

## ETISKE RETNINGSLINJER

### I MIN ROLLE I IDRETTLAGET SKAL JEG:

1. Behandle alle med respekt, og avstå fra alle former for kommunikasjon, handling eller behandling som kan oppleves som krenkende.
2. Unngå berøringer som kan oppleves som uønsket.
3. Unngå alle former for verbal intimitet som kan oppleves som seksuelt ladet.
4. Unngå uttrykk, vitser og meninger som omhandler utøveres kjønn eller seksuelle orientering på en negativ måte.
5. Tilstrebe å ha begge kjønn representert i støtteapparatet.
6. Unngå kontakt med utøvere i private rom uten at det er flere til stede eller det er avtalt med foresatte eller idrettsledelsen.
7. Vise respekt for utøverens, trenerens og lederens privatliv.
8. Unngå doble relasjoner. Dersom et gjensidig forhold etableres bør situasjonen tas opp og avklares åpent i miljøet.
9. Ikke tilby noe form for motytelse i den hensikt å forlange eller forvente seksuelle tjenester i retur.

### VEIVISER FOR UTØVER:

1. Du husker at idrettsglede er viktig både for deg og for andre.
2. Du gjør alltid ditt beste og viser respekt både overfor andre utøvere, trenere, tillitsvalgte og foreldre.
3. Du deltar i idretten fordi det er utviklende og givende – ikke fordi andre ønsker det
4. Du viser respekt for alle utøvere, både innen din egen klubb og i andre klubber
5. Du unnlater negative uttalelser overfor andre utøvere, konkurrenter, trenere, dommere, funksjonærer og tillitsvalgte.
6. Du er bevisst at yngre utøvere ser opp til deg og tar etter deg. For å få til et godt miljø er det derfor viktig at du lærer de yngre gode holdninger.
7. Du tar avstand for alle former for doping, mobbing, vold og rasisme.

### FOR TRENERE, LEDERE, TILLITSVALGTE OG ANSATTE:

1. Du er en person utøveren kan stole på
2. Du skaper trygghet og tillit i idrettsmiljøet og bidrar til åpenhet og inkludering
3. Du bidrar sterkt til å fremme trivsel innen idretten
4. Du er ydmyk, lyttende, inkluderende, åpen og ærlig
5. Du viser respekt, toleranse, likeverd og rettferdighet
6. Du viser omsorg og interesse for utøvere som er skadet eller syke
7. Du er åpen for samarbeid med alle andre aktører i idrettslaget
8. Du verner om og etterlever idrettens og idrettslagets grunnverdier og regelverk, og ser til at utøverne gjør det samme.
9. Du fordømmer usportslig og nedlatende opptreden
10. Du holder fokus på utøverens mestringsopplevelser fremfor prestasjoner.
11. Du tilpasser trening og konkurranser til utøvernes alder og utviklingstrinn
12. Du husker at ikke alle utøvere kan/vil nå toppen, men at alle trenger å bli sett
14. Du viser respekt overfor de andre rollene som du møter som leder i idrettslaget
15. Du respekterer kulturelle forskjeller mellom deg, utøvere og andre ledere
16. Du setter deg inn i begge partenes syn, i konflikter og uoverensstemmelser
17. Du tar ansvar for, på alle vis, å bidra til at idretten er doping fri.
18. Du påser at du ikke misbruker din makt og autoritet
19. Du viser nulltoleranse for enhver form for diskriminering, trakassering og overgrep
20. Du tar avstand fra enhver form for bruk av rusmidler i idrettsmiljøet

Navn: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Sted / dato

\_\_\_\_\_  
Signatur