



# Norra Svealands Konståkningsförbundet

En del av Svenska Konståkningsförbundet

Detta dokument överlämnas till er förening eftersom ni ingår i Norra Svealands distrikt. Vår styrelse har jobbat fram ett styrdokument för hur vi ska förhålla oss på vår träningsanläggning och arbetsplats. Om en situation uppstår som frångår vårt förhållningssätt kan ni som förening ta hjälp av FemSteg Handlingsplan som ni själv utrustar med kontaktuppgifter och tillvägagångssätt.

## **Personalen (vaktmästare)**

Vi visar respekt mot konståkningen som idrott och vilka behov som finns inom idrotten. Omklädningsrum ska vara trygga och det ska finnas tydliga riktlinjer om hur och när ishallens personal får gå in och ut där.

## **Kommunen**

Vi behöver uppbackning för att få rätt förutsättningar och en rättvis istids kvotering. Om kommunen inte tillgodoser konståkningens grenspecifika behov vid istidsförhandling förekommer diskriminering mot konståkning som idrott.

## **No Fall - träningsredskapet för konståkning som ger möjlighet för funktionsnedsatta barn och ungdomar att utöva idrott.**

Hoppsele är ett träningsredskap som stärker självkänslan när åkare testar nya hopp samt minimerar risken för fallskador. Det bör även finnas för att få en jämlik ishall, och för att funktionsnedsatta barn & ungdomar ska få möjlighet att utöva konståkning. Anpassa ishallen för både konståkning och ishockey.

## **Tränare - samtliga är utbildade via Svenska Konståkningsförbundet.**

Följande förväntar vi oss utav våra ledare:

- Kontinuerligt hålla sig uppdaterad med information från förbundet.
- Ledare skapar gemenskap på isen och samarbetar med varandra.
- Ledare pratar positivt om sina kollegor och andra föreningar.
- Ledare ser individen och lägger märke till hur inkluderad denne är i grupp.
- Avvikande beteenden hos åkare rapporteras till styrelsen.

Samtliga anställda tränare har nolltolerans mot följande:

- All form av mobbning, kränkande behandling och sexuella trakasserier.
- Särbehandling
- Droger
- Alkohol i samband med idrott
- Osunda träningsmetoder

Vi verkar för att minimera alkohol intresset hos våra åkare.



## Norra Svealands Konståkningsförbundet

En del av Svenska Konståkningsförbundet

### Föreningen

#### Vad kan föreningen göra för att bidra till en trygg ishallsmiljö?

- Utbilda våra tränare i pedagogik, HLR, första hjälpen, skadeförebyggande och kost.
- Ge verktyg till våra tränare så de är ett bra stöd för barn & unga med NPF diagnoser.
- Lyssna på våra tränare och ta hjälp av NSK eller förbundet om det uppstår situationer.
- Starta en trygghetsgrupp där några vuxna och ungdomar som aktivt jobbar med ämnet.
- Utrusta ishall med uppdaterad sjukvårdsväska.
- Vaccinera klubben mot doping genom Antidoping Sverige.  
<https://www.vaccineraklubben.se>

### Medlemmar (aktiva och föräldrar)

- Vi är snälla och trevliga mot alla
- Vi pratar gott om varandra
- Vi visar kamratskap och god attityd
- Vi peppar varandra
- Vi lyssnar på varandra
- Vi respekterar varandra
- De äldre åkarna är förebilder för de yngre åkarna.  
[Uppförandekod | Svenska Konståkningsförbundet \(skatesweden.se\)](https://www.skatesweden.se)