skilgreini hæfniviðmið fyrir hvert starf á sínum vegum og haldi úti skipulagðri þjálfun svo að ábyrgðaraðilar geti mætt þeim. Félögum ber að vera vakandi fyrir vöntun á sértækri þjálfun innan raða sinna og mæta henni hverju sinni. Félög skulu ekki fela þeim einstaklingum ábyrgð sem hafa ekki reynslu, menntun eða þekkingu, nema félögin geti menntað viðkomandi. Þetta á sérstaklega við þegar einstaklingar þurfa starfs síns vegna að meðhöndla tæki og búnað sem mikil hætta stafar af ef beitt er rangt.

Félög skulu stuðla að því að ábyrgðaraðilar á þeirra vegum hljóti þjálfun í skyndihjálpi og haldi þeirri þekkingu við. Sjúkragögn til að veita skyndihjálpi eiga að vera aðgengileg í allri aðstöðu félaga og höfð með í öllum ferðum og starfi félaga utan aðstöðu þeirra. Stjórnun félaga ber að tryggja reglulega að fyllt sé á sjúkragögn og þau endurnýjuð eftir að líftími þeirra rennur út.

Mikilvægt er að húsnæði og önnur aðstaða félaga uppfylli öll skilyrði varðandi eldvarnir.

Félög skulu huga að og halda við reykskynjurum, slökkvitækjum, eldvarnarhurðum og merktum flóttaleiðum og tryggja að búnaðurinn virki eins og til er ætlast. Einnig er mikilvægt að félög hafi rýmingaráætlun, haldi brunavarnaræfingar og hugi reglulega að því hvernig koma má í veg fyrir að eldur geti auðveldlega kviknað.

15 FERÐLÖG OG GISTINGAR

FERÐALÖG OG GISTINGAR

Skipulagðar ferðir á vegum íþróttta- og æskulýðsfélaga ættu að uppfylla eftirfarandi atriði ef börn og ungmenni eru með í för, hvort sem um er að ræða dagsferð eða ferð til lengri tíma:

- ❖ Ferðin þarf að vera með vitund og samþykki ábyrgðaraðila og forsjáraðila.
- ❖ Liggja skal fyrir skriflegt eða rafrænt samþykki forsjáraðila ásamt nafni og síma þeirra ef upp koma neyðartilvik.
- ❖ Ef víkja þarf frá áætlun ber að upplýsa alla viðeigandi aðila.
- ❖ Fjöldi fararstjóra ætti að vera í samræmi við fjölda og aldur þátttakenda. Ef um blandaðan hóp er að ræða ætti að huga að því að fararstjórar séu af fleiru en einu kyni.
- ❖ Fararstjórar þurfa að hafa náð 18 ára aldri.
- ❖ Æskilegt er að fararstjóri hafi gilt skyndihjálparskírteini.
- ❖ Viðeigandi sjúkragögn verða að vera með í ferð.
- ❖ Gera þarf ráðstafanir til þess að hægt sé að ná tafarlaust í lækni ef slys ber að höndum, með því að hafa síma meðferðis. Ganga þarf úr skugga um hvort og hvar er hægt að ná símasambandi.
- ❖ Fyrir ferð skulu fararstjórar upplýsa forsjáraðila um helstu ferða- og tímaáætlun, dagskrá og hvernig hægt er að vera í samskiptum við fararstjóra.

15.1 ÖRYGGISFRÆÐSLA Í FERÐUM

Í ferðum eru slys líklegri en í hefðbundnu starfi og þá sérstaklega þegar ókunnugt umhverfi er kannað með börnum og ungmennum. Því er afar mikilvægt að fararstjóri gæti þess að börn, ungmenni og ábyrgðaraðilar séu meðvituð um þær hættur sem kunna að leynast í umhverfinu hverju sinni til að draga úr líkum á slysum. Þannig skal fararstjóri hverju sinni:

- ◆◆ Kynna sér umhverfið sem ferðast skal um og þekkja helstu hættur sem ber að varast í því.
- ◆◆ Þekkja helstu áhættur þeirrar dagskrár sem skal stunda í ferðinni.
- ◆◆ Kynna sér öryggisreglur sem kunna að gilda á hverjum stað, hverju sinni.
- ◆◆ Kynna sér eldvarnaráætlun í húsakynnum þar sem dvalið er í ferðum.
- ◆◆ Kynna sér sérstaklega öll tæki sem knúin eru af gasi, kolum, olíu, viði eða öðru eldsneyti í húsakynnum þar sem dvalið er í ferðum.
- ◆◆ Fræða skal öll börn, ungmenni og ábyrgðaraðila fyrir og í upphafi ferðar um öll þessi atriði og hvernig beri að hegða sér og bregðast við í samræmi við þau.

15.2 HÁTTUN SVEFNRÝMA

Í ferðum þar sem gist er yfir nótt þarf fararstjóri samtímis að gæta heilbrigðiseftirlits og öryggis með þeim þátttakendum sem viðkomandi ber ábyrgð á, en einnig að gæta að því að öllum líði vel með fyrirkomulag svefnrýma. Því skal fararstjóri reyna að skipuleggja svefnrými á eftirfarandi máta:

- ❖ **Börn og ungmenni skulu aðgreind í svefnrýmum eftir aldri.**
- ❖ **Ábyrgðaraðilar skulu gista í aðgreindum svefnrýmum frá börnum og ungmennum.**
- ❖ **Ef ábyrgðaraðilar þurfa að deila svefnrýmum með börnum eða ungmennum skulu ábyrgðaraðilar vera tveir eða fleiri og liggja í eins mikilli fjarlægð frá þeim og rýmið leyfir.**
- ❖ **Sama gildir þótt annað eða bæði séu forsjáraðilar einhverra í svefnrýminu, þau skulu samt gæta fjarlægðar frá öðrum börnum og ungmennum en sínum eigin.**
- ❖ **Innanhúss ættu eldhús, geymslur og önnur rými sem henta ekki sem svefnrými ekki að vera notuð sem slík fyrir börn, ungmenni eða ábyrgðaraðila.**
- ❖ **Gæta skal þess að ekki sé legið fyrir hurðum, gangvegum, eldvarnartækjum eða neyðarútgöngum.**

Fararstjóri skal ávallt upplýsa forsjáraðila um svefnaðstöðu og skipulag svefnrýma í ferðum. Í tilfellum þar sem fyrirséð er að svefnrými barna eða ungmenna víki frá ofangreindum viðmiðum skal þess sérstaklega gætt að forsjáraðilar séu upplýstir og samþykkir skipulaginu.

Ef talið er að velferð barns sé betur borgið undir öðru fyrirkomulagi en ofangreind viðmið segja til um skal fararstjóri víkja frá þeim. Fararstjóri gætir að því að framkvæmd og upplýsingagjöf í kringum slíkar undantekningar sé bæði fagleg og að trúnaðar við viðkomandi sé gætt.

16

NÁTTÚRUHAMFARIR

NÁTTÚRUHAMFARIR

Á Íslandi geta átt sér stað veðurfarsbreytingar með stuttum fyrirvara og ýmiss konar náttúruvá getur verið yfirvofandi. Mikilvægt er að huga að þessum þáttum þegar ferðast er, í útivist og útilegum. Mælt er með því að sækja Skyndihjálpar smáforrit Rauða krossins, en þar er að finna ítarlegar leiðbeiningar vegna náttúruhamfara auk skyndihjálpar.

16.1 FÁRVIÐRI

- ◆>> Það telst fárviðri þegar vindhraði hefur náð 33 m/sek., sem jafngildir 64 hnútum (12 vindstigum).
- ◆>> Ef Veðurstofa Íslands varar við veðri skal taka það alvarlega. Hlustið á tilkynningar og/eða viðvaranir sem kunna að vera gefnar.
- ◆>> Dveljið innandyrá meðan fárviðri geisar.
- ◆>> Látið þátttakendur ekki vera undir gluggum ef hættu er á fárviðri.
- ◆>> Fylgist vel með veðurfréttum og tilkynningum í útvarpi og sjónvarpi.
- ◆>> Heftið fok lausra muna.
- ◆>> Fullvissið ykkur um að öllum gluggum og hurðum sé tryggilega lokað.
- ◆>> Aflýsið útilegum, keppnisferðum og leikjum ef þurfa þykir.
- ◆>> Sendið ekki börnin heim nema í samráði við forsjáraðila og að gengið hafi verið úr skugga um að öryggi þeirra á leiðinni heim sé tryggt. Forsjáraðilar skulu látnir sækja börnin ef enn er fárviðri í lok dagskrár.

16.2 ELDGOS

- ◆>> Forðast skal svæði þar sem er mikið öskufall.
- ◆>> Hlustið eftir tilkynningum og fréttum í fjölmiðlum og farið eftir þeim fyrirmælum sem kunna að vera gefin. Fylgist vel með veðurfregnum og öskufallsspám.
- ◆>> Halda sig sem mest innandyrá, einkum ef almannavarnir eða heilbrigðisyfirvöld vara fólk við því að vera utandyra.
- ◆>> Lokið gluggum og hækkið hita á ofnum.
- ◆>> Vegna hættu á eldingum skal aftengja öll rafmagnstæki þegar gosmökk leggur yfir byggð. Forðist að nota landlínusíma.
- ◆>> Þegar fólk er statt utandyra skal notast við rykgrímur eða aðrar hlífar til að hylja vitin og hlífðarglæraugu fyrir augun. Forðist alla áreynslu utandyra.

16.3 JARÐSKJÁLFTI

-  Ábyrgðaraðilar skulu koma þátttakendum út í horn, undir borð eða í næstu dyragætt og láti þá KRJÚPA, SKÝLA sér með annarri hendinni og HALDA sér í gólf, borðfót eða dyrakarm með hinni. Mikilvægt er að leitast við að kenna þátttakendum í starfinu viðbrögð við jarðskjálftum (krjúpa – skýla – halda) og verja þannig höfuð og líkama.
-  Varast skal þung húsgögn og hluti sem gætu dottið úr skápum og hillum. Haldið öllum fjarri stórum rúðum sem geta brotnað.
-  Við jarðskjálfta geta hlutar úr byggingunni brotnað af. Haldið ykkur fjarri þeim stöðum í húsinu þar sem hættu er á hrynjandi byggingarhlutum.
-  Haldið öllum innandyrna þangað til skjálftinn er yfirstaðinn og talið er öruggt að fara út.
-  Ef fólk er statt utandyrna skal krjúpa og skýla sér á opnu svæði og forðast byggingar, rafmagnslínur, tré og götuljós. Verið kyrr þar til skjálftinn hættir.
-  Ef fólk er í bíl skal stöðva hann á opnu og öruggu svæði, forðast brýr, mislæg gatnamót og rafmagnslínur ef möguleiki er á. Halda sér inni í bílnum með beltin spennt þar til skjálftinn hættir.
-  Hlustið eftir tilkynningum og fréttum í fjölmiðlum og farið eftir þeim fyrirmælum sem kunna að vera gefin.



17

SAMSKIPTI VIÐ FJÖLMÍÐLA

HVERNIG Á AÐ BREGÐAST VIÐ?

Grunnregla í samskiptum við fjölmiðla er sú að hafa aðeins einn talsmann í hverju máli og verður hann talsmaður málsins út á við. Ef fjölmiðill hefur samband og leitar upplýsinga vegna atviks sem upp hefur komið hjá félagi er brýnt að vísa málinu til þess talsmanns. Hann getur verið eftir atvikum framkvæmdastjóri félagsins, upplýsingafulltrúi eða annar sem félagið hefur fengið til að vera talsmaður í málinu.

1

Upplýsa skal talsmanninn strax um alla málavöxtu svo að hann geti undirbúið viðbrögð og svör til fjölmiðla. Það gerir hann í samráði við helstu aðila máls.

2

Talsmaðurinn svarar fjölmiðli strax til þess að koma í veg fyrir að miðillinn leiti eftir upplýsingum hjá öðrum – eða lætur fjölmiðil vita að hann svari eins fljótt og auðið er.

3

Mikilvægt er að svörin séu skýr og að viðmælandi fái fullvissu um að félagið taki viðkomandi mál föstum tókum.

Vissulega er líklegt að talsmaður málsins hafi ekki nægar upplýsingar þegar fjölmiðill hringir. Þegar svo ber undir þarf að svara því að viðkomandi þurfi að kynna sér málið betur og hafi svo samband eins fljótt og auðið er. Ef upplýsingar þurfa að liggja hratt fyrir þarf talsmaður málsins að gefa fjölmiðlafólki upp farsímanúmer sitt og gefa skýrt til kynna að hann þurfi að kynna sér málavöxtu betur til að geta gefið skýrt svar. Ef annar en talsmaður svarar símtalinu er mikilvægt að sá sem svarar geri allt til að tryggja að talsmaður hafi samband eins fljótt og auðið er, jafnvel innan 10 til 20 mínútna. Viðkomandi þarf jafnframt að taka niður símanúmer þess sem hringir og fá netfang til að tryggja að hægt sé að hafa samband. Með þessu móti hefur viðkomandi gefið til kynna að hann muni svara fjölmiðlinum skýrt og vel. Á sama tíma er dregið úr líkum á því að fjölmiðillinn leiti eftir svörum annars staðar. Hætta er á að þau svör verði ekki rétt og geti haft neikvæðar afleiðingar fyrir feril máls.

Mjög mikilvægt er að starfsfólk haldi þagnarheit og trúnað sinn við þau sem lenda í áfalli. Ekki skal veita persónugreinanlegar upplýsingar um þátttakendur í starfi án þeirra leyfis.

18

UTANUMHALD
SKRÁNINGAR OG
FYLGISKJÖL

UTANUMHALD SKRÁNINGAR OG FYLGISKJÖL

Skráning mála hjá íþrótt- og æskulýðsfélögum er mikilvæg til þess að hafa yfirsýn yfir það hvers konar mál koma upp innan raða þeirra. Það er gert til þess að hægt sé að sinna þeim rétt og vel, fylgja þeim eftir og ákvarða uppfærslur eða endurmeta verkferla í framhaldinu.

Í fjölbreyttu íþrótt- og æskulýðsstarfi getur ýmislegt komið upp, svo sem samskiptavandi, slys eða jafnvel ofbeldi. Í öllum þessum tilvikum er gott að hafa yfirsýn yfir það hvað hefur komið upp, hvernig hefur verið tekið á málunum í kjölfarið og hvernig þeim hefur verið lokið. Með slíkri yfirsýn er þá hægt að sjá hvort til dæmis slys verða oftár á ákveðnum svæðum, á ákveðnum tíma eða hjá ákveðnum hóp. Út frá þeim upplýsingum er hægt að gera breytingar til hins betra og tryggja þannig öryggi þátttakenda frekar.

Það sama gildir um eineltis- og ofbeldismál. Rati slík mál inn á borð stjórnar deilda eða félaga er mikilvægt að skrá í trúnaðarbók eða í fundargerð hvaða ákvarðanir voru teknar þannig að hægt sé að rekja meðferð hvers máls.

18.1 HVAD ÞARF AÐ SKRÁ?

- ◆ Slys. Hér má nálgast sniðmát að slysaskýrslu: **Kafli. 19. Fylgiskjöl**
- ◆ Málaskrá yfir þau mál sem félaginu berast, svo sem eineltismál, ofbeldismál.
Hér má nálgast sniðmát fyrir málaskrá: **Kafli. 19. Fylgiskjöl**

19 FYLGISKJÖL

FYLGISKJÖL

19. 1 TILKYNNING UM EINELTI

19. 2 SLYSASKÝRSLA

19. 3 MÁLASKRÁ VEGNA EINELTIS



TILKYNNING UM EINELTI

Dags. _____

Nafn tilkynnanda og íþróttta- eða æskulýðsfélags eða samtaka:

Nafn þolanda:

Forsjáraðilar þolanda og símanúmer ef um barn er að ræða:

Nafn geranda:

Forsjáraðilar geranda og símanúmer ef um barn er að ræða:

Tengsl þolanda og geranda í félagsstarfi:

Aðrir sem gætu búið yfir mikilvægum upplýsingum um málið:

Hvernig lýsir eineltið sér?

Hvað hefur verið gert til þess að taka á málinu hingað til?

SMELTU HÉR TIL AÐ
HLAÐA NIÐUR SKJALI

SLYSASKÝRSLA

Félag _____

Nafn hins slasaða _____ kt. _____

Heimilisfang _____

Sími _____

Hvenær varð slysið? _____ / _____ 20 _____ kl: _____ :

Hvar varð slysið? _____

Áverkar _____

Aðdragandi _____

Viðbrögð og ráðstafanir _____

Utanaðkomandi hjálp _____

Var gerð lögregluskýrsla? _____

Ábyrgðaraðili á slysstað _____

Vitni að atvikinu (sjónarvottar) _____

Var vitneskju komið til forsjáraðila ef um barn var að ræða? _____

Eftirmáli/Viðbætur _____

Undirskrift ábyrgðaraðila

Undirskrift yfirmanns



Málaskrá fyrir viðkvæm mál varðandi einelti, ofbeldi og áreitni

Mikilvægt er fyrir félög að halda utan um þau eineltis-, ofbeldis- og áreitnismál sem berast félagi til þess að vita hvernig hafi verið brugðist við málinu, hvaða vinnslu málið hafi fengið og hvort því sé lokið. Yfirferð á slíkum skráningum ár hvert er góður liður í því að endurskoða verkferla og kanna það hvort betur sé hægt að fara að ýmsum þáttum starfsins.

Varðandi viðbrögð við slíkum málum skal styðjast við Viðbragðsáætlun ípróttu- og æskulýðsstarfs

Athugið að nauðsynlegt er að gæta að persónuvernd við skráningu viðkvæmra upplýsinga og mælt er með því að notast við upphafsstafi frekar en nöfn til að einkenna aðila.

Einnig er mikilvægt að læsa slíkum skjólum og geyma þau á svæði sem eru ekki mörgum aðgengileg. Eingöngu ætti framkvæmdastjóri (eða sambærilegur aðili) og stjórn að hafa aðgang að skjalinu og lykilorði þess.

Hér má sjá dæmi um skráningu máls:

Nafn / Einkenni / Númer	Dags.	Aðgerðir
ABC	1.1.2022.	ABC tilkynnti eineltismál til þjálfara síns. Þjálfari leitaði til framkvæmdastjóra með málið.
ABC	1.1.2022.	Framkvæmdastjóri hafði samband við samskiptaráðgjafa sem óskaði eftir nöfnum og upplýsingum um þá sem málið varðar. Samskiptaráðgjafi hefur samband við málsaðila
ABC	7.1.2022.	Samskiptaráðgjafi hefur fundað með þjálfara, ABC og meintum geranda DEF og óskar eftir fundi með öllum aðilum ásamt framkvæmdastjóra.
ABC	10.1.2022.	Fundur haldinn í eineltismáli, ákveðið að gera X sem er á ábyrgð iðkenda og Y sem er á ábyrgð þjálfara að framkvæma.
ABC	20.1.2022.	Samskiptaráðgjafi hefur samband til að kanna hvernig gangi með aðgerðir. Gengur vel að sögn þjálfara og iðkenda. Eftirfylgd áætluð eftir 2 mánuði.



Nafn / Einkenni / Númer	Dags.	Aðgerðir

VIÐBRAGÐSÁÆTLUNIN VAR UNNIN Í SAMEINGU AF:

Bandalagi íslenskra skáta (BÍS)
Íþróttabandalagi Reykjavíkur (ÍBR)
Íþrótt- og Ólympíusambandi Íslands (ÍSí)
Kristilegu félagi ungra manna og kvenna (KFUM og KFUK)
Samskiptaráðgjafa íþrótt- og æskulýðsstarfs
Slysavarnafélaginu Landsbjörg
Ungmennafélagi Íslands (UMFI)
og Æskulýðsvettvangnum (ÆV)

HÖNNUN OG UMBROT:
KLARA ÓSK ELÍASDÓTTIR

Viðbragðsáætlun þessi er gefin út árið 2022.
Æskilegt er að endurskoða áætlunina á þriggja ára fresti.

