



Policydokument Tullinge SK

Policyns varaktighet

Policyn utvärderas årligen av klubbens styrelse och nödvändiga revideringar görs i samband med denna utvärdering. Denna version är antagen på styrelsemöte 2019-03-05.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

TULLINGE SK KLUBBPOLICY.....	3
KLUBBINFORMATION	3
MEDLEMSAVGIFTER	3
STARTAVGIFTER.....	4
KLUBBMÄSTERSKAP	5
SUBVENTIONER FÖR ELITLÖPARE ORIENTERING.....	8
SUBVENTIONER FÖR STAFETTLÖPARE	9
SUBVENTIONER FÖR JUNIORER OCH SENIORER INOM CYKEL	10
ALKOHOL- OCH DROGPOLICY.....	11
TRAFIKPOLICY.....	11
POLICY OCH HANDLINGSPLANER MOT SEXUELLA TRAKASSERIER, ÖVERGREPP OCH MOBBING	12
POLICY KRING ÄTSTÖRNINGAR.....	12

TULLINGE SK KLUBBPOLICY

Klubbpolicyen är ett hjälpmedel för klubbens styrelse, kommittéer och medlemmar som beskriver gruppens eller den enskildes skyldigheter och möjligheter för att främja en smidig samvaro under träning, tävling och sociala aktiviteter.

KLUBBINFORMATION

Klubben har flera informationskanaler för allmän och riktad information till olika grupper inom föreningen. Det är viktigt för klubbens sammanhållning att dessa hålls öppna för medlemmarna och att de bidrar till ökad gemenskap. Hemsidan www.tullingesk.se anses som "huvudkanalen" för information, och all viktig information ska publiceras där. Hemsidan kompletteras av en Facebooksida som är öppen för alla.

MEDLEMSAVGIFTER

Medlemsavgift

Medlemsavgift för innevarande verksamhetsår beslutas på ordinarie årsmöte som hålls inom februari utgång. Avgifterna ska betalas in senast den 31 mars. Därefter skickas det en skriftlig påminnelse ut till de medlemmar som inte betalat. Person som inte betalat medlemsavgift, då frist i betalningspåminnelse gått ut, får ej representera TSK i tävlingar och har inte tillgång till klubbstugan.

Medlemsavgifter 2019

0-64 år	500 kr
65 år -	300 kr
Familj	1500 kr

Stödmedlemsavgift 200 kr

Tävlingsavgift 13 år - 400 kr

Medlem innebär att man får delta i TSKs träningsverksamhet, vara verksam som ledare samt delta i sociala aktiviteter. Man får representera TSK på tävling inom cykel, friidrott, orientering och skidor och har tillgång till IdrottOnline och Eventor. Man betalar alla startavgifter själv*), även vid stafetter. Undantag är KM-tävlingar och 25manna. Man har tillgång till gym och omklädningsrum**) i TSKs klubbstuga. Man förväntas bidra till klubbens arbete genom att ställa upp som funktionär vid minst ett arrangemang per år. För att kunna ta del av subventionerad verksamhet, t.ex. läger och resor, krävs att tävlingsavgift är betald *).

Familjemedlemskap omfattar en eller två vuxna samt barn under 21 år. En familj definieras genom nära släktskap eller relation, gemensam folkbokföringsadress är inte nödvändig. Familjemedlemskap innebär samma möjligheter som medlem, se ovan.

Stödmedlem innebär att man får delta i TSKs sociala aktiviteter samt delta i KM-tävlingar. Man får gärna bidra till klubbens arbete genom att ställa upp som funktionär vid minst ett arrangemang per år.

Tävlingsavgift Betald tävlingsavgift innebär att klubben subventionerar startavgifter enligt klubbens policydokument. Betald tävlingsavgift är också förutsättning för att ta del av andra subventioner såsom subventionerade läger och resor. Tävlingsavgift betalas med fördel i början av året, men den kan även betalas senare under året och då gälla hela året retroaktivt.

*) Ungdomar upp t.o.m. 12 år får startavgifterna betalda av TSK samt subventioner vid läger och resor enligt klubbens policydokument. Samma sak gäller 13-16-åringar om man har betalt tävlingsavgiften.

**) Bastun får endast nyttjas vid gemensamma träningstillfällen

Hedersmedlem Utses av styrelsen. Krav är minst 15 års arbete som ledare eller funktionär inom TSK. Har samma rättigheter som medlem som betalt träningsavgift. Är undantagen från att betala medlemsavgift eller tävlingsavgift.

Provmedlem En presumtiv medlem har rätt att testa verksamheten vid några tillfällen under en månads tid. För att fortsätta delta i verksamheten efter provotiden krävs medlemsavgift.

STARTAVGIFTER

Policy för startavgifter och tävlingslicenser

Ålder/kategori	Tävlingsavgift krävs	Idrott	Klubben subventionerar **)
Alla	Nej	cykel, orientering*), skidor	Hela startavgiften på KM-tävlingar
-12 år	Nej	cykel, orientering, skidor, skidorientering	Hela startavgiften
-12 år	Nej	cykel	Tävlingslicens
13-16 år	Ja	cykel	Tävlingslicens
13-20 år	Ja	cykel, orientering, skidor, skidorientering	Hela startavgiften
Elitutövare ***)	Ja	cykel, orientering, skidor, skidorientering	Hela startavgiften
21 år -	Ja	cykel, orientering, skidor, skidorientering	Hela startavgiften på DM-tävlingar
21 år -	Ja	orientering	Halva startavgiften på individuella tävlingar
21 år -	Ja	orientering	Hela startavgiften på stafetter
21 år -	Ja	cykel, skidor, skidorientering	65 kr per tävling ****)
Alla		fridrott	Ingen subvention

*) I begreppet orientering ingår också skidorientering och MTBO

**) Ej sommartävlingar, utlandstävlingar, efteranmälningstillägg samt ej start, se nedan

***) Se definition av elitutövare under avsnitt om elit

****) Motsvarar halva startavgiften på en orienteringstävling

Undantag och förtydliganden

Tävlingslicens cykel

TSK betalar tävlingslicens för ungdomar upp till 16 år (från 13 år om tävlingsavgift har betalats)

Sommartävlingar

Samtliga medlemmar betalar sina startavgifter för alla individuella tävlingar under perioden 15 juni - 31 juli.

Tävlingar utomlands

För individuella tävlingar utomlands betalar medlemmen själv startavgiften. Undantag kan förekomma i samband med av klubben prioriterad aktivitet, och beslutas av för aktiviteten aktuell kommitté i samråd med styrelsen.

SM-tävlingar

Klubben står för startavgifterna till samtliga SM-tävlingar på ungdoms-, junior- och seniornivå i orientering, cykel, längdskidåkning, skidorientering. MTBO, under förutsättning att tävlingsavgift är betald för medlemmar över 13 år. Deltagaren ska vara väl förberedd.

Efteranmälan

Efteranmälningsavgiften (mellanskillnaden mellan ordinarie avgift och förhöjd avgift) betalas alltid av medlemmen, oavsett ålder eller kategori.

Ej start

Om en medlem inte startar på individuell tävling som man är anmäld till betalar man alltid anmälningsavgiften själv, oavsett man är ungdom, junior, elit eller vuxen. Vid ej start på SM och Swedish League betalar medlemmen endast elitstartavgift.

SI-pinne/EMIT-bricka

TSK rekommenderar ungdomar och vuxna, som tävlar regelbundet i orientering, att införskaffa en egen SI-pinne. Avgiften för hyrd SI-pinne eller EMIT-bricka betalas av den tävlande. Undantag är att klubben betalar hyran första året för ungdomar under 16 år.

Stafetter

Förutsatt att tävlingsavgift är betald står klubben för startavgifter vid orienteringsstafetter där löparen tydligt representerar TSK. När TSK-löpare deltar i kombinationslag betalar TSK för TSK-löparen. Om tävlingsavgift inte är betald betalar löparen sin andel av startavgiften. Undantag är 25manna, då klubben står för startavgift för samtliga.

Policy för deltagande i av TSK arrangerade tävlingar

Ungdom DH16	Äger rätt att delta på samtliga av klubben arrangerade tävlingar.
Elit	Äger rätt att delta på nationella tävlingar och mästerskap som inte går i område där löparen har terrängkännedom.
Vuxna	Ska i första hand hjälpa till med arrangemanget, men kan delta om det är möjligt med samtycke av tävlingsledningen.
10MILA och 25-manna	TSK deltar med ett representationslag i respektive vuxenklass. Ifall tävlingen går i ett område där flertalet löpare har terrängkännedom så ska enbart ungdomar och juniorer delta.

KLUBBMÄSTERSKAP

Varje år genomför klubben följande klubbmästerskap (KM):

- Orientering
 - Långdistans KM
 - Natt-KM
- Skidor, längdåkning
 - Skid-KM
- Cykel
 - MTB-XC
- Löpning
 - Terräng-KM

KM tävlingar ska finnas med i årsplanen samt utlysas 1 månad före tävlingsdag på hemsidan. KM-tävling bör i första hand arrangeras som separat tävling. I undantagsfall kan KM avgöras på en förutbestämd distriktstävling eller liknande. Datum för KM i orientering ska stämmas av med berörda kommittéer (tex. elit- och ungdomskommittéerna).

För att delta i KM måste man vara medlem i Tullinge SK. Icke medlemmar kan om plats finns delta utom tävlan. För att erhålla KM-medalj ska den tävlande springa själv utan uppföljare. Om man har en uppföljare deltar man utom tävlan. För att få KM värdighet krävs minst 2 tävlande i klassen.

Långdistans KM

Arrangeras av Breddkommittén anlitad person i eller utanför klubben. Banorna ska vara långdistans karaktär med något förkortade banlängder. Lämplig tidpunkt är under maj-juni, alternativt i augusti månad.

Natt-KM

Arrangeras av Breddkommittén anlitad person i eller utanför klubben. Banorna är långdistanskaraktär med nattbanor anpassade för 10MILA. Kan ske med gemensam start, men ska då innehålla gaffling som ej framgår av kartan (alla löpare behöver inte springa exakt samma kontroller). Lämplig tidpunkt är innan 10MILA.

Ungdomarna springer natt-KM i närområde under hösten.

Skid-KM

Arrangeras, vid snötillgång, av Skidkommittén anlitad person i eller utanför klubben. Klasser och längder avgörs beroende på antal deltagare och snötillgång.

Skid-O-KM

Arrangeras, vid snötillgång, av Skidkommittén anlitad person i eller utanför klubben. Klasser och längder avgörs beroende på antal deltagare och snötillgång.

MTB XC-KM

Arrangeras av Cykelkommittén anlitad person. Körs med gemensam start på en tekniskt krävande bana. Segertiden är upp till en timme. Klasser avgörs beroende på antal deltagare.

Terräng-KM

Arrangeras av Breddkommittén anlitad person i slutet av augusti. Ungdom (-12 år) springer en bana på cirka 2 000 m och vuxna springer en bana på cirka 4 000 m. Dam och herrklass för ungdom och vuxna.

Riktlinjer för banlängder vid KM

Klass	Långdistans-KM			Natt-KM			Skid-KM
	Längd	Svår.grad	Bana	Längd	Svår.grad	Bana	Längd
D10	2,5 km	vit	1	2,0 km	vit	Bana 5	2,5 km
D12	3,0 km	gul	2	3,0 km	gul	Bana 6	2,5 km
D14	3,5 km	orange	3	3,5 km	orange	Bana 7	5,0 km
D16	4,5 km	violett	4	4,5 km	violett	Bana 8	5,0 km
D17-20	5,0 km	svart	6	7,0 km	svart	Bana 2	Åker D21
D21	6,5 km	svart	7	7,0 km	svart	Bana 2	7,5 km
D35	Springer D21			Springer D21			Åker D21
D40	5,0 km	svart	6	4,0 km	svart	Bana 3	Åker D21
D45	Springer D40			Springer D40			Åker D21
D50	4,0 km	svart	5	4,0 km	svart	Bana 3	Åker D21
D55	Springer D50			Springer D50			5,0 km
D60	3,0 km	blå	9	3,0 km	orange	Bana 4	Åker D55
D65	Springer D60			Springer D60			Åker D55
D70	3,0 km	blå	9	Springer D60			Åker D55
D75-	Springer D70			Springer D60			Åker D55
H10	2,5 km	vit	1	2,5 km	vit	Bana 5	2,5 km
H12	3,0 km	gul	2	3,0 km	gul	Bana 6	2,5 km
H14	3,5 km	orange	3	3,5 km	orange	Bana 7	5,0 km
H16	4,5 km	violett	4	4,5 km	violett	Bana 8	5,0 km
H17-20	6,5 km	svart	7	10 km	svart	Bana 1	Åker H21
H21	8,5 km	svart	8	10 km	svart	Bana 1	10 km
H35	Springer H21			Springer H21			Åker H21
H40	6,5 km	svart	7	7,0 km	svart	Bana 2	Åker H21
H45	Springer H40			Springer H40			Åker H21
H50	5,0 km	svart	6	4,0 km	svart	Bana 3	Åker H21
H55	Springer H50			Springer H50			7,5 km
H60	4,0 km	svart	5	3,0 km	orange	Bana 4	Åker H55
H65	Springer H60			Springer H60			Åker H55
H70	3,0 km	blå	9	Springer H60			Åker H55
H75-	Springer H70			Springer H60			Åker H55
U-bana nyb. *	2,5 km	vit	1	2,0 km	vit	Bana 5	2,5 km
Vuxen motion 1	3,0 km	gul	2	Finns ej			5,0 km
Vuxen motion 2	3,5 km	orange	3	3,0 km	orange	Bana 4	7,5 km

* Uppföljning tillåten

SUBVENTIONER FÖR ELITLÖPARE ORIENTERING

Som elitlöpare klassas löpare som

- är medlem och betalat träningsavgift
- under aktuell säsong springer elitklass på tävlingar där det finns
- har betalt rankingavgift

Generell subvention till elitlöpare

- Deltagande i Swedish League-tävling (elitklass E1 el. E2): resa och logi (ej kost) subventioneras med 50%
- Deltagande i individuell SM-tävling: resa och logi (ej kost) subventioneras med 50% (för stafett-SM se nedan)
- Deltagande i elitävling som elitkommittén utsett som prioriterad aktivitet: resa och logi (ej kost) subventioneras med 50%
- Deltagande i av TSK arrangerade läger subventioneras enligt årets plan

Begränsningar av subventioner vid av TSK arrangerade resor:

- TSK subventionerar inte tävlingsresor för skadad aktiv om inte det finns möjlighet till alternativ träning.
- OL-gymnasister som reser från skolorten till hemorten för att springa tävlingar/värdetävlingar på hemmaplan medges inga resebidrag.
- TSK subventionerar inte aktivitet vid ”ej start” eller där återbud lämnas efter anmälningsstopp.

Individuellt avtal

Elitlöpare av hög klass – landslagsklass eller nära landslagsklass kan erhålla ett individuellt avtal som ger ytterligare subventioner och stöd. Som riktlinje för urval används nivån 30 bästa på Sverigelistan i respektive åldersklass (18, 20 och 21). Förslag på individuella avtal lämnas av elitkommittén till styrelsen senast 28 februari innevarande år. Beslut fattas av styrelsen.

Om elitlöpare visar avsevärd nivåhöjning under året eller om ny elitlöpare ansluter sig till klubben, kan elitkommittén föreslå individuella avtal även senare under året.

Förväntningar på elitlöpare

- Delta på klubbens tränings- och tävlingsaktiviteter
- Delta på klubbens uttagningskommittés utpekade tränings- och tävlingsaktiviteter eller ha rimliga skäl att inte delta.
- Delta löpande i klubbarbetet, t.ex. arrangera träningar samt hjälpa till vid klubbens arrangemang och ungdomsträningar.
- Ha en säsongsplanering upprättad i samråd med elitkommittén. Löparen ska skicka in sitt eget förslag för kommande år senast i december året innan.
- På tävling bära klubbens dräkt, enligt gällande klädkod, med aktuella sponsormärken påsydda.
- Delta på klubbens sponsoraktiviteter.
- Ej använda doping eller andra otillåtna medel.
- Uppträda som och vara ett föredöme för andra.
- Betala fakturor från TSK inom utsatt tid.
- Ställa upp för klubben i följande stafetter: 10MILA, Jukola, SM-kavlen, DM, 25-manna.

Stipendier

TSK delar ut stipendier till orienterare som under året har gjort fina resultat enligt följande kriterier:

- Placering bland de tio främsta i junior eller seniorklass på SM-tävling (även stafett)
- Uttagen till landslagsaktivitet

Stipendiet som har en giltighetstid på ett år, utdelas i form av ersättning för utgifter i samband med idrottsutövandet t.ex. träningsläger, utrustningsinköp.

SUBVENTIONER FÖR STAFETTLÖPARE

10MILA

10MILA är en prioriterad stafett för klubben och ska klassas som en klubbaktivitet. Klubben ska i möjligaste mån stå för resa och logi (ej kost) för samtliga deltagare i samtliga lag som representerar TSK på 10MILA.

JUKOLA

Klubben står för samtliga kostnader för resa och logi (ej kost) för förstalaget på både dam- och herrsidan. Eventuell subvention till andralag som håller hög nivå kan beslutas av elitkommittén.

SM-stafett

Klubben står för samtliga kostnader för resa och logi (ej kost) för förstalaget på både dam- och herrsidan, både på senior- och juniornivå. Övriga lag subventioneras med 50%. Eventuell subvention till andralag som håller hög nivå kan beslutas av elitkommittén.

Vid lagsammansättning eftersträvas så långt som möjligt deltagande i egen åldersklass.

SUBVENTIONER FÖR JUNIORER OCH SENIORER INOM CYKEL

Individuellt avtal

I Tullinge SK kan en junior- eller seniorecyklist av hög klass inom MTB och/eller cyclocross –erhålla ett individuellt avtal som ger ekonomiskt stöd i form av träningsbidrag.

För att erhålla ett individuellt avtal, som träder i kraft säsongen efter, måste minst ett av följande resultat uppnås.

- Uttagen att representera Sverige i EM, VM eller en World Cupdeltävling
- Delseger i SweCup
- Plac 1-3 totalt i SweCup
- Plac 1-3 på SM

Om cyklister visar avsevärd nivåhöjning under året eller om ny cyklist ansluter sig till klubben, kan cykelkommittén föreslå individuella avtal även senare under året.

Cykelkommittén föreslår till styrelsen vilka aktiva om kan vara aktuella för individuella avtal enligt nedanstående villkor senast i mars månad och styrelsen fattar beslut. Cykelkommittén gör sin bedömning efter cyklistens resultat och målsättning samt enligt de generella kriterierna ovan.

Förväntningar på cyklist med individuellt avtal

- Delta på klubbens tränings- och tävlingsaktiviteter eller ha rimliga skäl att inte delta.
- Delta löpande i klubbarbetet, t.ex. arrangera träningar samt hjälpa till vid klubbens arrangemang.
- Hjälpa till vid minst två ungdomsträningar per år.
- Ha en säsongsplanering upprättad i samråd med cykelkommittén. Cyklisten ska skicka in sitt eget förslag för kommande år senast i december året innan.
- På tävling bära klubbens dräkt, enligt gällande klädkod, med aktuella sponsormärken.
- Delta på klubbens sponsoraktiviteter.
- Ej använda doping eller andra otillåtna medel.
- Uppträda som och vara ett föredöme för andra.
- Genomföra SCF:s anti-dopingutbildning ”Ren vinnare”, som finns på www.scf.se.
- Betala alla fakturor från TSK inom utsatt tid.

Stipendier

TSK delar ut stipendier till cyklist som under året har gjort fina resultat enligt följande kriterier:

- Placering bland de tre främsta i junior eller seniorklass på SM-tävling
- Placering bland de tre främsta i SweCup
- Uttagen till landslagsaktivitet

Stipendiet som har en giltighetstid på ett år, utdelas i form av ersättning för utgifter i samband med idrottsutövandet t.ex. träningsläger, utrustningsinköp.

ALKOHOL- OCH DROGPOLICY

Tullinge SK policy bygger på den policy som SOFT rekommenderar, ”Riksidrottsförbundets (RF) Policy: alkohol och tobak inom idrotten”.

En policys uppgift är att vägleda klubbens medlemmars beteende kring vårt förhållningssätt till dessa frågor när vi deltar i klubbaktiviteter.

Eftersom idrotten spänner över flera generationer är det viktigt att vuxna, vid aktiviteter där både vuxna och ungdomar deltar samtidigt, uppträder som föredömen. Vi ser också att våra ledare och elitlöpare har ett extra stort ansvar att ses som goda förebilder för barn och ungdomar. Vi uppträder inte påverkade vid något tillfälle då vi bär vår klubbdräkt, vilken innebär att vi representerar klubben. På resor arrangerade av klubben uppträder ingen medlem berusad.

Rena barn- och ungdomsaktiviteter ska vara helt alkoholfria, detta gäller samtliga deltagare på aktiviteten. Om ungdomar deltar på andra av klubben organiserade aktiviteter, inklusive resor, där även vuxna (18 år och äldre) deltar ska antingen resan vara helt alkoholfri (detta gäller då för samtliga deltagare och ledare) eller en nykter förälder (eller annan vuxen) vara ansvarig för respektive ungdom. Om inte ovanstående med betryggande säkerhet kan säkerställas ska t ex andra resalternativ anordnas för ungdomarna alternativt ska de inte delta på aktiviteten.

Vid eventuella incidenter (dvs då policyn inte efterlevs) har alla vuxna medlemmar i klubben ett ansvar att agera, i synnerhet gäller det våra ledare och styrelse. Vi agerar skyndsamt för att reda ut incidenten och prata med berörda inklusive eventuella målsmän.

TRAFIKPOLICY

Inför resa

Vid klubbens resor transporteras både förare och andra medlemmar. Ledare och förare har därför ett ansvar att detta ska ske på ett trafiksäkert sätt. Dels i att resan planeras så att det är gott om tid, för att minska stressituationer och vila kan tas vid behov. Vid längre resor, över fyra timmar, ska förare kunna ersättas. Förare ska vara informerad och kunnig om att trafiksäkerhet gäller och att det är en förutsättning att gällande hastighetsgränser följs.

Trafikregler, utrustning och förhållningssätt

- Gällande trafikregler ska följas.
- Anpassa alltid hastigheten efter rådande förhållanden och lagar.
- Som förare bör du ha god körvana med några års erfarenhet.
- Fordonet ska vara rätt utrustat, exempelvis vad avser däck, och helt utan kända fel som kan påverka resan.
- Antalet passagerare ska inte överstiga antalet sittplatser.
- Undvik tunga/stora lösa föremål i gemensamma utrymmen.
- Last ska säkras på ett sådant sätt att den inte kan skada någon vid olycka.

Mobiltelefon och trötthet

- Vid längre resor, över fyra timmar, ska minst två förare finnas i fordonet. Minst en av förarna, vid längre resor, ska ha minst fem års körerfarenhet. Beakta speciellt att man efter hård fysisk ansträngning inte är lämplig som chaufför. Planera körning och vilotider efter rådande omständigheter, ingen förare ska behöva köra längre än 2 timmar utan möjlighet till rast.
- Vid transport ska den person som sitter fram på passagerarplats vara vaken (utöver föraren) för att säkerställa att ingen insomningsolycka inträffar.

- Föraren ska följa gällande lag för användning av elektronisk utrustning. För mobilsamtal bör s.k. "handsfree" användas, alternativt att stanna fordonet på en sådan plats att fara för övriga trafikanter ej uppstår.

Klubbaktiviteter

- Vid träningar/tävlingar och övriga aktiviteter arrangerade i klubbens regi där aktiviteten på något sätt rör sig i trafikerad miljö ska reflexväst användas.
- Vid cykelaktivitet ska alltid cykelhjälmar användas.

Ersättning till bilförare

Betalningsregel till chaufför vid samåkning följer Skatteverkets skattefria ersättningsnivå och bil till samtliga tävlingar, träningar, läger etc.

POLICY OCH HANDLINGSPLANER MOT SEXUELLA TRAKASSERIER, ÖVERGREPP OCH MOBBING

Vi i Tullinge SK accepterar inte några former av mobbing, övergrepp eller trakasserier. Alla som idrottar i en förening ska göra det i en trygg idrottsmiljö. Det gäller alla, barn, ungdomar och vuxna som är aktiva samt ideellt arbetande.

Om någon utsatts för sexuella trakasserier, övergrepp eller mobbing ska det skyndsamt rapporteras till någon av klubbens ledare som i sin tur rapporterar till styrelsens ordförande. Allt hanteras sedan skyndsamt och med diskretion enligt RF's policy.

TSK följer RFs policy mot sexuella övergrepp samt policy mot mobbing och trakasserier. RFs projekt Trygg idrott syftar till att förstärka skyddet av barn och ungdomar mot sexuella övergrepp, utnyttjande och trakasserier inom idrotten. Den utgår från gällande lagstiftning, Barnkonventionen och ett barnrättsperspektiv.

POLICY KRING ÄTSTÖRNINGAR

Vi i Tullinge SK ska sträva efter en miljö som minimerar risker för uppkomst av ätstörningar. Detta gör vi genom att bygga upp en öppen miljö med individerna i fokus.

Alla individer ska uppmärksammas och uppskattas oavsett prestation. Att äta efter träning och tävling ska vara en självklarhet i vår verksamhet. Vi ska sträva efter en miljö där ungdomarna och de aktiva accepterar varandra.

Som ledare är det viktigt att vara lyhörd för stämningar och hur snacket går i gruppen och direkt försöka handla om man märker att något är fel.

Vi i Tullinge SK ska vara ett stöd för dem som eventuellt ändå drabbas av ätstörning.

Detta ska ske genom att:

- direkt prata med den aktive vid misstanke om att den aktive börjar utveckla ätstörning.
- prata med den aktive och hans/hennes anhöriga (om personen är minderårig dvs under 18 år) vid stark misstanke om ätstörning.
- Vid stark misstanke om ätstörning, bör klubben anpassa den aktives träning och tävlande om inte läkarutlåtande finns om att det är OK. Klubbens beslut kring detta bör tas i samråd med den aktive och dennes familj (om personen är minderårig dvs under 18 år).
- uppmuntra den drabbade att vara med på klubbens aktiviteter även om träning och tävling begränsas.

Det är viktigt att den drabbade ska kunna behålla sina sociala kontakter, finnas kvar i orienteringsverksamheten och förhoppningsvis kunna återuppta sitt idrottande igen när hon/han tillfrisknar.

Hänvisningar

Huddinge sjukhus, Stockholms Centrum för Ätstörningar 08-585 857 49

Anorexicentrum 08-585 800 00

Vidare kan råd fås vid Stödföreningen Anorexi/bulimi Kontakt 08-20 72 14