

## Załącznik nr 1

# Zasady bezpiecznych relacji kadra – dziecko w Klubie Narciarskim RASC

## 1. Zasady bezpiecznych relacji kadra RASC – dziecko

1. Naczelną zasadą wszystkich czynności podejmowanych przez kadrę RASC jest działanie dla dobra dziecka i w jego najlepszym interesie.
2. Kadra RASC traktuje dziecko z szacunkiem oraz uwzględnia jego godność i potrzeby.
3. Niedopuszczalne jest stosowanie przemocy wobec dziecka w jakiegokolwiek formie.
4. Niedopuszczalne jest nawiązywanie z dzieckiem jakichkolwiek relacji o charakterze seksualnym czy romantycznym.
5. Kadra RASC działa w ramach obowiązującego prawa, przepisów wewnętrznych klubu oraz swoich kompetencji.
6. Zasady bezpiecznych relacji kadry RASC z dziećmi obowiązują wszystkich pracowników, współpracowników, stażystów i wolontariuszy, członków klubu, a także każdą dorosłą osobę mającą kontakt z dziećmi znajdującymi się pod opieką klubu, jeśli kontakt ten odbywa się za zgodą kierownictwa klubu i/lub na jego terenie.
7. Znajomość i zaakceptowanie zasad są potwierdzone podpisaniem oświadczenia.
8. Kadra RASC jest zobowiązana do utrzymywania profesjonalnej relacji z dziećmi i każdorazowego rozważenia, czy reakcja, komunikat bądź działanie wobec dziecka są adekwatne do sytuacji, bezpieczne, uzasadnione i sprawiedliwe wobec innych dzieci. Działania powinny być prowadzone w sposób otwarty i przejrzysty dla innych, aby zminimalizować ryzyko błędnej interpretacji zachowania.

## 2. Komunikacja z dziećmi

Każda osoba z kadry RASC w komunikacji z dzieckiem:

1. Zachowuje cierpliwość i szacunek wobec dziecka.
2. Uważnie słucha dzieci i udziela im odpowiedzi adekwatnych do ich wieku i danej sytuacji.
3. Jeśli zna imię dziecka, zwraca się nim do dziecka (nie po nazwisku lub numerze na koszulce), chyba że potrzebą dziecka jest używanie pseudonimu, innego imienia albo zasady rozgrywek przewidują tylko komunikację numerami (na przykład sędzia na meczu).

4. Podejmując decyzje dotyczące dziecka, informuje je o tym i stara się brać pod uwagę jego oczekiwania. Oddaje mu sprawczość i możliwość decydowania o swoim zaangażowaniu w sport i dalszych planach dotyczących swojego rozwoju.
5. Szanuje prawo dziecka do prywatności. Jako autorytet będący często powiernikiem sekretów dzieci, nie powinien wykorzystywać tej wiedzy i ujawniać ich tajemnic. Jeśli konieczne jest odstępianie od zasady poufności, aby chronić dziecko, informuje je o tym najszybciej jak to możliwe.
6. Nie ujawnia informacji wrażliwych dotyczących dziecka wobec osób nieuprawnionych, w tym wobec innych dzieci i rodziców. Obejmuje to wizerunek dziecka, informacje o jego sytuacji rodzinnej, ekonomicznej, medycznej, opiekuńczej i prawnej.
7. Zapewnia dzieci, że jeśli czują się niekomfortowo w jakiejś sytuacji, wobec konkretnego zachowania czy słów, mogą o tym powiedzieć jemu lub wskazanej osobie i mogą oczekiwać odpowiedniej reakcji i/lub pomocy.
8. Nie zawstydzia, nie upokarza, nie lekceważy, nie poniża i nie obraża dziecka.
9. Nie krzyczy do dziecka w sytuacji innej niż wynikająca z bezpieczeństwa dziecka lub innych dzieci albo będącej zagrzewaniem do walki w trakcie meczu. Każdorazowo taki krzyk musi być pozbawiony upokarzania i przemocy słownej.
10. Nie zachowuje się w obecności dzieci w sposób niestosowny. Obejmuje to używanie wulgarnych słów, gestów i żartów, czynienie obraźliwych uwag, nawiązywanie w wypowiedziach do aktywności bądź atrakcyjności seksualnej oraz wykorzystywanie wobec dziecka relacji władzy lub przewagi fizycznej (zastraszanie, przymuszanie, groźby).
11. Stosuje równość wobec dzieci w przekazywaniu informacji o treningach, możliwościach rozwoju.
12. Nie komentuje wyglądu dzieci. Jeśli warunki fizyczne dziecka wymagają poprawy, przekazuje te informacje na osobności, zachowując wyczucie i odnosząc się do celów treningowych, nie oceny wyglądu.

### 3. Działania z dziećmi

Każdy członek kadry Klubu RASC w działaniach z dziećmi:

1. **Zapewnia jawność kontaktów** – nie ukrywa żadnych form kontaktu z dzieckiem. Wszystkie treningi i spotkania odbywają się w sposób jawny, z wiedzą innych dorosłych oraz dzieci.

2. **Daje przykład swoim zachowaniem** – stosuje reguły fair play, modeluje relacje oparte na szacunku i współpracy. Ma świadomość, że jego sposób komunikacji z innymi dorosłymi i dziećmi wpływa na postawy dzieci.
3. **Buduje ducha zespołu** – stosuje zasadę „jeden za wszystkich, wszyscy za jednego”, rozumianą jako wspólne zaangażowanie i troska, a nie jako odpowiedzialność zbiorowa. Unika przywilejów i sztucznych podziałów odpowiedzialności.
4. **Reaguje na przemoc rówieśniczą** – nie toleruje plotkowania, nastawiania dzieci przeciwko sobie ani żadnych form przemocy psychicznej lub fizycznej, w tym trash talkingu. Odnosi się z szacunkiem do każdego dziecka.
5. **Buduje autorytet w sposób etyczny** – opiera go na wiedzy, odpowiedzialności, dotrzymywaniu słowa i szacunku. Nie stosuje zastraszania ani kar. Dbą o dobre relacje z dziećmi.
6. **Docenia wysiłek, nie tylko wyniki** – nie obarcza dzieci winą za porażki, nie uzależnia ich wartości od wyników. Zachęca do udziału w treningach i zawodach, pozostawiając decyzję dziecku.
7. **Traktuje dzieci równo** – niezależnie od płci, pochodzenia, sprawności, orientacji, statusu czy wyznania. Dostosowuje plany treningowe do możliwości dzieci, oferując im wspierające wyzwania.
8. **Szanuje prywatność dzieci** – nie wchodzi do toalet, pryszniców i szatni, gdy są tam dzieci. Przestrzega obowiązujących zasad korzystania z tych przestrzeni.
9. **Szanuje czas dzieci** – nie odwołuje treningów w ostatniej chwili i nie oczekuje rezygnacji z innych ważnych dla dzieci aktywności (rodzina, szkoła itp.).
10. **Stawia dobro dziecka na pierwszym miejscu** – nie wywiera presji na wyniki, nie zachęca do aktywności mimo kontuzji. Dbą o bezpieczeństwo i radość dzieci z uprawiania sportu.
11. **Reaguje na sytuacje zauroczenia** – w przypadku zauważenia oznak zauroczenia dziecka w trenerze lub odwrotnie, reaguje stanowczo, z wycuciem i informuje kierownictwo klubu.
12. **Działa w sposób widoczny i jawny** – jeśli przebywa z dzieckiem sam na sam, informuje inne osoby z personelu i podaje dokładne miejsce takiego kontaktu. W miarę możliwości działa w zasięgu wzroku lub słuchu innych dorosłych.
13. **Unika faworyzowania** – nie otacza dzieci niepotrzebną, jednostkową opieką, nie wyróżnia ich bez uzasadnienia.
14. **Nie nawiązuje relacji o charakterze niestosownym** – nie podejmuje relacji romantycznych ani seksualnych z dziećmi, nie wypowiada seksualnych komentarzy, nie udostępnia dzieciom treści erotycznych.

15. **Nie utrwała wizerunku dziecka bez zgody** – nie filmuje, nie nagrywa, nie robi zdjęć dzieciom do celów prywatnych ani nie pozwala osobom trzecim tego robić bez zgody klubu, rodziców/opiekunów oraz samych dzieci.
16. **Nie używa i nie proponuje dzieciom substancji zakazanych** – nie oferuje i nie spożywa w obecności dzieci alkoholu, tytoniu ani substancji psychoaktywnych.
17. **Nie przyjmuje prezentów i pieniędzy** – od dzieci ani ich rodziców/opiekunów. Unika relacji zależności, które mogą prowadzić do oskarżeń o nierówne traktowanie.
18. **W sporcie wyczynowym może zrezygnować ze współpracy z dzieckiem bez predyspozycji** – ale sposób komunikacji musi być empatyczny, dostosowany do wieku i wrażliwości dziecka, bez zawstydzania czy zniechęcania do sportu.
19. **Nie angażuje w sport wyczynowy dzieci bez predyspozycji** – z powodów osobistych lub ambicjonalnych. Udział dziecka w treningach wyczynowych musi wynikać z jego rzeczywistych możliwości i chęci.

#### 4. Kontakt fizyczny

Każde przemocowe działanie wobec dziecka jest niedopuszczalne. Istnieją jednak sytuacje, w których fizyczny kontakt z dzieckiem może być stosowny i spełnia zasady bezpiecznego kontaktu: jest odpowiedzią na potrzeby dziecka w danym momencie, uwzględnia wiek dziecka, etap rozwojowy, płeć, kontekst kulturowy i sytuacyjny. Nie można jednak wyznaczyć uniwersalnej stosowności każdego takiego kontaktu fizycznego, ponieważ zachowanie odpowiednie wobec jednego dziecka może być nieodpowiednie wobec innego. Należy zawsze kierować się swoim profesjonalnym osądem, słuchając, obserwując i odnotowując reakcję dziecka, pytając je o zgodę na kontakt fizyczny (np. przytulenie, korekcję postawy) i zachowując świadomość, że nawet przy dobrych intencjach taki kontakt może być błędnie zinterpretowany przez dziecko lub osoby trzecie.

Każdy członek kadry RASC w kontaktach fizycznych z dziećmi:

1. **Zawsze wyjaśnia cel kontaktu fizycznego.**  
Jeśli musi dotknąć dziecko, np. aby skorygować jego postawę podczas ćwiczeń, informuje je wcześniej, co i dlaczego będzie robił.
2. **Jest gotowy do wyjaśnienia swoich działań.**  
W każdej chwili potrafi uzasadnić zasadność kontaktu fizycznego.
3. **Zachowuje szczególną ostrożność wobec dzieci po trudnych doświadczeniach.**  
Dotyczy to dzieci, które mogły doświadczyć przemocy fizycznej, seksualnej lub zaniedbania. Kadra reaguje z empatią, ale stanowczo, jasno komunikując dziecku granice.

4. **Zachowuje pełną jawność kontaktu fizycznego.**  
Kontakt fizyczny nie może mieć charakteru ukrytego ani wynikać z relacji władzy lub być formą nagrody.
5. **Reaguje na niepokojące sytuacje.**  
Jeśli zauważy niewłaściwy kontakt fizyczny ze strony innych dorosłych lub dzieci – informuje o tym osobę odpowiedzialną i postępuje zgodnie z procedurą interwencji.
6. **Unika zbędnego kontaktu fizycznego przy czynnościach pielęgnacyjnych.**  
Przy każdej takiej czynności obecna powinna być inna osoba z personelu.
7. **Zapewnia obecność drugiej osoby dorosłej przy fizjoterapii.**  
Jeśli dziecko wymaga indywidualnej opieki fizjoterapeuty, należy – w miarę możliwości – zapewnić obecność lekarza, innego członka personelu lub opiekuna. W wyjątkowych sytuacjach konieczna jest pełna jawność tych działań.
8. **Nie narusza fizycznej integralności dziecka.**  
Nie bije, nie popycha, nie szturcha, nie szarpie, nie klepie, nie kopie, nie rzuca w dziecko przedmiotami.
9. **Nie dotyka dziecka w sposób nieodpowiedni.**  
Unika wszelkich form dotyku, które mogłyby być uznane za niestosowne lub nieprzyzwoite.
10. **Nie uczestniczy w nieodpowiednich formach zabawy fizycznej.**  
Nie łaskocze dzieci, nie urządza udawanych walk ani brutalnych zabaw fizycznych.
11. **Zapewnia odpowiednie warunki noclegowe podczas wyjazdów.**  
Podczas wycieczek i wyjazdów trwających dłużej niż jeden dzień:
  - a. Nie śpi z dzieckiem w jednym łóżku ani pokoju.
  - b. W przypadku trudności z organizacją noclegu – podejmuje wszelkie możliwe kroki we współpracy z organizatorami i/lub rodzicami, aby dzieci spały oddzielnie od kadry.

## 5. Korzystanie z szatni i łazienek

1. Jeśli zajęcia lub zawody odbywają się w nieznanym obiekcie, należy uzyskać informacje czy dzieci mają wydzieloną łazienkę i szatnię na wyłączność, czy są one udostępniane publicznie.
2. Dorosłym nie wolno przebierać się w obecności dzieci ani przebywać w szatni i łazience, gdy dzieci są rozebrane. Trenerzy, opiekunowie oraz inne osoby dorosłe nie mogą korzystać z szatni i pryszniców przeznaczonych dla dzieci. Należy minimalizować ryzyko poprzez oddzielenie przestrzeni lub wyznaczenie godzin przeznaczonych wyłącznie dla

dzieci. Zasada ta dotyczy również niepełnoletnich sędziów, trenerów lub innych dzieci pełniących funkcje przypisane do kadry.

3. Trener może wejść do szatni tylko w celu przeprowadzenia odprawy przed zawodami. Godzina odprawy powinna być wcześniej zaplanowana i podana do wiadomości dzieci, tak aby mogły się przebrać przed jej rozpoczęciem. Przed wejściem do szatni trener powinien zapukać.
4. W przypadku zajęć koedukacyjnych należy zapewnić dzieciom osobne łazienki i szatnie.
5. Jeśli dziecko czuje się niekomfortowo podczas przebierania się lub brania prysznica, nie należy na nie wywierać presji. Zamiast tego zachęca się je do wykonywania tych czynności w domu.
6. Należy zapewnić dzieciom bezpieczne warunki do przechowywania rzeczy osobistych oraz komfortowe warunki do przebierania się i korzystania z pryszniców.
7. Używanie telefonów komórkowych lub urządzeń z funkcją nagrywania przez trenerów i opiekunów jest zabronione w szatniach i łazienkach. Dzieci powinny być zniechęcane do korzystania z telefonów w tych miejscach. W przypadku gdy dzieci mają pozwolenie na używanie telefonów, należy przekazać im informacje o bezpiecznym i odpowiedzialnym korzystaniu z nich.
8. Należy reagować na zgłaszane zachowania ośmieszające i zawstydzające między dziećmi – takie jak rozbieranie się dla „zabawy” czy komentarze dotyczące wyglądu, wynikające np. z różnego stopnia rozwoju dzieci.

## **6. Kontakty poza godzinami treningów i innych aktywności klubu RASC**

1. Co do zasady kontakt z dziećmi powinien odbywać się wyłącznie w godzinach treningów, zawodów i innych form rozgrywek oraz dotyczyć celów mieszczących się w zakresie obowiązków kadry klubu RASC.
2. Personelowi klubu RASC nie wolno zapraszać dzieci do swojego miejsca zamieszkania ani spotykać się z nimi poza godzinami treningów bez wiedzy i zgody zarządu klubu oraz rodziców/opiekunów dzieci. Obejmuje to także kontakty z dziećmi poprzez prywatne kanały komunikacji (prywatny telefon, e-mail, komunikatory, profile w mediach społecznościowych).
3. Jeśli zachodzi taka konieczność, właściwą formą komunikacji z dziećmi oraz ich rodzicami/opiekunami poza godzinami treningów są kanały służbowe (e-mail, telefon służbowy). Istnieje możliwość komunikacji z dzieckiem przez kanały internetowe (np. grupy w mediach społecznościowych, mailingi) wyłącznie wtedy, gdy w grupie lub w gronie

odbiorców jest obecna jeszcze jedna osoba dorosła lub odbiorcami jest co najmniej dwoje dzieci. Każdorazowo musi być to kontakt jawny, a rodzice powinni być poinformowani o jego formie.

4. W przypadku konieczności spotkania z dziećmi poza godzinami treningów, członek personelu klubu RASC musi poinformować o tym kierownictwo klubu, a rodzice/opiekunowie prawni dzieci muszą wyrazić zgodę na taki kontakt.
5. Utrzymywanie relacji towarzyskich lub rodzinnych (jeśli dzieci i rodzice/opiekunowie są osobami bliskimi wobec członka personelu klubu RASC) wymaga zachowania poufności wszystkich informacji dotyczących innych dzieci oraz ich rodziców/opiekunów. Nie może to powodować faworyzacji tych dzieci.
6. Zabrania się towarzyszenia dziecku w podróży pod nieobecność opiekuna dziecka, jeśli ta podróż nie jest związana z wyjazdem na zgrupowanie, obóz czy zawody. Każdorazowo rodzic lub opiekun dziecka musi wyrazić na to zgodę.
7. W przypadku treningów indywidualnych konieczna jest zgoda opiekuna. W miarę możliwości treningi indywidualne powinny odbywać się równolegle (dwoje podopiecznych i dwóch trenerów w miejscu treningu).

## **7. Bezpieczeństwo podczas wyjazdów lub obozów**

Każdy członek kadry klubu RASC podczas wyjazdów lub obozów:

1. Dbą o bezpieczeństwo i dobre samopoczucie dzieci. Oznacza to konieczność wcześniejszego przeprowadzenia oceny ryzyka, obejmującej transport i zakwaterowanie.
2. W każdym momencie trwania wyjazdu wie, co robią dzieci i gdzie przebywają.
3. Jest uważny na fizyczne i emocjonalne potrzeby dzieci oraz pomaga w ich zabezpieczeniu. Upewnia się, że dzieci wiedzą, komu mogą zgłaszać swoje obawy lub niewłaściwe zachowania.
4. Zgłasza wszelkie obawy dotyczące bezpieczeństwa i dobrego samopoczucia dzieci do kierownictwa lub osoby wyznaczonej – odpowiedzialnej za bezpieczeństwo dzieci.
5. Transport na zawody, rozgrywki, turnieje, mecze i treningi poza miejscem działania klubu powinien być zapewniony przez klub RASC lub organizatora. Jeśli ze względów ekonomicznych nie ma możliwości zorganizowania transportu zbiorowego, dzieci powinny być pod opieką dorosłego opiekuna. Każdorazowo rodzic lub opiekun dziecka musi wyrazić na to zgodę.

6. Niedopuszczalne jest opuszczenie przez dziecko grupy tylko z jednym dorosłym, chyba że dotyczy to członka rodziny i zostało to wcześniej uzgodnione z rodzicem dziecka lub wymagają tego względy bezpieczeństwa.
7. Należy zadbać o odpowiednie rozlokowanie dzieci w pokojach. Cała grupa powinna mieszkać na jednym piętrze, a jeżeli to niemożliwe, co najmniej jeden opiekun powinien mieszkać na każdym piętrze zajmowanym przez dzieci. Rozlokowanie podopiecznych w pokojach powinno być dla nich komfortowe i dostosowane do etapu ich rozwoju psychofizycznego. W przypadku noclegu zbiorowego dzieci powinny być podzielone płciami, a jeśli nocleg odbywa się w jednej dużej sali, należy wyznaczyć strefy dostosowane do podanych wytycznych, rozlokowane w różnych miejscach pomieszczenia i oddzielone parawanami.
8. Niedopuszczalne jest spanie z dzieckiem w jednym łóżku lub w jednym pokoju. Jeżeli ze względów organizacyjnych dziecko ma spać w jednym pomieszczeniu z instruktorem, to rodzic dziecka lub jego opiekun musi wyrazić na to zgodę. W takim wypadku należy zadbać o prywatność zarówno dzieci, jak i opiekunów, w szczególności nie dopuszczać do złamania zasady intymności i prywatności przy czynnościach takich jak przebieranie się dzieci i dorosłych.
9. Rekomendowane jest, aby osoby niepełnoletnie pełniące rolę kadry (instruktorzy, trenerzy, sędziowie) spały w oddzielnych pokojach (nie z dziećmi i nie z dorosłymi).
10. Dzieci i członkowie kadry powinni przebywać w osobnych pokojach. Niedozwolone jest pozostawianie dzieci samych na noc w pokoju opiekuna (z wyjątkiem członków rodziny – za zgodą rodzica).
11. Przed wejściem do pokoi zawodników opiekunowie powinni zapukać. Sytuacji, w których członek kadry jest sam w pokoju z dzieckiem, należy unikać. Jeśli nie jest to możliwe, drzwi powinny pozostać otwarte.
12. Podczas wyjazdu lub obozu uwzględnia się bezpieczeństwo dzieci na nich przebywających, w szczególności w kontakcie z wykorzystywanym sprzętem. Zapewnia się także dostęp do szybkiej pomocy medycznej, w tym odpowiednio wyposażonej apteczki pierwszej pomocy oraz możliwość niezwłocznego wezwania pogotowia ratunkowego.

## **8. Bezpieczeństwo w kontaktach online**

1. Członek kadry RASC powinien być świadomy cyfrowych zagrożeń oraz ryzyka związanego z rejestrowaniem prywatnej aktywności w sieci przez aplikacje i algorytmy, jak również własnych działań w Internecie. Dotyczy to m.in. „lajkowania” określonych stron, korzystania

- z aplikacji randkowych, w których mogą znajdować się dzieci pod opieką klubu, obserwowania określonych osób lub profili w mediach społecznościowych oraz ustawień prywatności kont. Jeśli profil członka kadry RASC jest publicznie dostępny, dzieci i ich rodzice/opiekunowie mają wgląd w jego aktywność cyfrową.
2. Komunikacja działań klubu RASC powinna odbywać się wyłącznie poprzez oficjalne media społecznościowe klubu. Członek kadry RASC może udostępniać posty klubu na swoim prywatnym profilu. Przy publikowaniu postów lub komentarzy personel powinien zachować szczególną ostrożność, aby nie zagrozić dobru dziecka i nie wyrządzić mu krzywdy.
  3. Członkowi kadry RASC nie wolno nawiązywać kontaktów z dziećmi pod opieką klubu poprzez przyjmowanie lub wysyłanie zaproszeń w mediach społecznościowych w celach innych niż służbowe. Wyjątkiem jest sytuacja, gdy trener jest autorytetem dla dziecka i znana jest mu jego sytuacja wskazująca, że dziecko może szukać u niego pomocy. W takim przypadku należy poinformować o kontakcie innego dorosłego, zachowując jednocześnie poufność i nie ujawniając treści zwierzeń dziecka.
  4. Komunikacja online z dziećmi powinna odbywać się, o ile to możliwe, za pośrednictwem rodziców lub opiekunów prawnych. Gdy nie jest to możliwe, należy uzyskać ich zgodę oraz zgodę dziecka na bezpośrednią komunikację. Bezpośrednia komunikacja za pomocą poczty elektronicznej lub zamkniętych grup służących do kontaktu z dziećmi (np. Whatsapp, Messenger) jest dopuszczalna tylko wtedy, gdy w grupie lub wśród odbiorców znajduje się jeszcze co najmniej jedna osoba dorosła lub odbiorcami jest co najmniej dwoje dzieci. Każdorazowo musi to być kontakt jawny.
  5. Wiadomości kierowane do dzieci powinny ograniczać się wyłącznie do kwestii związanych z uczestnictwem dziecka w treningach lub zawodach. Niedozwolone jest przesyłanie treści, które mogłyby być odebrane przez osoby trzecie jako o charakterze seksualnym. Informacje zwrotne dotyczące postępów treningowych powinny być udzielane najlepiej podczas bezpośredniego kontaktu z dzieckiem.
  6. Bezwzględnie zabronione jest komunikowanie się z dziećmi za pomocą czatów internetowych, portali z grami czy komunikatorów internetowych, z wyjątkiem sytuacji opisanej w punkcie 5.