



# Gundega Balett Skola

## Handlingsplan

mot mobbning, diskriminering och kränkande särbehandling  
syftande till en trygg och säker plats för alla åldrar

### Handlingsplanens syfte

Gundega Balett Skola ska vara en trygg plats för barn och ungdomar och deras föräldrar, övriga medlemmar samt föreningens ledare. Med trygg plats menas att verksamheten bedrivs i enlighet med lagar och riktlinjer som har koppling till svensk barn- och ungdomsidrott.

Handlingsplanens syfte är att genom en beredskap mot mobbning, diskriminering och kränkande särbehandling uppnå att alla verksamma på Gundega Balett Skola ska känna att de är i en trygg miljö. Verksamheten ska bedrivas i en trygg och säker miljö, där barn och ungdomar kan utvecklas efter sina förutsättningar. Detta är också förutsättningar för att barnen på sikt ska kunna utvecklas till duktiga dansare och ledare.

Handlingsplanen gäller förutom för verksamheten på plats även aktiviteter som sker på internet. Därtill kommer en bevakning att personuppgifter hanteras i enlighet med gällande regler, GDPR. Planen ska även kunna utgöra stöd för att beredskap finns för hantering av oönskade händelser.

## Begrepp

Föreningens handlingsplan ska motverka att mobbning, diskriminering och kränkande särbehandling, på olika sätt, yttrar sig eller, än värre, får fäste i Gundega Balett Skolas verksamhet. Alla verksamma i föreningen ska veta vad de tre begreppen innebär och kan leda till. Principen om allas lika värde är en naturlig del i föreningens värdegrund. Kortfattat innebär de olika begreppen följande:

- **Diskriminering** uppstår när någon behandlas sämre än andra.
- **Kränkande särbehandling** är ett samlingsbegrepp för olika oacceptabla beteenden.
- **Mobbning** är återkommande negativa handlingar och beteenden under en längre tid.
- **Principen om lika värde** innebär att alla har lika mycket värde hur olika de än är.

Diskriminering är när en person eller grupp av personer gör åtskillnad mellan olika människor som inte bygger på meriter eller talang. I begreppet är underförstått att åtskillnaden innebär något negativt för den drabbade. Diskriminering är förbjuden enligt svensk lag om den beror på kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller ålder.

Diskriminering och särbehandling kommer till uttryck genom att negativa handlingar och oacceptabla beteenden riktas mot en eller flera personer på ett kränkande sätt. Vid mobbning har detta beteende bitit sig fast och fått en stadigvarande prägel och principen om allas lika värde har satts på undantag. Handlingarna kan leda till ohälsa och medföra att de som drabbas hamnar utanför den sociala gemenskapen.

## Grundläggande dokument

Följande dokument utgör grund för föreningens handlingsplan mot mobbning, diskriminering och kränkande behandling. De utgör i tillämpliga delar verksamhetens värdegrund.

1. Riksidrottsförbundets värdegrund: Idrotten Vill (se [bilaga 1](#))
2. Svensk Gymnastiks värdegrund och uppförandekod: Svensk Gymnastik Vill (se [bilaga 2](#))
3. Förenta nationernas konvention om barnets rättigheter (se [bilaga 3](#))

## Föreningens förväntningar och mål

På Gundega Balett Skola ska alla känna att de är i en trygg miljö. För att uppnå denna målsättning om en trygg och säker verksamhet förväntas följande av de verksamma.

- Alla ska:
  - verka för att föreningen har en öppen, positiv och solidarisk atmosfär
  - vara lyhörda för tendenser till negativa handlingar.
  
- Ledare ska:
  - veta vad som menas med mobbning, diskriminering och kränkning
  - vara införstådda med och agera utifrån denna handlingsplan
  - vara goda föredömen i arbetet med att skapa en trygg och säker plats för alla åldrar.
  
- Barn och ungdomar förväntas:
  - agera utifrån denna handlingsplan gentemot såväl yngre som äldre danskamrater samt ledare och utomstående
  - känna till föreningens inriktning och målsättning
  - vara goda föredömen i arbetet med att skapa en trygg och säker plats för alla åldrar.
  
- Föräldrar och vuxna medlemmar förväntas:
  - agera utifrån denna handlingsplan
  - känna till föreningens inriktning och målsättning.

## Rutiner vid oönskade händelser

Om någon eller några betar sig i strid med föreningens målsättning, ankommer det på föreningens ordförande att ha en genomgång med de berörda om handlingsplanens angivna mål.

Vid fortsatt olämpligt beteende ska ordföranden, i de fall det rör sig om barn, ta kontakt med den berörda personens förälder eller föräldrar. I särskilt allvarligt fall kan ordföranden hämta kompletterande stöd från SISU-Idrottsutbildarna eller Rädda Barnen.

Upphör inte det oönskade beteendet efter flera uppmaningar och samråd, hänskjuts saken till föreningens styrelse för beslut om nödvändig åtgärd i enlighet med föreningens stadgar.

Den som oroar sig för eller har fått vetskap om att ett barn hamnat i en situation där det kan fara illa, kan ta någon av följande kontakter:

1. Kontakta föreningens ledare eller ordförande. Dessa kontakter vid behov kommunens socialtjänst samt informerar i lämplig omfattning inom föreningen.
2. Gör en orosanmälan enligt socialtjänstlagen direkt till kommunens socialnämnd.

## Förankringsarbete, uppföljning och ansvar

### Förankring

- Handlingsplanen ska finnas på föreningens hemsida samt tillgänglig i föreningens lokaler
- Nyttillkomna ledare ska introduceras i handlingsplanen
- Nya aktiva medlemmar inklusive deras föräldrar informeras om att handlingsplanen finns tillgänglig på föreningens hemsida.

### Uppföljning

- Handlingsplanen följs upp genom frågor och checklista inför varje årsmöte
- Ordföranden rapporterar vid årsmötet om det fortgående arbetet inom föreningens grupp för en trygg miljö
- Föreningens grupp för en trygg miljö samlas minst en gång per termin för information kring eventuella tendenser inom och mellan olika grupperna, deltagarna och ledare.

## Ansvar

- Föreningens styrelse har det övergripande ansvaret för förankringsarbetet och uppföljningen.
- Under styrelsen ansvarar föreningens grupp för en trygg miljö för hanteringen av handlingsplanen. Gruppen består av
  - Ordförande: BoCe Sjöman
  - Ledare: Gundega Liede
  - Assisterande ledare (1): Ellen Egeland, Luna Zirojevic, Hedda Utbult, Molly Fallqvist, Irma Skogar,
  - Assisterande ledare (2): Linda Dvorakova, Freja Winblad

## Bilaga 1:

# IDROTTE VILL

## Värdegrund

Idrottsrörelsens värdegrund består av fyra grundläggande principer. Dessa är beslutade av RF-stämman, de ingår i RF:s stadgar och är vägledande för all verksamhet som bedrivs inom ramen för RF:s medlemsförbund och deras föreningar.

I stadgarna står att verksamhet ska bedrivas i enlighet med vision, verksamhet och värdegrund. På det sättet blir värdegrunden ett sätt att styra verksamheten. Idrottsrörelsen vill att medlemmarna i föreningen använder värdegrunden som riktmärke då man diskuterar och så småningom enas om den verksamhet som ska bedrivas i föreningen. Genom att alla lever och leder enligt svensk idrotts värdegrund blir svensk idrottsrörelse en central kraft i utvecklingen av ett socialt hållbart samhälle.

Värdegrunden består av:

### **Glädje och gemenskap**

Glädje och gemenskap Glädje och gemenskap är starka drivkrafter för att idrotta. Vi vill bedriva och utveckla all verksamhet så att vi ska kunna ha roligt, må bra och utvecklas under hela livet.

Glädje och gemenskap är också ett förhållningssätt, bland annat till tränar- och ledarskap. Med detta som grund lockar verksamheten människor att ge av sin tid dels för att stötta och hjälpa andra men också för att glädjen, gemenskapen och delaktigheten i uppdraget är belöning i sig själv.

### **Demokrati och delaktighet**

Föreningsdemokrati innebär att alla medlemmars röst har lika värde. Delaktighet innebär att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet. Demokrati och delaktighet ska utövas jämställt och oavsett bakgrund.

Idrottsrörelsen kan och vill göra en stor insats för människors upplevelse av och förståelse för demokrati. Idrottsrörelsen vill att barn och unga ges mycket stora möjligheter att både göra sin röst hörd och att påverka den verksamhet de är del av. Barnkonventionen säger att barn ska ges möjligheten att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. I omklädningsrummet såväl som på idrottsarenan bygger det goda ledarskapet på involvering, medbestämmande och människors rätt att utvecklas.

Att påverka verksamhet och att vara en del av den, för såväl ung som äldre, innebär också att rent praktiskt göra insatser i verksamheten. Delaktighet är att gemensamt verka för en bättre verksamhet, där vi med lyhördhet och respekt inför varandra gör den idrottsliga verksamheten och föreningen till det vi vill att den ska vara. Idrottsrörelsen vill vara en skola i demokrati för

barn och unga, där ungas åsikt ska beaktas och medverka möjliggöras i förhållande till barnets ålder och mognad.

Viktiga beståndsdelar i demokrati är öppenhet och transparens där alla medlemmar ges möjligheten att bilda sig sin egen uppfattning om verksamheten, göra sin stämma hörd och påverka verksamhetens inriktning

### **Allas rätt att vara med**

Allas rätt att vara med innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar. Alla som vill oavsett kön, könsidentitet och uttryck, etnisk och social bakgrund, religion/trosuppfattning, funktionsförmåga, sexuell läggning eller ålder får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet.

Allas rätt att vara med innebär även att politisk åskådning eller uppfattning aldrig kan vara en grund för att utestänga någon. Alla som vill kan bli medlem i en förening. Men för att aktivt medverka i föreningens verksamhet krävs mer än så. Det är föreningens medlemmar, ledare och aktiva som ska säkerställa att föreningens och idrottsrörelsens värdegrund upprätthålls. Därför är alla som vill och som lever och leder efter idrottsrörelsens värdegrund, välkomna att vara med i den idrottsliga verksamheten.

I vårt land har människor olika möjlighet att delta i samhället. Detta gäller även människors möjlighet att delta i idrottsrörelsen. Till exempel har människor med utländsk bakgrund, företrädesvis flickor, människor i socioekonomiskt svaga områden och människor med någon typ av funktionsnedsättning historiskt inte varit representerade inom idrottsrörelsen i samma utsträckning som andra. Det här vill idrottsrörelsen ändra på och arbetar därför uppsökande och aktivt inkluderande för att påverka människor att både vilja och kunna vara delaktiga.

Idrottsrörelsen vill att kvinnor och män ska ha samma makt att forma idrotten och sitt deltagande i idrottsrörelsen. Idrottsrörelsen vill också kontinuerligt och aktivt syna de normer som präglar idrottens miljöer samt hur de påverkar individer och grupper. Idrottsrörelsen vill vara intressant, relevant och välkomnande för människor oavsett vilka de är och varifrån de kommer. Detta gäller på tävlingsarenan, i omklädningsrummet, på träningen och i styrelserummet.

### **Rent spel**

Rent spel och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att följa överenskommelser och leva efter god etik och moral. Detta inkluderar bland annat att aktivt arbeta mot doping, matchfixing, osund ekonomi och annat fusk samt mot diskriminering, trakasserier, kränkningar och våld såväl på som utanför idrottsarenan.

Rent spel handlar också om att göra sitt yttersta för att följa gemensamma regler och respektera sina medtävlande. En överväldigande majoritet av idrottsrörelsens medlemmar är barn och de allra flesta barn i vårt land är någon gång medlemmar i en idrottsförening. Därför är ledares, tränares och vuxnas beteende och uppförande, liksom barnens, oerhört centralt för hur vi uppfattar och upplever verksamheten. För att tydliggöra förväntningar och för att beskriva önskat beteende har idrottsrörelsen en egen uppförandekod, en anvisning till RF:s stadgar och dess värdegrund. Där finns mer om vad som ska utmärka ledares och individers förhållningssätt och etiska grundsyn. Du hittar den på [www.rf.se](http://www.rf.se).

## Bilaga 2:

# SVENSK GYMNASTIK

## Värdegrund

- **Personligt engagemang hela livet.** Vi ser och tar tillvara alla individers möjligheter att vara med.
- **Nyfikenhet och öppenhet.** Vi är lyhörda för den enskilde individens behov och visar förståelse för varandras verksamheter och bjuder på oss själva.
- **Glädje och utveckling.** Vi utvecklas och gläds tillsammans och vi lär för livet.

## Uppförandekod

**Uppförandekoden** beskriver hur vi är mot varandra inom Svensk Gymnastik. För enkelhets skull talar vi om ”utövaren”, men koden gäller givetvis alla inom Svensk Gymnastik: utövare, tränare/ledare, domare, organisationsledare, föräldrar, förtroendevalda, uppdragstagare, förening och förbund.

- Vi ger utövarna möjlighet att uppleva glädje och gemenskap inom gymnastiken.
- Vi underlättar individens utveckling med utgångspunkt i den enskilda utövarens utvecklingsnivå, förutsättningar och ambitionsnivå
- Vi är goda förebilder
- Vi respekterar utövarnas personliga integritet
- Vi bidrar till utövarnas utveckling genom att på olika sätt göra dem delaktiga i beslut som rör deras träning och tävling, samt skapar en miljö där individen reflekterar och tar ansvar.
- Vi ansvarar för utövarnas personliga säkerhet i samband med gymnastikverksamhet.
- Vi ansvarar för utövarnas hälsa och välmående i samband med gymnastikverksamhet.

**Nyckelfaktorer** (*i tillämpliga delar då Gundega Balett Skola inte har tävlingsverksamhet*):

- **Utgå från barnrättsperspektivet**  
All verksamhet för barn och ungdomar ska bedrivas utifrån ett barnrättsperspektiv och följa FN:s barnkonvention. Det handlar om att alltid ha barnets bästa för ögonen och respektera det enskilda barnet och barnets individuella behov. Det handlar också om att förstå barnets perspektiv. Såväl tränare/ledare som organisationsledare på alla nivåer måste analysera vilka konsekvenser ett beslut eller åtgärd får för ett barn, en ungdom eller en grupp av barn och ungdomar. Riksidrottsförbundets material Barnens spelregler och Gymnastikförbundets uppförandekod är verktyg att använda.



- **Uppmuntra utövarnas inre drivkraft**  
Motivation är helt avgörande för möjligheten att över tid utveckla kompetenser och färdigheter. Kompetens handlar om ledarens förmåga att få utövaren att förstå ett sammanhang och inte bara en enskild rörelse. Att uppmuntra inre drivkraft är nödvändigt oavsett ålder och typ av träning. Det handlar om att stärka känslan av tillhörighet, självbestämmande och kompetens. Självständigt drivna utövare och tränare, med inflytande i verksamheten, upplever mer glädje av sitt idrottande och håller på längre.
- **Ta hänsyn till individuell utveckling**  
Kunskap och förståelse för fysisk, intellektuell och emotionell utveckling hos individer ska genomsyra tränings- och tävlingsupplägg. Alla aktiviteter, såväl träning som tävling, ska ta hänsyn till utövarens individuella fysiska, kognitiva och emotionella utveckling och behov. Utbildning av ledare och föräldrar inom dessa områden är viktigt.
- **Träna smart och ha tålamod**  
Att träna smart handlar om att träna på rätt saker i rätt ålder. Att anpassa träningen efter utövarnas individuella utveckling och förutsättningar. Att ha tålamod och anpassa träningen i relation till biologisk ålder är avgörande för att träningen ska kunna bedrivas säkert, och för att så många som möjligt ska stanna kvar och känna sig välkomna till Svensk Gymnastik. Att nå sin fulla potential ska få ta tid, oavsett typ av träning, ålder och ambitionsnivå.
- **Vårda och utveckla ett brett utbud**  
Svensk Gymnastiks breda utbud för barn, ungdomar, vuxna och seniorer är vår styrka. Att vårda och utveckla ett brett utbud kan bland annat innebära att:
  - Utbud och verksamheter utvärderas i syfte att vårdas och utvecklas för att attrahera och behålla utövare och ledare.
  - Individen uppmuntras att prova på olika verksamheter för att främja allsidig utveckling.
  - Medlemmars förslag på att bredda föreningens utbud av tränings- och tävlingsverksamhet uppmuntras.
  - Möta individens behov genom att ge individen möjlighet att röra sig mellan olika verksamheter.
  - Gymnastikförbundet är öppna för såväl utvecklingen av befintlig verksamhet som inkludering av nya verksamheter.
- **Säkerställa välutbildade och kompetenta ledare**  
För att all verksamhet inom Svensk Gymnastik ska vara sund, stimulerande och utvecklande behövs välutbildade och kompetenta ledare. Det innebär att:
  - Värna om att höja och bibehålla kompetensen hos såväl nya som mer erfarna tränare och organisationsledare.
  - Gymnastikförbundets utbildningsverksamhet ska garantera möjligheten för tränare och organisationsledare att fördjupa sina kunskaper genom kontinuerlig utbildning.
- **Bedrivs i anpassade och utvecklande fysiska miljöer**  
För att skapa glädje, utveckling och möjlighet till rörelse hela livet behövs anpassade

och utvecklande fysiska miljöer. Det kan bland annat innebära att:

- Samverka lokalt med kommun och skola.
- Gymnastikförbundet arbetar tillsammans med Riksidrottsförbundet för att påverka den politiska dagordningen i anläggningsfrågor.
- Stödja dialogen mellan föreningar och lokala parter, ett stöd som kan se olika ut beroende på föreningens behov och önskemål.
- Gymnastikförbundet ger föreningar möjlighet till ekonomiskt stöd genom Idrottslyftet.

- **Arbeta med kvalitetssäkrade strukturer**

För att säkerställa att utvecklingsmodellen genomsyrar all verksamhet behövs styrdokument, samt uppföljning av insatser och aktiviteter. Detta kan ske genom att:

- Genomföra dialoger eller enkäter inom föreningen för att fånga medlemmarnas tankar och åsikter.
- Rapporteringssystem är ändamålsenligt utformade.
- Tävlingsregler och reglementen är tydliga och följer Strategi tävling och Utvecklingsmodellens olika delar.

- **Ständigt utvecklas**

Utvecklingsmodellen ska ständigt vara aktuell och relevant för Svensk Gymnastik. Därför ska Utvecklingsmodellen kontinuerligt omprövas och låta sig påverkas av nya aspekter av träning, tävling, forskningsrön, vetenskapliga observationer och av en ständig omvärldsbevakning.

---

## Bilaga 3:

### FN:s barnkonvention

- Förenta nationernas konvention om barnets rättigheter (svensk lag SFS 2018:1197): [Lag \(2018:1197\) om Förenta nationernas konvention om barnets rättigheter Svensk författningssamling 2018:2018:1197 - Riksdagen](#)
- Rädda barnens kortversion av barnkonventionen: <https://www.raddabarnen.se/rad-och-kunskap/skolmaterial/barnkonventionen/barnkonventionen-kort-version/>