

KVALITETSSÄKRING I FÖRENINGAR



Innehållsförteckning

1. Inledning - Att arbeta med kvalitetsfrågor	3
Hjälp att diskutera värdefrågor	3
Vaccination mot doping.....	3
2. Kvalitet - för både barn och för vuxna!.....	5
Värdegrundsarbetet berör alla	5
Barn är extra skyddsvärda.....	5
3. Vad är normer?	6
4. Mål för ett hållbart samhälle	7
5. TEMA Bemötande	9
Bemötande - Öppen för alla	9
Bemötande - En förening fri från våld	11
Bemötande - Sexuella trakasserier och sexuella övergrepp	13
Bemötande - Mobbning	15
Bemötande - Fair play samt vett och etikett	17
6. TEMA ANDTS	18
ANDTS - Alkohol.....	18
ANDTS - Narkotika	20
ANDTS - Dopning.....	21
ANDTS - Tobak	22
ANDTS - Spel	24
7. TEMA Samhällsansvar	26
Samhällsansvar - Miljö och Klimat	26
Samhällsansvar - Trafiksäkerhet.....	29
8. Övergripande frågor.....	31
Hur lever vi upp till vår värdegrund?	31
Är dokumentet aktuellt?	31
Hur kan vi sprida vår värdegrund?.....	32
9. Läs mer och inspireras	33
Fakta.....	33
Länkar med Nyköpingsanknytning	34
Inspirations- och utbildningsmaterial	35
10. Kontaktuppgifter	37

1. Inledning - Att arbeta med kvalitetsfrågor

Alla föreningar som får bidrag från Nyköpings kommun måste ha ett levande kvalitetssäkringsarbete. Kvalitetsarbetet ska föreningen redovisa i en kvalitetssäkring, som ett separat policydokument eller som ett avsnitt i verksamhetsberättelsen.

Hjälp att diskutera värdefrågor

Detta diskussionsunderlag är en hjälp i att diskutera föreningens värdegrund, för att sedan kunna skriva ner viktiga slutsatser i till exempel ett policydokument. Det är inte ett krav att man har ett stort policydokument, utan man kan som mindre förening ha en stående punkt om kvalitetssäkring i verksamhetsberättelsen eller verksamhetsplanen. För att hålla frågorna levande behöver föreningen ta upp frågorna till diskussion minst en gång om året.

Vi har delat upp diskussionsunderlaget i tre huvudområden, med olika underrubriker och inledning till områdena. Till varje avsnitt finns öppna frågor för föreningen att diskutera och fundera över samt tips för fördjupning. Komplettera gärna med egna aktuella diskussionsfrågor som utgår från egna erfarenheter och eventuella händelser i föreningen. De tre huvudområdena är:

- Bemötande
- ANDTS - alkohol, narkotika, doping, tobak och spel
- Samhällsansvar

I slutet av dokumentet finns övergripande frågor om själva värdegrundsarbetet, hur ni kan sprida värdegrunden i föreningen och hur ni lever upp till arbetet och håller det aktuellt. Avslutningsvis finns en hel del länkar för fördjupning samt inspirations- och utbildningsmaterial.

Glöm inte att fundera på vad som redan står i era stadgar, eventuellt värdegrundsmaterial som finns i er riksorganisation eller det studieförbund som ni är knutna till. Bra material som andra redan tagit fram ska man använda, vilket även vi till viss del gjort i detta diskussionsunderlag.

Självklart är det ett stort arbete att jobba ordentligt med alla dessa frågor, men det är också ett viktigt jobb! Alla långa vandringar börjar med ett steg. Gör gärna en plan om hur ni vill att er vandring i frågorna gestaltas.

Vaccination mot doping

I Nyköpings föreningsliv är det nolltolerans mot doping. Därför ställer kommunen också krav på att alla idrottsföreningar med bidrag eller med subventionerad lokalhyra måste vaccineras mot doping. Föreningen ska följa Riksidrottsförbundets preventions- och åtgärdspaket "Vaccinera klubben - mot dopning" som omfattar fyra steg. De fyra stegen

består av kunskapstest, diskussion, antidopingplan och information om vaccinationen. Läs mer om vaccination mot doping på Riksidrottsförbundets webbplats www.rf.se/vaccinera.

2. Kvalitet - för både barn och för vuxna!

Värdegrundsarbetet berör alla

Vårt samhälle bygger på demokrati och att ideella föreningar har demokratiska värderingar i sin grund. Ett värdegrundsarbete berör alla - både de mest aktiva, ledarna, personer med ansvarsposter, styrelse och sådana som bara tar del av en del av föreningens aktiviteter. Den demokratiska grunden innebär till exempel att:

1. Det är rättvist. En person = en röst.
2. Majoriteten bestämmer. Många åsikter och viljor finns, men i en demokrati styr majoritetens åsikter.
3. Minoriteter respekteras. Även om majoriteten bestämmer måste man försäkra sig om att samhällets minoriteter inte förtrycks.
4. Du får vara annorlunda. I en demokrati övar vi varje dag på att komma överens, trots att vi är olika.
5. Det utvecklar samhället. För att komma överens i en demokrati behöver man kommunicera. I samtalen kommer människors tankar, kritik och synpunkter fram, som leder till utveckling och förbättring av samhället.

Barn är extra skyddsvärda

Barnkonventionen blev lag i Sverige 2020. Det innebär att staten ska säkerställa barnens rättigheter. Det gäller framför allt olika statliga myndigheter, kommuner och regioner. En ideell förening har inga juridiska skyldigheter att följa lagen, men har däremot moraliska skyldigheter.

Riksidrottsförbundet har skrivit in i stadgarna att de ska följa barnkonventionen och då gäller det för föreningar som är anslutna till Riksidrottsförbundet. Ett statligt eller kommunalt bidrag kan ha som villkor att föreningen ska jobba efter lagen och då måste man göra det för att kunna ta emot bidraget.

Läs mer om barnkonventionen på Barnombudsmannens webbsida www.barnombudsmannen.se. I slutet av dokumentet finns länkar med bra material för att extra bevaka att man arbetar i enlighet med barnkonventionen.

Hur ser det ut i er förening?

- Har alla barn samma rättigheter och lika värde?
- Tänker ni alltid på barnets bästa vid beslut som rör barn?
- Har barnen rätt till liv och utveckling?
- Har alla barn rätt att uttrycka sin mening och få den respekterad?

3. Vad är normer?

Normer är oskrivna regler i samhället som vi har att förhålla oss till. De sätter ramar och är en förutsättning för att vi ska fungera tillsammans. Samtidigt finns det många normer som bara gäller för vissa och stänger ute andra. I många fall kan normer vara något positivt, till exempel skapa ordning. Ett exempel är att vi köar till kassan i mataffären. Andra normer, som de som rör utseende eller sexualitet kan påverka vissa personer negativt, genom att de leder till dåligt bemötande eller diskriminering för de som inte passar in i normen. Normer uppstår inte av sig själva. Det är vi människor som skapar dem och vi kan också ifrågasätta och förändra dem.

Vilka normer gäller i er förening?

Ett värdegrundsarbete handlar om att få syn på normerna och skriva ner de oskrivna reglerna. Det är också ett sätt att styra föreningens normer och (ibland) oskrivna regler. Genom ett aktivt värdegrundsarbete är det lättare att skapa en verksamhet där alla känner sig välkomna.

4. Mål för ett hållbart samhälle

Den 25 september 2015 antog FN:s medlemsländer Agenda 2030, en universell agenda som inrymmer Globala målen för hållbar utveckling. De 17 globala målen har i sin tur 169 delmål och 230 globala indikatorer. Läs mer på webbsidan www.globalamalen.se.

Globala målen och Agenda 2030 är den mest ambitiösa överenskommelsen för hållbar utveckling som världens ledare någonsin har antagit. I begreppet hållbar utveckling integreras de tre dimensionerna av hållbarhet: social, ekonomisk och miljömässig.

Med Globala målen har världens ledare förbundet sig till att uppnå fyra fantastiska saker till år 2030:

1. Att avskaffa extrem fattigdom.
2. Att minska ojämlikheter och orättvisor i världen.
3. Att främja fred och rättvisa.
4. Att lösa klimatkrisen.

Med hjälp av Globala målen är vi den första generationen som kan utrota fattigdomen, och den sista som kan bekämpa klimatförändringarna.

De globala målen utgör en plan för hur vi tillsammans kan göra världen bättre för alla människor, men din hjälp behövs för att målen ska bli verklighet! Du och din förening kan påverka samhället vi lever i för att driva frågorna åt rätt håll.

Genom er förenings kvalitetsarbete kan ni hjälpa till att jobba för ett hållbart samhälle där ni verkar. Flera rubriker i detta diskussionsunderlag relaterar till de globala målen. Kanske kan ni bygga er kvalitetssäkring relaterat till något eller flera av de globala målen? När ni bygger kvalitetssäkringen till de globala målen ökar också känslan av att ni bidrar till att jobba för ett hållbart samhälle, inte bara för er egen skull.

På webbsidan globalamalen.se kan man under varje globalt mål få många bra konkreta tips på vad du kan göra för att jobba för de globala målen.



Webbsidan www.globalamalen.se har också ett gediget informations- och inspirationsmaterial riktat både till skolor och företag som man kan använda.

Här kommer du att få lära dig lite mer om Globala målen, svara på frågor om ditt liv och dina värderingar, för att sedan få en personlig att-göra-lista med konkreta tips på vad just du kan göra för att bidra och #BliMålmedveten. www.globalamalen.se

Spela spelet Målkompassen, ett spel som testar dina kunskaper om läget i världen samtidigt som du lär dig mer om hur det går för Globala målen. www.Målkompassen

Kampanjfilmen [Jag är en siffra att räkna med!](#) är en kampanjfilm för Globala målen som sätter den yngre generationen i centrum och uppmuntrar unga att spela huvudrollen i den hållbara utvecklingen.

Under varje kapitel i detta diskussionsunderlag finns ett globalt mål kopplat för extra fördjupning.

5. TEMA Bemötande

Bemötande - Öppen för alla

Nyköpings föreningsliv är öppet för alla, oavsett bakgrund. Föreningens ordinarie verksamhet och föreningens stadgar ska ha sin grund i detta. Precis som i svensk lag är all form av rasistiska och andra kränkande eller förnedrande uttryck i ord, bild eller skrift otillåtet i Nyköpings föreningsliv. Alla människors lika värde är en av samhällets grundpelare.

För att skapa en tillgänglig verksamhet för alla kan man behöva fundera över både organisation, lokaler, information och arbetssätt. Myndigheten för delaktighet har bra checklistor som kan få oss att fundera över hiss, toaletter, hörslingor och digitala hjälpmedel. Glöm inte att inkludering också kan handla om frågor som allergier och digitala mötesplatser.

Det ska finnas möjlighet att erbjudas plats i en förening oavsett:

- kön
- könsidentitet och könsuttryck
- etnisk tillhörighet
- religion eller annan trosuppfattning
- funktionsvariationer
- sexuell läggning
- ålder

Frågor att diskutera

- Är vår förening öppen för alla? Förtydliga och utveckla.
- Arbetar vi i riktning att föreningen ska bli öppen för alla? Förtydliga och utveckla.
- Arbetar vi förebyggande mot segregation, för integration, idag?
Om ja - i så fall hur? Om inte - hur kan vi göra det?

Material att fördjupa sig i

Diskrimineringsombudsmannen (DO) är en myndighet som arbetar för ett samhälle fritt från diskriminering. De har många stöd och verktyg genom checklistor och tips, exempel och handledningar, vägledningar, guider, faktablad, e-utbildningar, informationsblad och mer som hjälp i det förebyggande arbetet mot diskriminering. www.do.se

Myndigheten för delaktighet arbetar för att främja ett samhälle som ska vara användbart och tillgängligt för alla. Här finns verktyg i form av kunskapsstöd, vägledningar och checklistor för att göra verksamheter tillgängliga. www.mfd.se

RFSL, Riksförbundet för homosexuellas, bisexuellas, transpersoners, queeras och intersexpersoners rättigheter Deras målsättning är att samma rättigheter, möjligheter och skyldigheter ska gälla för hbtqi-personer som för alla andra i samhället. De arbetar lokalt, nationellt och internationellt. Till exempel har RFSL en stödmottagning, en

utbildnings- och certifieringsverksamhet. På deras faktasida kan du bekanta dig med begrepp och ord inom området och fundera på saker som är lätt att glömma i ett heteronormativt samhälle. www.rfsl.se/

EKHO - ekumeniska grupperna för kristna hbtq-personer är en ekumenisk förening för kristna hbtq-personer. De arbetar för att visa att hbtq-personer hör hemma i kristenheten och kyrkor och finns runt om i Sverige www.ekho.se

Aktuella globala mål



Bemötande - En förening fri från våld

Alla skall känna trygghet att vara med i Nyköpings föreningsliv. Därför tolereras inte våld. Den som känner sig utsatt är den som avgör när den är utsatt, den utsatte har ett så kallat tolkningsföretråde. Med våld menar vi fysiskt våld, psykiskt våld eller hot. Per Isdal, psykoterapeut och grundare av Alternativ till våld (ATV) har definierat våld på detta sätt:

“Våld är varje handling riktad mot en annan person, som, genom att denna handling skadar, smärtar, skrämmar eller kränker, får denna person att göra något mot sin vilja eller avstå att göra något den vill”.

För att försöka förstå, motverka och stoppa våld är det nödvändigt att titta på aspekter om makt, maktlöshet och vanmakt.

OBS! Brott mot svensk lag ska alltid polisanmälas, läs mer om det sist i detta dokument.

Frågor att diskutera

- Finns det exempel på när någon i vår förening har avstått att göra någonting hen vill på grund av att någon annan har kränkt eller skrämt personen?
Om ja, hur kan vi som förening ta ansvar och avstånd från sådana handlingar?
Om nej, kan det finnas situationer det kan uppstå?
- Finns det exempel på när någon i vår förening har tvingats att göra någonting hen inte vill på grund av att någon annan har kränkt eller skrämt personen?
Om ja, hur kan vi som förening ta ansvar och avstånd från sådana handlingar?
Om nej, kan det finnas situationer det kan uppstå?
- Vad och hur gör vi om det förekommer våld, hot eller kränkningar?
- Hur följer vi upp eventuella våldshandlingar?
- Arbetar vi förebyggande mot våld idag? I så fall hur? Om inte - hur kan vi göra det?
- Ska vi arbeta lika för barn och ungdomar som för vuxna?
- Finns det förutom barn- och ungdomsverksamhet extra skyddsvärda grupper?
- Behöver vi ha tydliga rutiner eller en handlingsplan för att förhindra våld?

Material att fördjupa sig i

Nationellt centrum för kvinnofrid (NCK) är ett expertcentrum vid Uppsala universitet och ska på regeringens uppdrag höja kunskapen nationellt om mäns våld mot kvinnor, hedersrelaterat våld och förtryck samt våld i samkönade relationer. NCK har en kunskapsbank med introduktionskurser och webbutbildningar. www.nck.uu.se

NCK driver den nationella stödtelefonen **Kvinnofridslinjen 020-50 50 50** på regeringens uppdrag. Hit kan kvinnor som utsatts för fysiskt, psykiskt och sexuellt våld ringa för att få råd och stöd. Även närstående och personal som i sitt yrke möter våldsutsatta är välkomna att höra av sig.

Rikskriscentrum - Sveriges kriscentrum för män är en riksorganisation för professionellt behandlingsarbete mot våld i nära relationer. Rikskriscentrums medlemsorganisationer är

professionella verksamheter som arbetar med våld i nära relationer, män i kris och mäns våld mot kvinnor. Medlemsorganisationerna är kriscentra för män, mansmottagningar och integrerade mottagningar för våldsutsatta och våldsutövare oavsett kön samt för barn som har upplevt våld. De har bland annat flera definitioner om vad våld kan vara.

www.rikskriscentrum.se/

Bris, Barnens rätt i samhället, kämpar för ett bättre samhälle för barn, se mer text längst bak i dokumentet. www.bris.se

Brottsofferjouren är en politiskt och religiöst obunden ideell organisation som ger stöd till brottsoffer, vittnen och anhöriga. Brottsofferjouren kan vara anonyma i kontakten med dem och stödet är kostnadsfritt. De har tystnadslöfte och ingen polisanmälan krävs. De arbetar i lokalföreningar och erbjuder: Medmänskligt stöd, information om polisanmälan, rättsprocess och ersättningsfrågor, stöd vid eventuell rättegång. Brottsofferjouren ger också hjälp i kontakt med myndigheter och försäkringsbolag. www.brottsofferjouren.se/

Aktuella globala mål



Bemötande - Sexuella trakasserier och sexuella övergrepp

Sexuella trakasserier och övergrepp är en specifik del av våld som är viktig att lyfta och synliggöra. Precis som när det gäller våld handlar detta om makt, men även känslor som skam är viktiga aspekter att tänka på.

Me too-rörelsen som är ett globalt upprop, lyfter frågan om och jobbar mot sexuella trakasserier och övergrepp mot kvinnor. Detta har i hög utsträckning tidigare tystats ned och större skuld har lagts på den person som utsatts än på den som begått övergreppet.

Precis som när det gäller våld är det den som känner sig utsatt som avgör när den är utsatt. Den utsatte har ett så kallat tolkningsföreträde oavsett vilken könsidentitet personen har.

Sexuella övergrepp mot barn kännetecknas av att någon utnyttjar barnets beroendeställning och utsätter den för handlingar som barnet inte kan förstå, inte är moget för, inte med insikt kan ge samtycke till och som kränker barnets integritet. Övergreppen kan vara både fysiska och icke-fysiska.

Många föreningar har ett regelverk för ledare för barn- och unga. Det kan vara att alla ledare måste begära ett utdrag ur belastningsregistret, för att visa om de varit straffade. Det ansöker man om hos Polisen och man kan bara göra det för sig själv. OBS! Brott mot svensk lag ska alltid polisanmälas, läs mer om det sist i detta dokument.

Frågor att diskutera

- Hur skapar vi miljöer för att tala om sexuella övergrepp?
- Hur undviker vi platser eller situationer där någon kan bli utsatt?
- Är det möjligt att en vuxen aldrig är själv med ett barn?
- Hur kan vi skydda från sexuella trakasserier mellan barn?
- Hur talar vi i vår förening om könsnormer och sexualitet? Finns någon särskild attityd som karaktäriserar föreningen? Hur gör vi i så fall mer eller mindre av den attityden?
- Behöver vi ha tydliga rutiner eller en handlingsplan för att förhindra sexuella trakasserier och övergrepp?

Material att fördjupa sig i

Nationellt centrum för kvinnofrid (NCK) vid Uppsala universitet har regeringens uppdrag att höja kunskapen nationellt om mäns våld mot kvinnor, hedersrelaterat våld och förtryck samt våld i samkönade relationer. NCK driver bland annat Kvinnofridslinjen samt jobbar med information, forskning och kunskapssammanställning. I deras kunskapsbank kan man söka och hitta publikationer och forskning. www.nck.uu.se/

Kvinnofridslinjen (020-50 50 50) är en nationell stödtelefon för dig som utsatts för fysiskt, psykiskt och sexuellt våld. Linjen är även öppen för vänner och andra närstående. www.kvinnofridslinjen.se

Idrottsforskning presenterar aktuell & användbar kunskap om idrott, hälsa och träning utifrån modern forskning. Under rubriken ledarskap ger de bland annat rekommendationer för att förebygga och hantera sexuella övergrepp inom idrotten.

www.idrottsforskning.se

Riksorganisationen för kvinnojourer och tjejjourer i Sverige, ROKS, samlar Sveriges Kvinno- och Tjejjourer. Roks ordnar träffar och utbildningar för alla som jobbar på en kvinnojour eller tjejjour. I deras kunskapsbank finns lättläst information www.roks.se

Unizon är ett annat riksförbund för idéburna kvinnojourer, tjejjourer och ungdomsjourer som arbetar för ett jämställt samhälle fritt från våld. www.unizonjourer.se

Rikskriscentrum - Sveriges kriscentrum för män är en riksorganisation för professionellt behandlingsarbete mot våld i nära relationer. Rikskriscentrums medlemsorganisationer är professionella verksamheter som arbetar med våld i nära relationer, män i kris och mäns våld mot kvinnor. Medlemsorganisationerna är kriscentra för män, mansmottagningar och integrerade mottagningar för våldsutsatta och våldsutövare oavsett kön samt för barn som har upplevt våld. De har bland annat flera definitioner om vad våld kan vara.

www.rikskriscentrum.se/

RFSU - Riksförbundet för sexuell upplysning har varit experter på sexualundervisning i snart 100 år. De har samlat de bästa metoderna i en kunskapsbank. I Metodbanken finns inspiration och verktyg man behöver i undervisning om sex och relationer. www.rfsu.se

Rädda barnen ger stöd och skydd till barn som har det tufft och pratar med beslutsfattare för att samhället ska ta sitt ansvar. De kämpar nationellt för att alla barn i Sverige ska växa upp på lika villkor. Rädda barnen har en handbok som man kan ladda ned "Detta borde alla veta om sexuella övergrepp" www.raddabarnen.se

Rise - Riksföreningen mot incest och andra sexuella övergrepp i barndomen är en stödorganisation för vuxna som utsatts sexuellt som barn. På deras webbplats kan man läsa om personliga berättelser och vad man kan göra och vart man kan vända sig. www.rise-sverige.se

Aktuella globala mål



Bemötande - Mobbning

Mobbning kan vara fysisk som slag och knuffar men även psykisk, som exempelvis elaka kommentarer, miner och utfrysning. Det kan även ske på nätet. Mobbning definieras och avgörs utifrån den utsattas upplevelser, inte den som utsätter. Att bli mobbad kan sätta spår som finns kvar och påverkar en individ under hela livet. Mobbning definieras av Skolverket som:

"...kränkande behandling eller trakasserier som innebär en upprepad negativ handling när någon eller några medvetet och med avsikt tillfogar eller försöker tillfoga en annan skada eller obehag."

Mobbning är inte bara något som sker mellan två individer. Mobbning avser all kränkning av person eller grupp. För att få en helhetsbild över situationen måste man lyfta blicken och se till saker som tryggheten i gruppen, ledarskapet i organisationen och normerna i samhället.

Frågor att diskutera

- Arbetar vi förebyggande mot mobbning idag? Om ja - i så fall hur? Om inte - hur kan vi göra det?
- När och var kan mobbning förekomma? Hur kan vi förhindra detta?
- Hur kan den som känner sig kränkt signalera det? Kan vi ha en egen "föreningskod"? Hur lyder den eller hur ser den ut i så fall?
- Hur medvetandegör vi en mobbare om sitt olämpliga beteende (mobbning eller skoj)? Vilka konsekvenser kan det leda till för mobbaren?
- Kan vi använda gruppens "informella" ledare för att stävja mobbning? I så fall hur?
- Behöver vi ha tydliga rutiner eller en handlingsplan för att förhindra mobbning?
- Hur kan vi som förening bidra till ökad psykisk hälsa bland våra medlemmar?

Material att fördjupa sig i

Friends är en barnrättsorganisation utan vinstsyfte som vill skapa en värld utan mobbning. De har flera kurser till dig som jobbar med barn och erbjuder kunskap, verktyg och stöd för att förebygga mobbning inom skola, förskola, idrott och näringsliv. www.friends.se

Aktuella globala mål



Bemötande - Fair play samt vett och etikett

Vilket förhållningssätt har vi mot andra som vi möter i föreningens verksamhet? Det kan både vara mellan sektioner och delar av föreningen liksom i möte med andra föreningar. Vad är ett schysst bemötande? Hur ser vår respekt, ödmjukhet och förståelse för andra ut? Vilka värdeord är viktiga i er förening? Ett exempel på fair play är Riksidrottsförbundets paroll: *Spelarna spelar, ledarna coachar, domarna dömer, publiken (och föräldrar) hejar.* Alla gör så gott de kan.

Frågor att diskutera

- Vilka uttryck eller vilken attityd gäller i er förening? Vad menar vi med respekt, ödmjukhet och förståelse i vår förening?
- Hur förmedlar vi ut innebörden av respektive nyckelord (respekt, ödmjukhet, förståelse)?
- Arbetar vi för fair play samt vett och etikett idag? Om ja - i så fall hur? Om inte - hur kan vi göra det?
- Kan man sammanfatta vår förenings "vett och etikett" på ett enkelt sätt?
- Vad och hur gör vi om regler inte följs - våra och andra (lagar)?
- Hur agerar vi om vi upptäcker eller misstänker att någon stjäl?
- Hur agerar vi om vi upptäcker skadegörelse - orsakad av våra medlemmar, publik eller andra aktörer?
- Vad gör vi om det förekommer skitsnack eller skvaller?
- Vad menar vi med stil och profil?

Material att fördjupa sig i

Citat från National Encyklopedien om värdegrund: "*Värdegrund, de grundläggande värderingar som formar en individs normer och handlingar. Begreppet har använts särskilt inom det svenska skolväsendet*" ... "*Begreppet värdegrund har dock alltmer kommit att bli ett allmänt samlingsbegrepp för olika frågor som rör moral, etik, normer, relationer, demokrati och livsåskådning. På senare tid har det blivit vanligt att även enskilda företag och organisationer formulerar sin egen värdegrund, som kan utgöras av etiska regler och riktlinjer rörande exempelvis jämställdhet, mångfald och miljöarbete.*"

Aktuella globala mål



6. TEMA ANDTS

ANDTS - Alkohol

Frågorna om alkohol, narkotika, doping, tobak och spel brukar förkortas ANDTS.

Enligt svensk lag gäller 18 år som åldersgräns för att dricka alkohol. Alkohol är en drog och därför förekommer den inte i föreningens ordinarie verksamhet. Där verksamhet riktar sig mot barn och ungdomar under 18 år gäller total avhållsamhet från alkohol. Vid andra aktiviteter i föreningens namn gäller återhållsamhet.

OBS! Brott mot svensk lag ska alltid polisanmälas, läs mer om det sist i detta dokument.

Frågor att diskutera

- Arbetar vi förebyggande mot alkohol idag? Om ja - i så fall hur? Om inte - hur kan vi göra det?
- Vilka är våra alkoholfria zoner? När och var är det inte okej att bruka alkohol?
- Är det okej att dricka alkohol på fester arrangerade av föreningen och där föreningens ungdomar under 18 år är med?
- Ledare, föräldrar eller deltagare kan komma bakfulla till föreningens aktiviteter. Hur agerar vi då?
- Hur gör vi om ledare eller föräldrar upplevs som bakfulla när de ska skjutsa till aktivitet i föreningens regi?
- Finns det tillfällen när det är okej att använda alkohol i föreningens namn?
- Vilka krav ställer vi på våra ledare som förebilder även när de inte är verksamma i föreningen?
- Vem har ansvaret för regler eller om något händer?

Material att fördjupa sig i

Folkhälsomyndigheten har flera uppdrag inom ANDTS-området. Utgångspunkten är att alkohol, narkotika, doping, tobak och spel om pengar i hög grad bidrar till ohälsa.

www.folkhalsomyndigheten.se

CAN är ett nationellt kompetenscentrum med undersökningar, forskning och

kunskapshöjande insatser om alkohol, narkotika, doping, tobak och spel. www.can.se

Skolverket har material om alkohol, för stöd i för arbete med elever i grundskolans senare år eller på gymnasiet. Se www.skolverket.se ANDT(S) Alkohol. Materialet om alkohol består av konkreta övningar.

Aktuella globala mål



ANDTS - Narkotika

Narkotika i alla former är förbjudet enligt lag och det gäller även inom Nyköpings föreningsliv. En vanlig drog är Cannabis (även känt som marijuana och hasch). Narkotikapreparat kan man inta på olika sätt genom att röka, inandas, svälja som tabletter eller injicera i kroppen.

Det har vid senare år blivit vanligare med narkotikaklassade läkemedel till barn och unga. Det kräver en särskild uppmärksamhet och tankar vid resor och övernattningar.

OBS! Brott mot svensk lag ska alltid polisanmälas, läs mer om det sist i detta dokument.

Frågor att diskutera

- Arbetar vi förebyggande mot narkotika idag? Om ja - i så fall hur? Om inte - hur kan vi göra det?
- Behöver vi känna till gällande lagstiftning?
- Var skaffar vi information om den?
- Vad och hur gör vi om vi får kännedom om att en deltagare eller ledare använder eller har använt narkotika?
- Hur hanterar vi barns läkemedel vid längre bortavistelser?
- Vilka krav ställer vi på våra ledare som förebilder även när de inte är verksamma i föreningen?

Material att fördjupa sig i

Folkhälsomyndigheten har flera uppdrag inom ANDTS-området. Utgångspunkten är att alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar i hög grad bidrar till ohälsa.

www.folkhalsomyndigheten.se

CAN är ett nationellt kompetenscentrum med undersökningar, forskning och kunskapshöjande insatser om alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel. www.can.se

Skolverket har material om narkotika för stöd i för arbete med elever i grundskolans senare år eller på gymnasiet. Se www.skolverket.se ANDT(S) Narkotika. Materialet om narkotika består av konkreta övningar.

Aktuella globala mål



ANDTS - Dopning

I Nyköpings föreningsliv är det nolltolerans mot dopning. Därför ställer kommunen också krav på att alla idrottsföreningar med bidrag eller med subventionerad lokalhyra måste vaccineras mot dopning. Föreningen ska följa Riksidrottsförbundets preventions- och åtgärdspaket "Vaccinera klubben - mot dopning" som omfattar fyra steg, kunskapstest, diskussion, antidopingplan och information om vaccinationen.

Även om ni inte är en idrottsförening kan det finnas intressanta frågeställningar att diskutera i anslutning till dopning, så som kosttillskott och energidrycker.

Kosttillskott är koncentrerade källor till näringsämnen, såsom vitaminer, eller annat ämne som har en näringsmässig eller fysiologisk verkan. Kosttillskott är livsmedel som är avsett att komplettera kosten, och som saluförs på internet, i butik eller på apotek enligt Svensk antidoping. De skriver också att kosttillskott inte har någon regelbunden kontroll, vilket kan vara bra att känna till.

Energidrycker av olika slag kan också vara intressant att känna till och ta ställning till, framförallt i barn- och ungdomsverksamhet. Många energidrycker har en åldersgräns på 15 år.

OBS! Brott mot svensk lag ska alltid polisanmälas, läs mer om det sist i detta dokument.

Frågor att diskutera

- Har vi i vår förening tillräcklig kunskap om kosttillskott och energidrycker?
- Hur skaffar vi aktuell information?
- Hur förhåller vi oss till kosttillskott och energidrycker i vår verksamhet?
- Vad och hur gör vi om vi får reda på att minderåriga använder kosttillskott och energidrycker i vår verksamhet?
- Vad och hur gör vi om vi får reda på att dopning förekommer i vår förening?
- Vem eller vilka har ansvar för att åtgärder vidtas?

Material att fördjupa sig i

Läs mer om vaccination mot dopning på **Riksidrottsförbundets webbplats** www.rf.se/vaccinera samt om **RF-SISU Sörmlands** antidopingarbete.

Folkhälsomyndigheten har flera uppdrag inom ANDTS-området. Utgångspunkten är att alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar i hög grad bidrar till ohälsa. www.folkhalsomyndigheten.se

CAN är ett nationellt kompetenscentrum med undersökningar, forskning och kunskapshöjande insatser om alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel. www.can.se

Skolverket har material om doping, för stöd i för arbete med elever i grundskolans senare år eller på gymnasiet. Se www.skolverket.se ANDT(S) Doping. Materialet om doping består av konkreta övningar.

ANDTS - Tobak

Tobak är ett centralstimulerande medel som enligt lag inte får säljas till ungdomar under 18 år. I Nyköpings föreningsliv följer vi den åldersgränsen och vuxna iakttar återhållsamhet, framför allt i kontakten med barn och ungdomar i föreningens verksamhet.

Nya tobaksvanor och rökdon etablerar sig på marknaden, så som vattenpipa och E-cigarett, som är minst lika skadliga som traditionella cigaretter och snus.

OBS! Brott mot svensk lag ska alltid polisanmälas, läs mer om det sist i detta dokument.

Frågor att diskutera

- Arbetar vi förebyggande mot tobak idag? Om ja - i så fall hur? Om inte - hur kan vi göra det?
- Kan våra ledare/deltagare över 18 år använda/bruka tobak? Har vi restriktioner som var, hur och när man får använda tobak?
- Vilka krav ställer vi på våra ledare som förebilder även när de inte är verksamma i föreningen?
- Vad menar vi med återhållsamhet?
- Vad och hur gör vi om vi får reda på, misstänker eller ser att ungdomar under 18 år röker eller snusar?
- Vem bär ansvaret i föreningen?
- Hur ser det ut runt om lokalerna där vi håller till? Finns det askkoppar eller ligger det begagnade snusprillor och fimpar? Vilka signaler ger det till besökare?

Material att fördjupa sig i

Folkhälsomyndigheten har flera uppdrag inom ANDTS-området. Utgångspunkten är att alkohol, narkotika, doping, tobak och spel om pengar i hög grad bidrar till ohälsa.

www.folkhalsomyndigheten.se

CAN är ett nationellt kompetenscentrum med undersökningar, forskning och kunskapshöjande insatser om alkohol, narkotika, doping, tobak och spel. www.can.se

Skolverket har material om tobak, för stöd i för arbete med elever i grundskolans senare år eller på gymnasiet. Se www.skolverket.se ANDT(S) Tobak. Materialet om tobak består av konkreta övningar.

Aktuella globala mål



ANDTS - Spel

Problem med spel om pengar är en folkhälsofråga. Spelproblemen kan skada relationer, ekonomi och hälsa. Problemen drabbar dem som spelar för mycket, men också deras familjer, vänner och samhället i stort. Därför behöver spelproblemen förebyggas, både på individ- och befolkningsnivå. Spelinspektionen är den myndighet som säkerställer att lotterier, kasinospel och annan spelverksamhet i Sverige utövas lagligt, säkert och tillförlitligt. De bevakar konsumenternas intressen och ska även medverka till att minska riskerna för de sociala skadeverkningar som spelande kan medföra.

Både människor och samhället drabbas när någon får problem med spel om pengar. Erfarenhet visar att det går att förebygga spelproblem.

Lotterier är ett enklare sorts spel som också är reglerat i lag. För att få arrangera lotterier finns regler och mer information om detta finns på kommunens webbsida.

www.nykoping.se/lotteri

Manipulation av resultat till exempel matchfixning genom uppgjorda matcher, ses av många som ett av de största hoten mot idrotten i dag. Matchfixning och annat spelfusk är olagligt och man kan få upp till två års fängelse vid dom. Spelinspektionen ansvarar för ett matchfixningsråd där olika myndigheter samverkar mot manipulation av sporthändelser avseende matchfixning. Idrottsrörelsen och spelbranschen ingår i rådet.

OBS! Brott mot svensk lag ska alltid polisanmälas, läs mer om det sist i detta dokument.

Frågor att diskutera

- Förekommer lotterier och spel i vår förening?
- Vad är våra värderingar när det gäller spel?
- Har föreningen något ansvar när det gäller spelande? Hur ser det i så fall ut? Vem bär ansvar i föreningen?
- Hur kan vi uppmärksamma riskerna med spelande?
- För vi en diskussion om matchfixning inom de lag som det går att spela på? Hur angriper vi frågan?

Material att fördjupa sig i

Folkhälsomyndigheten har flera uppdrag inom ANDTS-området. Utgångspunkten är att alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar i hög grad bidrar till ohälsa.

www.folkhalsomyndigheten.se

CAN är ett nationellt kompetenscentrum med undersökningar, forskning och kunskapshöjande insatser om alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel. www.can.se

Skolverket har ett stödmaterial **Spel om pengar** i arbete med elever i grundskolans senare år eller på gymnasiet. Se www.skolverket.se ANDT(S) Spel om pengar.

Stödlinjen erbjuder första hjälpen vid spelproblem för spelare och anhöriga genom anonym och kostnadsfri rådgivning. De är även en informationsresurs för personer som arbetar inom hälso- och sjukvård, frivilligorganisationer och allmänheten. Möjlighet finns att chatta, ringa och de har en del informationsmaterial. www.stodlinjen.se

Spelpaus är Spelinspektionens nationella självavstängningsregister, där man kan stänga av sig själv från allt spel som kräver registrering hos de spelbolag som har licens att bedriva spel om pengar i Sverige. www.spelpaus.se

Aktuella globala mål



7. TEMA Samhällsansvar

Samhällsansvar - Miljö och Klimat

En hållbar framtid med en miljö och ett klimat som mår bra är allas ansvar. Klimatförändringar, minskad biologisk mångfald och en ökande andel mikroplast i hav, sjöar och vattendrag är exempel på effekter av ett ohållbart mänskligt beteende. Koldioxidhalterna i atmosfären behöver minska och vi behöver se till att växter, insekter och djur överlever så att den biologiska mångfalden bevaras. Mikroplast i haven skadar fiskar och vattenlevande organismer. Plastanvändningen samt nedskräpning bör därmed minska för att undvika att plastskräp hamnar i våra vattendrag.

Föreningslivet bör ta ett ansvar och se till att miljön tar så lite skada som möjligt av verksamheten. Inom de Globala målen och Agenda 2030 finns det ekologiska perspektivet som syftar till att trygga en hållbar miljö i framtiden.

Inom föreningslivet finns mycket man kan göra för att se till att miljön tar så lite skada som möjligt av verksamheten och för att skapa ett hållbart samhälle. Man kan till exempel bestämma sig för att använda lokala och/eller miljöcertifierade råvaror och produkter så långt det är möjligt. Lika så kan man tydligt bestämma sig för att minska matsvinn och inte använda sig av engångsprodukter. Strunta till exempel i vatten på flaska och hänvisa till vattenkranar, eller använd vattendunkar. Använd hellre pappmugg än plastmugg om engångsmaterial är nödvändigt.

Hur kan vi minska avfall, tydligare tänka på återanvändning eller använda miljövänliga alternativ? Här finns många roliga kopplingar man kan göra kring ekonomi också - att återanvända kostar mindre.

Frågor att diskutera

- Sopsorterar vi? Ger vi förutsättningar för att alla i vår verksamhet ska kunna sopsortera? I vår lokal? Vid våra arrangemang?
- Kan vi minska förbrukning av plastprodukter? Minska förbrukning av engångsartiklar?
- Har vi energisnål uppvärmning i lokalerna?
- Hur kan vi spara på el i vår verksamhet?
- Hur ser vattenanvändningen ut? Finns det möjlighet att spara på vattenförbrukningen?
- Använder vi miljövänliga (städ-) kemikalier? Hur används de?
- Har vi tankar kring miljömärkning, så som bra miljöval, ekologiskt och rättvisemärkta varor? Hur ser de tankarna ut kopplat till ekonomi till exempel?
- Hur ser vår utomhusmiljö ut? Kan vi göra något åt den?
- Kan vi återbruka mer? Finns här pengar att spara?

Material att fördjupa sig i

Naturvårdsverket är en statlig myndighet för miljöfrågor som är en drivande och samordnande kraft i miljöarbetet. De ansvarar för frågor som handlar om klimat och luft, mark, biologisk mångfald, förorenade områden, kretslopp och avfall, miljöövervakning, jakt och vilt samt miljöforskning. Naturvårdsverket har en mängd vägledningar inom olika ämnen för miljö, samt lagtexter och annan kunskap. www.naturvardsverket.se

Naturskyddsföreningen är en ideell förening och Sveriges största miljöorganisation. På deras webbsida www.naturskyddsforeningen.se finns mycket kunskaps- och utbildningsmaterial.

Världsnaturfonden WWF är en helt oberoende och partipolitiskt obunden miljö- och naturvårdsorganisation som också de har material för miljö- och naturvård. De bidrar också med miljösmarta tips för privatpersoner och företag. www.wwf.se

Aktuella globala mål



Samhällsansvar - Trafiksäkerhet

Svensk trafiksäkerhet är starkt reglerad i lag och säger bland annat att alla ska bära säkerhetsbälte i bil och att man inte får överskrida tillåten hastighet. Man ska inte heller köra bil vid trötthet eller nedsatt hälsa. I privatlivet kan vissa personer välja att tolka dessa regler, men hur vill ni ha det i föreningslivet? Det händer att vi samåker och skjutsar medlemmar. Vem är det då som bär ansvaret för trafiksäkerheten? Chauffören har alltid ansvar, men ställer föreningen krav på de chaufförer som man använder? Är en ledare som har haft nattvak vid övernattning efter en cup lämplig som chaufför till exempel?

Cykel och gångtrafik är givetvis det som har minst miljöpåverkan, hur kan vi underlätta för att så många som möjligt tar sig till verksamheten på ett bra sätt? Uppmuntrar och underlättar vi i föreningen till samåkning, eller att åka med publika transportmedel? Informerar vi var närmsta busshållplats ligger eller vilken buss man ska ta? Här finns mycket att arbeta med och tänka på.

OBS! Brott mot svensk lag ska alltid polisanmälas, läs mer om det sist i detta dokument.

Frågor att diskutera

- Kan man ta sig till vår verksamhet utan bil?
- Hur organiserar vi transporter för att skona miljön? Samåkning? Cykelparkering? Anpassning till busstider? Gäller det både vid ordinarie verksamhet, tävling, arrangemang?
- Hur får vi in tankarna om hållbara transporter vid alla våra aktiviteter och/eller evenemang? Hur når vi i så fall ut med den informationen?
- Informerar vi och underlättar vi för medlemmar hur man kan ta sig till vår verksamhet med minst miljöpåverkan?
- Hur ser vi på användandet av cykelhjälm?
- Hastighetsbegränsningar tas ganska lätt på av många bilförare. Är det ok att köra i 130 km/tim med andras barn i bilen?
- Är det ok att köra till en aktivitet när man jobbat natt och endast sovit 2-3 timmar?
- Ska vi ha krav på kvalitet på däck, alkolås och alkomätare eller annan utrustning?
- Hur många passagerare får man ha i bilen? Vid uteaktiviteter i mörker, har alla reflexer/reflexvästar?
- Vem har ansvaret?
- Har vi i föreningen krav på bilstolar om ledare skjutsar barn i bil? Hur ser de ut i så fall? Känner alla till kraven?

Material att fördjupa sig i

NTF Nationalföreningen för trafiksäkerhetens främjande www.ntf.se, är en fri, självständig och idéburen organisation som arbetar för en säker trafik. NTF arbetar på ideell och demokratisk grund genom folkrörelser, organisationer, samhällsinstitutioner, företag och

enskilda. De har bland annat tagit fram en folder om *Trafiksäker väg till fotbollen* i samarbete med Södermanlands Fotbollsförbund.

Trafikverket www.trafikverket.se har mycket kunskap och fakta om trafikbeteende och trafiksäkerhet. De har diskussionsfrågor och en stor kunskapsbas om barn i trafik.

MHF Motorförarnas Helykterhetsförbund www.mhf.se är en ideell trafiksäkerhetsorganisation som främst arbetar för trafiknykterhet. De kan ge råd till konsumenter om köp av bland annat alkolås och alkomätare.

Aktuella globala mål



8. Övergripande frågor

Hur lever vi upp till vår värdegrund?

- Hur följer vi upp och utvärderar att alla i föreningen följer vårt ramverk?
- Hur följer vi upp de som eventuellt är utanför ramen?
- Vad och hur gör vi om vi upptäcker eller misstänker att motståndare/konkurrenter/de vi engagerat inte följer våra regler i något fall eller på något område?

Egna diskussionsfrågor och plats för anteckningar:

Är dokumentet aktuellt?

Hur ofta behöver vi uppdatera dokumentet?

- En gång om året vid årsmötet?
- Hur håller vi vår policy, levande i föreningen över tid?
- Vem ansvarar för att det är aktuellt?

Egna diskussionsfrågor och plats för anteckningar:

Hur kan vi sprida vår värdegrund?

Hur sprider vi vår policy, till alla i föreningen?

- Till ledare/tränare/förtroendevalda?
- Till aktiva/utövare?
- Till föräldrar?
- Till personal i förekommande fall?

Egna diskussionsfrågor och plats för anteckningar:

9. Läs mer och inspireras

Fakta

OBS! Ett brott ska alltid anmälas till Polisen. Ring 114 14 eller besök polisen. Du behöver ringa eller besöka polisen för att anmäla händelser som inträffat i trafiken, skadegörelse, våldsbrott, sexualbrott, hot och andra bedrägeribrott än kontokortsbedrägeri. Du måste också ringa eller besöka polisen när du ska anmäla stöld eller förlust av pass och nationellt id-kort. Läs mer på webbsidan www.polisen.se

Brå, brottsförebyggande rådet är en myndighet som verkar för att brottsligheten minskar och tryggheten ökar i samhället. Det gör de genom att ta fram fakta och sprida kunskap om brottslighet, brottsbekämpning och brottsförebyggande arbete, till i första hand regeringen och myndigheter inom rättsväsendet. www.bra.se

UMO är en webbplats för alla som är mellan 13 och 25 år. På www.UMO.se kan du få kunskap om kroppen, sex, relationer, psykisk hälsa, alkohol och droger, självkänsla och mycket annat. UMO finns på Facebook, Instagram och på andra språk.

Bris, Barnens rätt i samhället, är en av Sveriges ledande barnrättsorganisationer som varje dag kämpar för ett bättre samhälle för barn. Med barnkonventionen som grund stöttar Bris barn i utsatta situationer. Bris nås på telefonnummer 116 111, direkt för barnen, men finns i chattforum och via andra kontaktvägar. Bris har också en stödtelefon för vuxna som idrottsledare. www.bris.se

Koll på soc drivs av **Socialstyrelsen** www.kollpasoc.se och är en sida med information om vad socialtjänsten gör för barn och unga. All information på webbplatsen har tagits fram av Barnombudsmannen i samarbete med barn och unga. Materialet har faktagranskats av Socialstyrelsen och är anpassat så att kommuner och organisationer ska kunna använda det på sina webbplatser.

Våga berätta på 1177 har material som vänder sig till barn och unga som har något att berätta som kanske är svårt. www.vaga-beratta.1177.se

Mind - För psykisk hälsa - sprider kunskap om psykisk ohälsa och självmord. De har fyra öppna verksamheter: **Självordslinjen**, på telefon 90101, mejl och chatt dygnet runt, för personer som inte längre orkar leva och deras närstående. **Äldrelinjen**, en stödlinje för äldre som behöver någon att prata med och som mår psykiskt dåligt. **Föräldralinjen**, en stödlinje för vuxna som är oroliga för barn i sin närhet och vill ha någon att prata med. De har också ett diskussionsforum på nätet **Mind Forum** där man kan prata om livet precis som det är. På deras webbsida finns mycket information om självmord och psykisk ohälsa www.mind.se

Länkar med Nyköpingsanknytning

Mår du dåligt

På nykoping.se finns en webbsida som heter **Mår du dåligt**. Här kan man få tips om vart man vänder sig för att få hjälp utifrån olika symptom eller områden. www.nykoping.se

Kommunen erbjuder utbildningar i första hjälpen till psykisk hälsa, **Mental Health First Aid**, MHFA. Kontakta Räddningstjänsten för att få veta mer.

Tjejjouren Mira är en del av Kvinno- och Tjejjouren Mira och riktar sin verksamhet mot tjejer och unga kvinnor i Nyköpings- och Oxelösunds kommuner. De är en partipolitiskt och religiöst obunden ideell förening som arbetar utifrån en feministisk värdegrund. Föreningen är medlemmar i Unizon. www.tjejjourenmira.se

Kvinnojouren Mira riktar sig till kvinnor och barn som utsätts för eller har upplevt våld, ofta av den person kvinnan är sammanlevande med och finns i Nyköping och Oxelösund. De erbjuder kostnadsfria stödsamtal, skyddat boende och systerskap. Kvinnojouren Mira är en del av föreningen Kvinno- och tjejjouren Mira. www.unizonjourer.se

Brottsofferjouren Östra Sörmland är den Brottsofferjour som finns lokalt i Nyköping. www.ostrasormland.boj.se

Inspirations- och utbildningsmaterial

Trygg idrott

Riksidrottsförbundet kräver från och med 2020 att alla föreningar som får bidrag från dem har begär utdrag ur belastningsregistret för barn- och ungdomsledare. De har tagit fram bra diskussions- och arbetsmaterial under arbetsnamnet **Trygg idrott**; Trygga idrottsmiljöer och *barnens spelregler*. www.rf.se

Trygga möten

Scouterna har tagit fram ett material som de kallar **Trygga möten**. Det handlar om att barn ska vara trygga på sin fritid och om sådant som att vara en schysst kompis, deltagare emellan och att ledare har kunskap och mod att agera om något händer.

www.tryggamoten.scout.se | Trygga möten ingår en webbkurs, utbildningsmaterial, en aktivitetsbank för barnen och deras program *Free being me* om rätten att få vara sig själv.

Ledare som lyssnar

Folkhälsomyndigheten har tagit fram ett material som heter **Ledare som lyssnar**. Ledare som lyssnar är en webbaserad utbildning om psykisk hälsa för dig som leder barn och unga på fritiden. I utbildningen får du lära dig mer om psykisk hälsa och hur du kan upptäcka och stötta barn och unga som mår dåligt psykiskt. Du får även tips om hur du kan stärka den psykiska hälsan hos de barn och unga som du leder.

www.folkhalsomyndigheten.se

Demokratiboken - Prata, lyssna och förändra

Demokratiboken är utgiven av Allmänna arvsfonden och ger konkreta, lätta och tydliga demokratitips till din förening. Det handlar om påverkan i samhället, inspiration till mer engagemang och hur man som bärare av en idé kan påverka genom en förening. Tipsen finns även digitalt och boken går att ladda ner som pdf. www.arvsfonden.se

En trygg idrott och fritid

Rädda barnen har tagit fram bra underlag som hjälper föreningar att våga *prata* om svåra ämnen, *agera* vid oro för ett barn, *hantera* när något har hänt samt att *underlätta* för barn att berätta. www.raddabarnen.se

Vägledning: Stopp! Min kropp! För vuxna med tips och råd om hur man kan prata med barn i olika åldrar om kroppen, gränser och sexuella övergrepp. www.raddabarnen.se

Vägledning: Vid oro för ett barn Checklista vid oro för ett barn och annan vägledning vad man bör tänka på som vuxen. www.raddabarnen.se

Handbok: När något har hänt Råd och information om hur man kan agera när ett barn har blivit utsatt. www.raddabarnen.se

Det nya landet

Detta pedagogiska skolmaterial är framtaget av Individuell Människohjälp IM. Det handlar om att alla elever ska få träna sina demokratiska förmågor genom att "argumentera, lyssna, sätta sig in någon annans perspektiv, visa förståelse och empati, diskutera och debattera".

Det nya landet underlättar skolors värdegrundsarbete, men har kan bidra till goda tankar även inom föreningslivet, med spännande diskussionsfrågor och faktaunderlag.

www.imsweden.org

10.Kontaktuppgifter

Vi som arbetar med stöd till föreningar arbetar på uppdrag av Kultur- och Fritidsnämnden och har vår arbetsplats på Nyköpings Arenor. Vi kan svara på frågor och ge stöd till föreningar som vill starta eller som redan bedriver verksamhet sedan lång tid tillbaka. På www.nykoping.se/forening finns information om kommunens stöd till föreningar. Man kan nå oss via e-post forening@nykoping.se eller via telefon 0155-24 80 00