



STANDARDY OCHRONY

MAŁOLETNICH

wersja skrócona dla dzieci i młodzieży – zajęcia sportowe organizowane przez osoby współpracujące z ZOSiP w Serocku

Po co jest ten dokument?

- Żebyś czuł/a się bezpiecznie na zajęciach sportowych.
- Żeby każdy wiedział, co jest OK, a czego nie wolno robić.
- Żeby było jasne, do kogo możesz się zgłosić, gdy dzieje się coś niepokojącego.

Twoje prawa

- Masz prawo do szacunku i równego traktowania.
- Masz prawo powiedzieć „STOP”, kiedy coś przekracza Twoje granice.
- Masz prawo do prywatności (np. w szatni).
- Masz prawo poprosić o pomoc i dostać wsparcie.



Zasada STOP

Jeśli mówisz „STOP” (albo pokazujesz, że coś Ci nie pasuje), druga osoba ma natychmiast przerwać.

Jak chcemy się zachowywać na zajęciach (OK) i czego nie wolno (NIE)



OK

- gramy fair play i szanujemy zasady
- wspieramy innych, nie wyśmiewamy
- słuchamy trenera i pytamy, gdy czegoś nie rozumiemy
- dbamy o swoje rzeczy i rzeczy innych



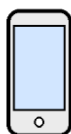
NIE

- bicie, kopanie, popychanie, podstawianie nóg, bójki
- wyzwiska, groźby, zastraszanie, obrażanie (np. za wygląd)
- wykluczanie z grupy, dokuczanie, rozsiewanie plotek
- kradzież lub niszczenie cudzych rzeczy
- nagrywanie/fotografowanie bez zgody (szczególnie w szatni i łazience)
- cyberprzemoc: hejt, ośmieszanie w sieci, publikowanie czyichś zdjęć/filmów
- zachowania o charakterze seksualnym

Bezpieczne relacje z trenerem/dorosłymi

- Trener i inni dorośli traktują Cię z szacunkiem, bez wyzwisk, poniżania i przemocy.
- Kontakt fizyczny (np. poprawienie pozycji) może być tylko wtedy, gdy jest potrzebny na zajęciach i po wyjaśnieniu, co i dlaczego trener robi.
- Dorosły nie prosi Cię o „sekrety” i nie proponuje niczego niewłaściwego.
- Rozmowy online powinny dotyczyć tylko zajęć i być „jawne” (bez prywatnych wiadomości).

Co zrobić, gdy coś Cię niepokoi?



3 kroki:

- 1) Powiedz „STOP” i odejdz, jeśli możesz.
- 2) Powiedz o tym zaufanej osobie dorosłej (trener, rodzic/opiekun, nauczyciel).
- 3) Zgłoś to w ZOSiP – możesz poprosić o pomoc osobę odpowiedzialną za Standardy.

Kontakt i numery pomocy

ZOSiP – osoba, do której możesz zgłosić problem:

Justyna Jaskulska, tel. 22 768 35 65, e-mail: j.jaskulska@oswiata.serock.pl

W nagłej sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia: 112

Telefon zaufania dla dzieci i młodzieży: 116 111

Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka: 800 12 12 12

Pamiętaj: prośenie o pomoc to nic złego. To dorośli mają obowiązek zadbać o Twoje bezpieczeństwo.