

## **GEDRAGSCODE BUDO SPORT SHIZENTAI**

Samen zorgen we voor een veilige, respectvolle en plezierige budosport

Vastgesteld door: het bestuur van Budo Sport Shizentai

Datum: .....

Versie: 1.0

### **1. Doel van deze gedragscode**

Budo Sport Shizentai wil een vereniging zijn waar iedereen met plezier kan sporten en zich veilig, welkom en gerespecteerd voelt.

Budo gaat niet alleen over het aanleren van technieken. Respect, zelfbeheersing, eerlijkheid, verantwoordelijkheid en zorg voor elkaar zijn belangrijke onderdelen van de budosport.

Deze gedragscode beschrijft hoe wij binnen Shizentai met elkaar omgaan. De regels gelden voor alle leden, sporters, ouders/verzorgers, trainers, vrijwilligers, bestuurders en andere personen die bij de vereniging betrokken zijn.

De gedragscode is gebaseerd op de uitgangspunten van een veilig sportklimaat en sluit aan bij de budowaarden van de Judo Bond Nederland (JBN).

### **2. Onze uitgangspunten**

Binnen Budo Sport Shizentai staan de volgende waarden centraal:

#### **Respect**

We behandelen elkaar met respect, ongeacht leeftijd, geslacht, afkomst, geloof, uiterlijk, niveau of persoonlijke achtergrond.

#### **Zelfbeheersing**

We houden onze emoties onder controle. Ook tijdens spannende trainingen, wedstrijden of situaties waarin iets niet gaat zoals we willen.

#### **Eerlijkheid**

We zijn eerlijk tegen elkaar en houden ons aan afspraken en regels.

#### **Veiligheid**

We zorgen samen voor een omgeving waarin iedereen lichamelijk en sociaal veilig kan sporten.

#### **Samenwerking**

We helpen elkaar om beter te worden en dragen bij aan een positieve sfeer binnen de groep.

#### **Verantwoordelijkheid**

Iedereen is verantwoordelijk voor zijn of haar eigen gedrag en spreekt anderen op een respectvolle manier aan wanneer dat nodig is.

### 3. Gedrag van iedere sporter

Iedere sporter bij Shizentai:

Behandelt anderen met respect.

Accepteert de grenzen van een ander.

Luistert naar de trainer en volgt aanwijzingen op.

Gebruikt technieken alleen op de manier waarop deze zijn aangeleerd.

Houdt rekening met het niveau en de mogelijkheden van de trainingspartner.

Doet een trainingspartner nooit bewust pijn.

Pest, bedreigt, intimideert of discrimineert niemand.

Scheldt anderen niet uit en maakt geen kwetsende opmerkingen.

Respecteert tegenstanders, scheidsrechters, trainers en vrijwilligers.

Gaat zorgvuldig om met de dojo, materialen en eigendommen van anderen.

Meldt onveilige of ongewenste situaties bij een trainer, vertrouwenscontactpersoon of bestuurslid.

Helpt mee aan een prettige en veilige sfeer binnen de vereniging.

### 4. Regels in de dojo

De dojo is een plaats waar we samen trainen en van elkaar leren.

Daarom gelden de volgende regels:

We komen op tijd voor de training.

We betreden en verlaten de mat op een respectvolle manier.

We dragen schone en geschikte sportkleding.

We zorgen voor een goede persoonlijke hygiëne.

Sieraden die gevaar kunnen opleveren worden tijdens de training afgedaan.

We luisteren wanneer de trainer uitleg geeft.

We verstoren de training niet onnodig.

We gebruiken de technieken gecontroleerd en verantwoord.

We stoppen onmiddellijk wanneer een trainingspartner afklopt, aangeeft te willen stoppen of wanneer de trainer dat zegt.

We maken geen foto's of video's van anderen zonder toestemming.

We laten de dojo netjes achter.

### 5. Pesten en discriminatie

Binnen Shizentai accepteren wij geen pesten, uitsluiting, discriminatie of vernedering.

Daaronder verstaan wij onder andere:

iemand structureel buitensluiten;

iemand belachelijk maken;

schelden of kwetsende bijnamen gebruiken;

opmerkingen maken over afkomst, huidskleur, geslacht, geloof, uiterlijk, beperking of andere persoonlijke kenmerken;

dreigen of intimideren;

iemand bewust isoleren binnen de groep;

online berichten of beelden gebruiken om iemand binnen de vereniging te kwetsen.

Een grap is alleen een grap als iedereen die erbij betrokken is deze ook als prettig ervaart.

Wie merkt dat iemand wordt gepest of buitengesloten, kijkt niet weg maar meldt dit bij een trainer, vertrouwenscontactpersoon of bestuurslid.

## 6. Lichamelijk contact en veiligheid

Budosport is een contactsport. Aanraking en lichamelijk contact kunnen daarom onderdeel zijn van de training.

Dit contact moet altijd:

- functioneel zijn voor de training;
- passen bij de aangeleerde techniek;
- proportioneel zijn;
- rekening houden met de grenzen van de ander;
- plaatsvinden binnen een veilige en professionele omgeving.

Onnodig of ongewenst lichamelijk contact is niet toegestaan.

Wanneer een sporter aangeeft dat bepaald contact onprettig is, wordt dit serieus genomen en wordt naar een passende oplossing gezocht.

## 7. Gedrag van trainers en begeleiders

Trainers en begeleiders hebben binnen de vereniging een bijzondere verantwoordelijkheid.

Een trainer:

- geeft zelf het goede voorbeeld;
- behandelt iedere sporter respectvol;
- zorgt voor een veilige trainingsomgeving;
- maakt geen misbruik van zijn of haar positie;
- onthoudt zich van intimidatie, vernedering en discriminatie;
- respecteert de persoonlijke grenzen van sporters;
- gebruikt lichamelijk contact alleen wanneer dit functioneel en passend is binnen de training;
- bespreekt persoonlijke zaken van sporters zorgvuldig en vertrouwelijk;
- maakt geen ongepaste seksuele opmerkingen of toespelingen;
- onderhoudt professionele grenzen met jeugdige sporters;
- grijpt in wanneer sprake is van pesten, intimidatie of ander grensoverschrijdend gedrag.

Van trainers en begeleiders wordt verwacht dat zij handelen in het belang van de veiligheid en ontwikkeling van de sporter.

## 8. Omgang met jeugdleden

Bij jeugdleden staat veiligheid extra centraal.

Trainers, vrijwilligers en andere volwassenen:

- behandelen jeugdleden met respect;

vermijden situaties waarin een kind onnodig alleen met één begeleider is;  
communiceren op een passende en professionele manier;  
gebruiken geen seksuele, vernederende of intimiderende taal;  
maken geen misbruik van afhankelijkheid of machtsverschillen;  
respecteren de lichamelijke en persoonlijke grenzen van kinderen;  
nemen signalen van kinderen serieus.

Ouders/verzorgers kunnen altijd contact opnemen met de trainer, het bestuur of de vertrouwenscontactpersoon wanneer zij zich zorgen maken over de veiligheid of het welzijn van hun kind.

#### 9. Seksuele intimidatie en grensoverschrijdend gedrag

Binnen Shizentai is iedere vorm van seksuele intimidatie en ander grensoverschrijdend gedrag verboden.

Dit kan bijvoorbeeld gaan om:

ongewenste seksuele opmerkingen;  
seksuele grappen of berichten;  
ongewenst lichamelijk contact;  
het maken of verspreiden van seksueel getinte beelden;  
het uitoefenen van druk of machtsmisbruik;  
intimidatie, bedreiging of vernedering;  
gedrag waardoor iemand zich onveilig of aangetast in zijn of haar waardigheid voelt.

De JBN omschrijft grensoverschrijdend gedrag als handelen of nalaten waardoor de waardigheid en/of veiligheid van één of meer personen wordt aangetast.

#### 10. Sociale media en communicatie

Ook buiten de dojo blijven de normen van deze gedragscode van toepassing wanneer gedrag verband houdt met Shizentai.

Daarom:

plaatsen we geen kwetsende berichten over leden;  
delen we geen foto's of video's van anderen zonder toestemming;  
verspreiden we geen privé-informatie;  
gebruiken we geen groepsapps om anderen buiten te sluiten of onder druk te zetten;  
communiceren trainers professioneel met jeugdleden;  
gebruiken we sociale media niet voor intimidatie, pesten of bedreiging.

#### 11. Alcohol, drugs en middelen

Het is niet toegestaan om onder invloed van alcohol of drugs deel te nemen aan trainingen, wedstrijden of andere activiteiten waarbij dit de veiligheid van jezelf of anderen kan beïnvloeden.

Het bezit, gebruik of verspreiden van illegale drugs binnen activiteiten van de vereniging is niet toegestaan.

#### 12. Wedstrijden en fair play

Tijdens wedstrijden vertegenwoordigen we niet alleen onszelf, maar ook Budo Sport Shizentai.

Wij:

respecteren de tegenstander;  
respecteren scheidsrechters en officials;  
accepteren beslissingen op een sportieve manier;  
spelen eerlijk;  
moedigen elkaar positief aan;  
vieren winst zonder de tegenstander te kleineren;  
accepteren verlies met respect.

Vals spelen, bewust blessures veroorzaken of anderen intimideren past niet binnen onze budosport.

### 13. Omgaan met conflicten

Een verschil van mening kan voorkomen. We proberen conflicten op een rustige en respectvolle manier op te lossen.

Daarbij geldt:

We luisteren naar elkaar.  
We blijven respectvol.  
We bespreken het probleem met de betrokken persoon wanneer dat veilig en passend is.  
Wanneer het probleem niet kan worden opgelost, vragen we hulp aan een trainer, vertrouwenscontactpersoon of bestuurslid.  
We verspreiden het conflict niet via groepsapps of sociale media.

### 14. Melden van ongewenst gedrag

Iedereen binnen Shizentai mag een melding doen wanneer hij of zij zich onveilig voelt of ongewenst gedrag signaleert.

Een melding kan worden gedaan bij:

de eigen trainer;  
een andere trainer;  
het bestuur;  
de vertrouwenscontactpersoon van de vereniging;  
indien nodig een vertrouwenscontactpersoon van de JBN.

Een melding wordt serieus en zorgvuldig behandeld.

De JBN beschikt daarnaast over vertrouwenscontactpersonen bij wie leden terecht kunnen met vragen, zorgen of verhalen over grensoverschrijdend gedrag.

### 15. Vertrouwelijkheid en zorgvuldigheid

Bij een melding gaan we zorgvuldig om met de betrokken personen en informatie.

We:

luisteren naar de betrokkenen;  
nemen signalen serieus;  
trekken niet direct conclusies;  
behandelen informatie zo vertrouwelijk als mogelijk;  
nemen passende maatregelen wanneer de veiligheid daarom vraagt;  
verwijzen indien nodig door naar deskundige of externe instanties.

Bij ernstige situaties kan het noodzakelijk zijn om externe hulp of de daarvoor bevoegde instanties in te schakelen.

#### 16. Overtreding van de gedragscode

Wanneer iemand zich niet aan deze gedragscode houdt, kan het bestuur passende maatregelen nemen.

Afhankelijk van de situatie kan dit bijvoorbeeld bestaan uit:

een gesprek;  
een waarschuwing;  
afspraken over verbetering van gedrag;  
tijdelijke uitsluiting van een training of activiteit;  
verdere maatregelen volgens het huishoudelijk reglement;  
melding bij de JBN of een andere bevoegde instantie.

Bij de beoordeling wordt rekening gehouden met de ernst van de situatie, de omstandigheden en de verantwoordelijkheid van de betrokken persoon.

Bij ernstige vormen van grensoverschrijdend gedrag kunnen de daarvoor geldende procedures van de JBN en/of het Instituut Sportrechtspraak (ISR) van toepassing zijn. De JBN hanteert daarbij onder andere de principes van zorgvuldigheid, hoor en wederhoor en proportionaliteit.

#### 17. Samen verantwoordelijk

Een veilige vereniging ontstaat niet alleen door regels, maar vooral door hoe we dagelijks met elkaar omgaan.

Daarom verwachten wij van iedereen bij Budo Sport Shizentai:

Zie je iets wat niet goed voelt? Kijk niet weg.

Spreek elkaar respectvol aan wanneer dat kan en vraag hulp wanneer dat nodig is.

Iedereen draagt bij aan een dojo waarin sporters zich kunnen ontwikkelen, plezier kunnen hebben en zichzelf kunnen zijn.

#### 18. Slotbepaling

Deze gedragscode wordt bij inschrijving of aansluiting bij Budo Sport Shizentai onder de aandacht gebracht.

De gedragscode wordt regelmatig geëvalueerd en waar nodig aangepast aan nieuwe inzichten, regelgeving en de praktijk binnen de vereniging.

Door deel te nemen aan activiteiten van Budo Sport Shizentai onderschrijven wij gezamenlijk het belang van een veilige, respectvolle en integere budosport.

Budo Sport Shizentai

Respect – Zelfbeheersing – Veiligheid – Samenwerking – Plezieramenwerking – Plezier\*