

The cover features a dark blue background with a subtle pattern of white lines forming a grid and arrows. A prominent yellow diagonal band runs across the middle. The title 'FRIIDROTTENS SPELREGLER' is printed in large, bold, white and black letters across this band. Below the band, a stylized blue hand is shown reaching up towards the text. At the bottom, the publisher's name 'Svensk Friidrotts Uppförandekod' is written in a smaller, white, italicized font.

FRIIDROTTENS

SPELREGLER

Svensk Friidrotts Uppförandekod

Uppförandekodens fyra delar

En del av det som står här är fastslaget i lagstiftningen. Andra saker är självklarheter. Ytterligare annat är sunt förnuft, allmän hyfs och vanligt folkvett. Ändå behövs en sammanställning av vad som gäller för hur vi som på ett eller annat sätt verkar inom Svenska Friidrottsförbundet uppträder gentemot varandra. Målet är att med några gemensamma spelregler skapa en gemensam syn och ett förhållningssätt för att fler ska känna sig välkomna och hemma i friidrottssverige.

Uppförandekoden har sitt ursprung i vår värdegrund och speglar de värderingar som styr vår verksamhet.

Idrott föreningar, inkluderar och skapar gemenskap. Ju fler vi är som skriver under på de här enkla men viktiga spelreglerna, desto större möjligheter för oss att höja ribban en bit – så att vi får en idrott som är ärlig, rättvis och öppen för alla.

Har du frågor eller funderingar kring Friidrottens Spelregler kan du kontakta oss här:

Mail: info@friidrott.se

Intresserad av att veta mer om Svenska Friidrottsförbundets arbete för trygga miljöer – läs mer på www.friidrott.se

LEDARSKAP

DELAKTIGHET

FRISK FRIIDROTT

ATTITYDER

01

BARNRÄTTSPERSPEKTIVET

Barn och unga ska idrotta för sin egen skull och ingen annans. De ska delta för att må bra, utvecklas och ha roligt. I Svensk Friidrott lägger vi större vikt på glädjen med idrott och mindre vikt på resultatlistor och rangordning.

Vi bedriver en verksamhet som ska vara fri från osunda träningsmetoder, hets, resultatbaserad utslagning, trakasserier och övergrepp. Det är alltid de vuxna som bär ansvaret för att friidrottsmiljön är trygg för de barn och unga som deltar.

Barn är individer med egna rättigheter som ska tas på allvar och respekteras av vuxna. Vi följer givetvis FN:s Barnkonvention, som är en del av svensk lag och syftar till att garantera att alla barn och unga som ännu inte fyllt 18 år får sina mänskliga rättigheter tillgodosedda.

02

KOMMUNIKATION I SOCIALA MEDIER

Vid kommunikation i sociala medier uppmanar Svensk Friidrott till att använda sunt förnuft och omtanke, särskilt när det gäller bild och text på andra än dig själv. Be alltid om lov innan du lägger ut bilder på andra.

I chattar och kommentarsfält uppmuntrar Svensk Friidrott till dialog och bra samtalsklimat.

03

SELEKTERING INOM BARN- OCH UNGDOMSIDROTT

Barn-och ungdomsidrott ska utgå från barnrättsperspektivet. Selektion och tidiga urval av barn och ungdomar är problematiskt och ska inte förekomma inom Svensk Friidrott. Det ger inte heller optimal idrottsutveckling. Det är viktigt att inte förväxla talang med fysisk och social mognad.

Det bör finnas möjlighet och förutsättningar för utveckling utifrån varje persons egna önskemål och den som vill kombinera flera idrotter ska ha möjlighet att göra det. Barn och ungdomar ska ha samma rättigheter till tävling och uppmärksamhet, även om de inte närvarar på alla friidrottsträningar.

04

SEXUELLA RELATIONER

Alla aktiva är beroende av bra ledarskap för att kunna utvecklas som friidrottare. Coachen och ledaren har en överordnad position i förhållande till aktiva, vilket innebär ett stort förtroende och ansvar. Tränare/ledare/coacher måste veta var gränserna går och får aldrig någonsin utnyttja sin position.

För Svensk Friidrott är de aktivas välbefinnande centralt. För att upprätthålla trygga friidrottsmiljöer vill vi därför avråda personer i verksamheten från att inleda sexuella relationer med aktiva om det råder en ojämlig maktrelation mellan parterna – oavsett om båda parter har nått myndig ålder.

05

INTRESSEKONFLIKTER, JÄV OCH KORRUPTION

Inom Svensk Friidrott strävar vi efter objektivitet, transparens och neutralitet i agerande, handlingar och beslut. Det innebär att vara öppen och transparent med vilka relationer och anknytningar man har där intressekonflikter och jävsituationer kan uppstå.

Med jäv menas en situation där någons opartiskhet kan ifrågasättas.

Det kan i sin tur rubba förtroendet för beslutsfattare, ledamöters och handläggares obundenhet och/eller objektivitet – till exempel vid beslut eller handläggning av ett ärende.

Korruption handlar om att någon utnyttjar sin ställning för att uppnå vinning för sig själv eller andra. Det kan ske genom olämpliga erbjudanden eller relationer, så kallad vänskapskorruption. Vänskapskorruption handlar om att gynna någon genom tjänster och gentjänster som bygger på relationer som gör det svårt att dra gränsen mellan att vara professionell och privat.

Rådet för Trygg Friidrott

Till Rådet för Trygg Friidrott kan du som vill få råd och stöd kring frågor som rör din eller andras trygghet inom friidrotten vända dig.

Mail: trygg@friidrott.se

Mer information om Rådet för Trygg Friidrott hittar du på www.friidrott.se

DELAKTIGHET

01

DEMOKRATI & DELAKTIGHET

Den svenska idrottsrörelsen har en viktig roll i samhället och bygger på demokratiska principer. Det innebär bland annat att varje medlems röst har samma värde och att alla medlemmar har samma möjlighet till inflytande och delaktighet.

De föreningar som är medlemmar i Svenska Friidrottsförbundet har skrivit under på vår gemensamma värdegrund och åtagit sig att efterleva den. Inom Svensk Friidrott har alla medlemmar möjligheten att bilda sig sin egen uppfattning om verksamheten och göra sin röst hörd. Alla har också möjlighet att påverka verksamhetens inriktning.

02

DISKRIMINERING

Diskriminering är när någon blir illa och/eller orättvist behandlad, enbart beroende på vem den är. Diskriminering är när vi gör skillnad på människor, kopplat till någon av de sju diskrimineringsgrunderna:

Kön

Könsöverskridande identitet eller uttryck

Etnisk tillhörighet

Religion eller annan trosuppfattning

Funktionsnedsättning

Sexuell läggning

Ålder

En idrott fri från diskriminering är en förutsättning för att alla ska ha samma möjlighet att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen. Därför får diskriminering givetvis inte förekomma inom Svensk Friidrott.

03

JÄMLIKHET

Alla människor har samma värde och rättigheter. I friidrotten har alla samma möjlighet att engagera sig och idrotta utifrån sina villkor oavsett ambition, ålder, kön och könsidentitet, prestationsnivå, funktionalitet, socioekonomi och/eller andra förutsättningar.

04

JÄMSTÄLLDHET

Svensk Friidrott vill vara med och bidra till ett samhälle där alla människor, oavsett kön, har samma rättigheter, möjligheter och livsvillkor. Riksidrottsförbundet har antagit jämställdhetsmål som gäller för hela idrottsrörelsen, något som även Svensk Friidrott följer.

En jämställd verksamhet är en förutsättning för en framgångsrik idrott. Därför ska alla ha samma möjlighet att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen. Alla ska ha lika stort inflytande i beslutande och rådgivande organ. Alla ska ha samma möjligheter att vara med och påverka och leda sin idrott. Arbetsformer och fördelning av uppdrag ska utformas så att alla har samma möjligheter att medverka. Oavsett kön eller könsidentitet.

05

REKRYTERING

Svensk Friidrott bedriver alltid rekryteringsprocesser för att hitta den som är bäst lämpad utifrån kompetens. Vi diskriminerar aldrig genom att tolka kompetens olika, beroende på kön, identitet, ålder, hudfärg, etnicitet, funktionssätt eller liknande. Att få vara ledare inom Svensk Friidrott är ett förtroendeuppdrag. Tillsättning av ledare och funktionärer till förbunds- och föreningsuppdrag bör alltid ske efter referenstagning som matchar kravprofilen för den tilltänkta rollen.

Från 1 januari 2020 ska alla specialidrottsförbund och idrottsföreningar inom Riksidrottsförbundet begära att ledare uppvisar ett begränsat registerutdrag ur Polisens belastningsregister. Kontrollen av utdragen är en förebyggande åtgärd som tillsammans med andra insatser, såsom referenstagning, ska öka tryggheten i Svensk Friidrott. Detta är något som gäller alla, oavsett hur länge en person verkat inom Svensk Friidrott.

Svenska Friidrottsförbundets arbete för trygga miljöer

Föreningsavdelningen stöttar föreningar i arbetet för trygga friidrottsmiljöer, läs mer på vår hemsida.

Hemsida: www.friidrott.se – Vår friidrott – Trygg Friidrott

Kontakt: info@friidrott.se

FÖR ETT

FRIIDROTTSVERIGE

Svensk Friidrotts Uppförandekod

DÄR ALLA SKA KÄNNA

SIG VÄLKOMNA

FRISK FRIIDROTT

01

ALKOHOL OCH DROGER

Det säger sig självt: idrott går inte ihop med alkohol och droger. Alkoholförtring får absolut inte förekomma i samband med barn- och ungdomsverksamhet och det får heller aldrig förekomma i landslagskläder. Alkohol är endast undantagsvis tillåtet, då i samband med representationsmåltider för aktiva och ledare över 18 år.

Lika självklart är att det inom förbundet råder nolltolerans mot narkotika. Det får inte förekomma över huvud taget inom ramen för vår verksamhet.

Du som är ledare måste vara medveten om din roll som förebild när det handlar om de här sakerna. Samtal som rör attityder och värderingar kring alkohol och droger är en viktig del för att skapa trygga friidrottsmiljöer.

02

DOPING OCH KOSTTILLSKOTT

All idrotts kanske allra viktigaste fundament är att man tävlar och deltar på lika villkor. Den som vinner ska kunna glädja sig över en ärlig seger, den som förlorar ska kunna vara trygg i att ha förlorat i ärlig kamp.

Doping är farligt, otillåtet och fusk och allt bruk av dopingpreparat är oacceptabelt. Svensk Friidrott tar helt avstånd från och har nolltolerans mot all form av doping och användning av prestationshöjande droger.

För att undvika "misstagsdoping" bör även kosttillskott undvikas. Det finns inget vetenskapligt stöd för att idrottsutövare med normal kosthållning behöver kosttillskott. Dessutom kan vissa kosttillskott innehålla tillsatser av dopingklassade substanser. Det är i slutändan alltid den aktive som är ytterst ansvarig för vad hen stoppar i sig.



01

MOBBING, TRAKASSERIER OCH KRÄNKANDE BEHANDLING

Mobbing, trakasserier och kränkande behandling är givetvis oacceptabla beteenden inom friidrotten. Det är alltid den som upplever sig vara utsatt för mobbing, trakasserier och/eller kränkande behandling som avgör vad som är kränkande – aldrig den som utsätter.

Mobbing och trakasserier är handlingar som gör att en person känner sig förolämpad, hotad, kränkt eller illa behandlad. Mobbing och trakasserier är kränkande behandling som upprepas under en längre tid. Den kan vara fysisk men även psykisk.

Inom Svensk Friidrott råder självfallet nolltolerans gentemot alla former av kränkande behandling.

02

SEXUELLA TRAKASSERIER, UTNYTTJANDE, ÖVERGREPP OCH SEXUELLT OFREDANDE

Sexuella trakasserier kan se ut på många olika sätt. Inom Svensk Friidrott gäller självklart nolltolerans mot alla former av sexuella trakasserier, utnyttjande, övergrepp, sexuellt ofredande eller andra former av ovälkomna sexuella handlingar. Alla misstankar om brott ska polisanmälas.

Inom Svensk Friidrott råder självfallet nolltolerans gentemot alla former av kränkande behandling.

Sexuella trakasserier är en form av diskriminering. Ett exempel kan vara när någon blir utsatt för ovälkommen beröring, blickar eller kommentarer som personen själv upplever som kränkande.

Sexuellt utnyttjande är när känslor, makt och beroende utnyttjas för sexuella syften.

Sexuella övergrepp är alla sexuella handlingar som görs mot någon, inför någon eller som en person får någon annan att göra mot den utsatta personens vilja.

03

EMOTIONELLA ÖVERGREPP

Emotionella övergrepp är ett mönster av avsiktliga men inte fysiska övergrepp. Det kan vara både verbala och icke verbala beteenden som kränker, förminskar eller på andra sätt skadar den som utsätts emotionellt.

Det är alltid den som upplever sig vara utsatt för emotionella övergrepp som avgör vad som är oönskat, aldrig den som utsätter.

Emotionella övergrepp kan ta sig uttryck i:

Personangrepp eller straff som riktas mot en aktiv eller grupp av aktiva

Destruktiv kritik från ledare eller andra aktiva

Kommentarer kopplat till utseende och vikt såsom kropps- och vikthets

Mobbing, exkludering och förlöjligande

Bristande uppmärksamhet, försummelse och orättvis behandling från ledare

Aggressivt beteende eller uttryck av besvikelse.

Svensk Friidrott bedriver en verksamhet som bidrar till hållbara idrottare och en verksamhet som är fri från alla typer av övergrepp.

04

VÅLD OCH HOT

Alla former av våld och hot inom Svensk Friidrott är givetvis fullständigt oacceptabelt. Brott ska alltid polisanmälas.

Rådet för Trygg Friidrott

Till Rådet för Trygg Friidrott kan du som vill få råd och stöd kring frågor som rör din eller andras trygghet inom friidrotten vända dig.

Mail: trygg@friidrott.se

Mer information om Rådet för Trygg Friidrott hittar du på www.friidrott.se



SVENSK FRIIDROTT