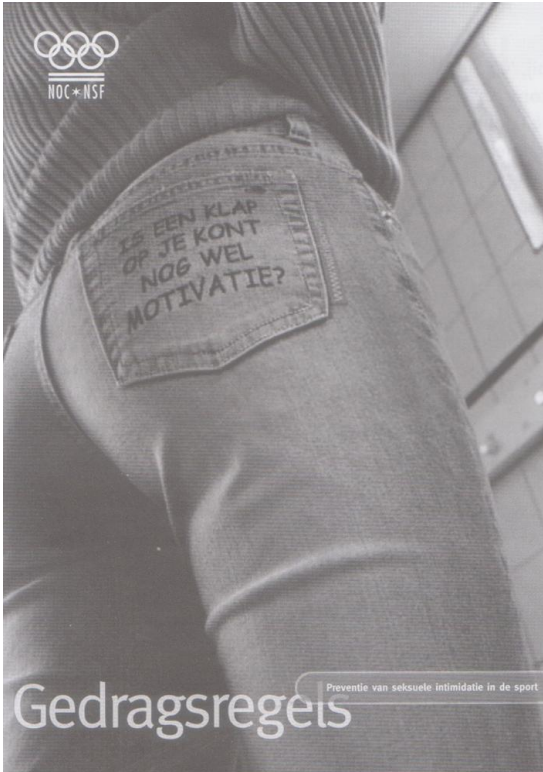


GEDRAGSREGELS EN KLACHTENREGELING VAN “KRACHT EN VLUGHEID”



Het moet wel leuk blijven. Sporten is heerlijk! Je kunt er al je energie in kwijt. Het is vaak spannend en gezellig en je voelt je er goed door. Maar soms gebeurt er iets waardoor de lol eraf gaat. Als je wordt lastiggevallen bijvoorbeeld. Als iemand steeds opmerkingen maakt waarvan je baalt. Grappen over je lijf. Of als iemand aan je zit, terwijl je dat niet wilt. Dat soort aandacht noemen we seksuele intimidatie. Waarom niet? Omdat jij het niet wilt!

‘Hé, dat shirt zit mooi strak, zeg!’

‘Zo, jij ziet er lekker uit vandaag!’

‘Kan jij goed zoenen?’

‘Stevige billen heb jij in dat broekje!’

Kappen nou!

‘Hij bedoelt het gewoon aardig...’

‘Ik had de deur op slot moeten doen ...’

‘Ik moet blij zijn dat hij mij wil trainen...’

‘Misschien is het wel normaal...’

‘Ze vinden vast dat ik me aanstel...’

‘Als ik iets zeg, schopt-ie me uit het team..’

‘Ik schaam me dood...’

‘Niemand zal me geloven...’

Jij bepaalt wat er mag!

En zo zijn er wel honderd excuses te bedenken. Maar voor seksuele intimidatie is geen excuses. Het is nooit jouw schuld. Als jij het niet wilt, is de andere altijd fout. Het gaat om jouw lijf, dus jij bepaalt wat jij oké vindt. Jij bent de enige die weet wat je wel en niet goed vindt. En daar moet iedereen naar luisteren. Je teamgenoten, je coach, je trainer, iedereen. Als je lastig gevallen wordt, moet je sportvereniging daar iets aan doen.

Je kunt er iets tegen doen!

Als je wordt lastiggevallen op de club, of op een trainingskamp, vindt je het misschien heel moeilijk om er iets van te zeggen. Toch is het belangrijk om dat wel te doen. Misschien heeft degene die jou lastig valt misschien niet eens door hoe vervelend het voor jou is. Als je dat zegt, dan zal jij waarschijnlijk ‘sorry’ zeggen en het niet meer doen. Soms helpt praten niet. Blijf er niet over zwijgen. Zoek zo snel mogelijk iemand aan wie je het kan vertellen!!

Weet je niemand aan wie je het kunt vertellen of praat je er liever niet met een bekende over?

Bel een vertrouwenspersoon van Kracht & Vlugheid, of bel rechtstreeks de Gymbond KNGU / NOC*NSF.

De vertrouwenspersonen en hun telefoonnummers en het telefoonnummer van de Gymbond zitten in het bakje onder deze poster