

TRYGG STYRKELYFT

ALLA FÅR TRÄNA STYRKELYFT!

Styrkelyft ska vara en idrott där alla känner sig välkomna, delaktiga och får delta och utvecklas efter sina egna förutsättningar.



VAD ÄR TRYGG STYRKELYFT?



Trygg Styrkelyft är fri från diskriminering, mobbning, trakasserier och sexuella övergrepp samt hot och våld.



Trygg Styrkelyft handlar om att skapa och upprätthålla trygga styrkelyftmiljöer med utgångspunkt i barnkonventionen.



I praktiken innebär det att styrkelyft för barn och ungdomar ska vara roligt, tryggt och anpassat efter barn och ungdomars behov och förutsättningar oavsett bakgrund.



VI FÖLJER BARNKONVENTIONEN

ARTIKEL 2

Alla barn är lika mycket värda och har samma rättigheter. Ingen får diskrimineras.

ARTIKEL 3

Vid alla beslut som rör barn ska i första hand beaktas vad som bedöms vara barnets bästa.

ARTIKEL 6

Barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling.

ARTIKEL 12

Barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Hänsyn ska tas till barnets åsikter, utifrån barnets ålder och mognad.



STEG I PROCESSEN

1

NULÄGE

2

ÖNSKAT LÄGE

3

HANDLINGSPLAN

Processen består av tre steg: nuläge, önskat läge och handlingsplan. Som stöd i det arbetet har vi tagit fram en samtalsduk som ni hittar i handledningsmaterialet. Träffarna sker som en lärgrupp eller process där idrottskonsulenten från respektive RF-SISU distrikt stöttar och guidar er genom arbetet.



Skanna QR-koden för att ta del av
handledningsmaterialet



CHECKLISTAN

För att skapa och upprätthålla trygga styrkelyftmiljöer ska ni använda checklistan nedan:

Kryssa i när ni genomfört respektive punkt!

- Uppdaterad värdegrund och implementeringsplan
- Reviderade stadgar
- Ansvarig för Trygg styrkelyft
- Trygg styrkelyft som fast mötespunkt
- Policy och handlingsplan
- Utbildade barn- och ungdomstränare
- Utbildade medlemmar inom webbutbildningen *Trygga lyftare*
- Utbildade medlemmar inom webbutbildningen *I CARE –

Idrottsledarutbildning om ätstörningar*
- Belastningsregister och referenstagning av ledare
- Vaccinera klubben mot doping
- Riskzonsidentifiering och åtgärdsplan
- HLR-utbildning
- Skylten "Här pågår barnidrott"
- Uppdaterade kontaktuppgifter och information



VILL NI KOMMA IGÅNG?



Kontakta ert RF-SISU distrikt.

KONTAKTA FÖRBUNDET

Har ni några frågor?

Kontakta Svenska Styrkelyftförbundet via:

eddie.karlsson@styrkelyft.se

076-721 45 82

