

POLITYKA OCHRONY DZIECI I MŁODZIEŻY

W

KRAV MAGA Kraków sp. z o. o.

(wersja dla małoletnich)

INFORMACJE WSTĘPNE

KRAV MAGA Kraków sp. z o. o. wprowadził procedury mające na celu Twoją ochronę przed krzywdzeniem podczas treningów i obozów.

Procedury te noszą nazwę: **STANDARDY OCHRONY MAŁOLETNICH**.

W naszym Ośrodku Szkolenia Samoobrony KRAV MAGA obowiązują standardy ochrony małoletnich o których Cię teraz informujemy.

W standardach znajdziesz **kodeksy, zasady i procedury** które pomogą nam i Tobie tworzyć przyjazne, bezpieczne i wolne od przemocy miejsce do doskonalenia umiejętności ruchowych w zakresie samoobrony.

Jak rozpoznać że Jesteś krzywdzony?

Pamiętaj, że **KRZYWDZENIE TO** również doświadczanie przemocy ze strony INSTRUKTORA, INNEGO DZIECKA:

1. bicie
2. kopanie
3. popychanie
4. szarpanie
5. zamykanie (w toalecie, w szatni, w przebieralni, w sali)
6. niszczenie rzeczy
7. ośmieszanie
8. wyśmiewanie
9. obrażanie
10. grożenie
11. szantażowanie
12. faworyzowanie
13. karanie nadmiernym wysiłkiem
14. wrogie/obraźliwe gesty
15. wykluczenie (izolowanie) z grupy
16. manipulowanie relacjami
17. robienie zdjęć, nagrywanie Cię bez Twojej zgody
18. udostępnianie innym nagrań i zdjęć Twojej osoby bez Twojej zgody
19. nakłanianie do pokazywania miejsc intymnych
20. dotykanie miejsc intymnych
21. zachęcanie do dotykania miejsc intymnych innych osób
22. podglądanie, gdy się przebierasz lub bierzesz kąpiel po treningu

I takie zachowania w Naszym Ośrodku Szkolenia Samoobrony KRAV MAGA są zabronione! To tylko niektóre z niedozwolonych zachowań.

Do kogo możesz się zwrócić o pomoc gdy czujesz się zagrożony, krzywdzony?

Powołaliśmy **KOORDYNATORA** do którego możesz się zwrócić we wszystkich sprawach, w szczególności jeżeli szukasz pomocy i wsparcia albo chcesz zgłosić niewłaściwe zachowania ze strony:

- instruktorów
- opiekunów na obozach
- innych uczestników treningów lub obozów
- rodziców
- innych osób dorosłych

Z Koordynatorem możesz skontaktować się pod nr tel.: 888-197-520,

e-mail: biuro@kravmaga.krakow.pl

Pamiętaj, że zawsze możesz liczyć na **INSTRUKTORA**, który prowadzi z Tobą treningi.

Jak chronimy Cię przed niewłaściwym zachowaniem ze strony instruktorów, opiekunów obozów?

Wprowadziłmy **KODEKSY POSTĘPOWANIA**, które określają oczekiwane zachowania w czasie treningów i uczestnictwa w obozach.

Musisz przestrzegać **Kodeksu postępowania dla dzieci i młodzieży**.

Kodeksów muszą przestrzegać również **INSTRUKTORZY, OPIEKUNOWIE NA OBOZACH**.

Dzięki temu jesteś chroniony przed niewłaściwym zachowaniem tych osób. Jesteś chroniony przed różnymi zagrożeniami i formami krzywdzenia.

INSTRUKTORZY mają obowiązek:

1. szanować godność i wartości wszystkich osób biorących udział w zajęciach, treningach, bez względu na ich wiek, rasę, kolor skóry, pochodzenie etniczne, płeć, niepełnosprawność, język, religię, poglądy polityczne, status majątkowy, orientację seksualną, poziom umiejętności lub inne;
2. reagować i zgłaszać odpowiednim podmiotom obraźliwe, niewłaściwe, dyskryminacyjne zachowania oraz naruszenia Polityki;
3. doceniać wysiłek i uczestnictwo w zajęciach;
4. przestrzegać postanowień Polityki i stawać dobro i bezpieczeństwo dzieci ponad wszystko;
5. dawać przykład swoim zachowaniem i być wzorem do naśladowania dla dzieci – obejmuje to niepicie alkoholu, niebranie narkotyków, nieużywanie niewłaściwego, rasistowskiego, homofobicznego lub innego dyskryminującego języka lub zajmowania takich postaw;
6. reagować na wszelkie formy zastraszania i nietolerancji wśród dzieci;
7. komunikować się z dziećmi w sposób konstruktywny, odpowiedni do ich wieku, nigdy ich nie upokarzając;
8. nie umniejszać wysiłków dzieci podczas treningów i nie obwiniać za niepowodzenia;
9. nie angażować dzieci do celów osobistych lub finansowych;
10. nie angażować się w żadne stosunki seksualne z żadnym dzieckiem, co obejmuje m.in. niestosowanie seksualnie sugestycznych lub dwuznacznego komentarzy i zachowań względem dziecka;
11. nie prowokować nieodpowiednich kontaktów z dziećmi, utrzymywać odpowiednie granice w kontaktach z dziećmi;
12. prowadzić zajęcia dostosowane do umiejętności i wieku dzieci;
13. współpracować m.in. z rodzicami, psychologami i lekarzami dla dobra każdego małoletniego;
14. współpracować z innymi instruktorami, opiekunami dla dobra każdego dziecka;
15. nie stosować w żadnym wypadku przemocy fizycznej i psychicznej, w tym kar cielesnych;

16. szanować prywatność dzieci, np. nie wchodzić pod prysznice i do szatni bez pozwolenia, nie otaczać dzieci osobistą opieką, której dzieci nie potrzebują;
17. przy każdej rozmowie o charakterze indywidualnym, niezależnie od tematu, zapewnić obecność innej osoby dorosłej lub na życzenie dziecka innego dziecka, a rozmowy takie przeprowadzać w otwartych pomieszczeniach;
18. unikać spędzania czasu z dziećmi na osobności, bez udziału innych dorosłych;
19. nie angażować się w niewłaściwe korzystanie z mediów społecznościowych, w tym nie wdawać się w prywatne rozmowy z dziećmi w mediach społecznościowych i nigdy nie zamieszczać komentarzy ani nie udostępniać zdjęć i filmów, które mogłyby zagrozić ich dobru lub wyrządzić im krzywdę;
20. nie publikować zdjęć, filmów ani innych informacji o dzieciach i ich rodzinach w osobistych mediach społecznościowych, np. na Facebooku lub stronach internetowych lub w mediach społecznościowych ośrodka, bez zgody zainteresowanych dzieci i ich rodziców;
21. dzielić się swoimi obawami dotyczącymi bezpieczeństwa i ochrony dzieci z Koordynatorem i właścicielem KRAV MAGA Kraków sp. z o. o.;
22. równoważyć potrzebę nadzoru z prawem dzieci do prywatności, np. nie ma konieczności obserwowania dzieci pod prysznicem;
23. być wyczulonym na wszelkie formy zastraszania lub zagrożenia wynikające z używania telefonów komórkowych przez dzieci np. do robienia zdjęć.

Pamiętaj, że Ty również masz przestrzegać określonych zasad!

Jako **UCZESTNIK** zajęć, treningów, obozów:

1. wiem, że instruktorzy, opiekunowie są odpowiedzialni za moje bezpieczeństwo i dobro od czasu, gdy pod ich opiekę przekazuję mnie rodzice dopóki nie wrócę do domu,
2. muszę zawsze postępować zgodnie z instrukcjami i radami instruktorów, opiekunów,
3. jeśli z jakiegoś powodu nie chcę podążać za grupą, zapytam opiekuna o pozwolenie i o miejsce, gdzie mogę przebywać. Poinformuję opiekunów,

jeżeli jest coś, czego potrzebuję, aby móc wziąć udział w organizowanych zajęciach;

4. podczas obozów z noclegiem wiem, że będę dzielić pokój z innymi dziećmi, co wcześniej zostanie uzgodnione. Nie będę spać w żadnym innym pokoju.
5. będę na czas na wszystkie spotkania i zajęcia, nie będę się spóźniać.
6. będę przestrzegać zasad dotyczących własnego bezpieczeństwa, w tym:
7. nie będę spożywać alkoholu;
8. nie będę zażywać narkotyków lub innych substancji odurzających;
9. nie będę palić;
10. będę przestrzegać zasad bezpieczeństwa podczas ruchu pieszego;
11. będę przestrzegać zasad bezpieczeństwa na akwenach wodnych, w terenie górkim oraz w każdym innym miejscu, gdzie należy zachować szczególną ostrożność;
12. poinformuję opiekunów o jakichkolwiek problemach zdrowotnych, zmartwieniach, niepokoju lub obawach dotyczących bezpieczeństwa mojego lub innego dziecka;
13. będę szanować inne dzieci i pomagać im w pełni uczestniczyć w zajęciach, będąc wzorem do naśladowania. Będę dawać przykład, który obejmuje np. niespożywanie alkoholu, niezażywanie narkotyków i innych używek lub nieużywanie obraźliwego lub innego dyskryminującego języka;
14. będę szanować prawa, godność i wartość każdego uczestnika oraz innych zaangażowanych osób;
15. nie będę używać słów i wykonywać gestów prowokujących seksualnie;
16. nie będę uderzać ani w żaden inny sposób fizycznie atakować, osób biorących udział w zajęciach lub działać w jakikolwiek sposób, który mógłby zawstydzić, upokorzyć, zastraszyć, umniejszyć lub poniżyć inne dzieci;
17. będę szanować mojego instruktora, kolegów i koleżanki, innych instruktorów;
18. będę informować instruktorów o wszelkich kontuzjach i stanie zdrowia przed lub w trakcie zajęć;
19. nie będę znęcać się i nie będę wszczynać bójkę czy celowo krzywdzić innych, jak np.:
 - a. używanie podłych słów by ranić innych lub rozprzestrzeniać plotki na ich temat;
 - b. celowe wykluczanie kogoś;

- c. używanie mediów społecznościowych w niewłaściwy sposób, np. umieszczanie złośliwych, krzywdzących komentarzy lub zdjęć w celu zranienia lub zasmucenia kogoś;
 - d. przeklinanie i mówienie brzydko o kimś, do kogoś;
 - e. walczenie fizycznie i ranienie innych;
20. będę zgłaszać nękanie, jeżeli zauważę, że zdarza się mnie lub komuś.
21. Biorąc udział w zajęciach rozumiem że mam prawo:
22. dobrze się bawić i rozwijać swoje umiejętności;
23. czuć się bezpiecznie i szcześliwie;
24. być chronionym przed złym zachowaniem, ze strony dorosłych lub innych dzieci, które sprawiają, że czuję się niekomfortowo lub smutno;
25. rozmawiać i być wysłuchanym, zwłaszcza jeśli mam obawy lub nie czuję się bezpiecznie;
26. wiedzieć, gdzie udać się po pomoc lub z kim porozmawiać jeśli jestem przestraszony lub martwię się o coś;
27. być pod opieką, jeśli zdarzy się wypadek lub uraz.

Wiem, że jeżeli nie będę przestrzegać zasad kodeksu zachowania, moi rodzice zostaną o tym poinformowali i będę musiał pod opieką rodziców opuścić zajęcia/ obóz przed ich zakończeniem.

Jak możesz zgłosić, że jesteś krzywdzony?

W przypadku gdy doświadczyleś krzywdzenia ze strony **innego uczestnika/uczestników treningów i obozów** lub byłeś świadkiem zachowania przemocowego, poinformuj o tym Twojego **INSTRUKTORA** lub **KORDYNATORA**. Możesz to zrobić w dowolnej formie, również elektronicznej.

Twoje zgłoszenie nigdy nie zostanie zlekceważone, nie będziemy Cię oceniać. Zareagujemy niezwłocznie. Podejmiemy działania, aby:

- zapewnić Ci bezpieczeństwo i innym osobom doznającym przemocy
- zapewnić Ci wsparcie
- wyjaśnić sytuację
- ustalić dalszą ścieżkę postępowania
- wyciągnąć konsekwencje wobec osoby/osób stosującej/cyckich przemoc
- zapewnić, by Ośrodek był miejsce wolnym od przemocy i agresji.

W przypadku gdy doświadczyleś krzywdzenia ze strony dorosłego, również rodzica, opiekuna obozowego, lub byłeś świadkiem przemocy, poinformuj o tym: **INSTRUKTORA** lub **KOORDYNATORA** (**inną osobę niż ta, która stosowała przemoc**). Osoba, do której trafi zgłoszenie podejmie działania:

- przewidziane w przyjętej Polityce, które **zapewnią Ci i innym bezpieczeństwo** oraz zapobiegą dalszym niedozwolonym zachowaniom
- przewidziane **przepisami prawa** jak:
 - powiadomienie Sądu,
 - powiadomienie Prokuratury, Policji.
 - Powiadomienie ośrodka pomocy społecznej.

Pamiętaj, że **w przypadku, gdy nie jesteś pewna/y** czy dane zachowanie jest przemocą (także dotyczy przemocy w Internecie), jest zachowaniem niedozwolonym zawsze możesz porozmawiać z **INSTRUKTOREM** lub skontaktować się z **KOORDYNATOREM** gdzie uzyskasz pomoc, wyjaśnienie, ustalicie dalsze działania.

Ważne jest, abyś zwrócił/zwróciła się do kogoś o pomoc, gdyż wtedy szybciej problem, który się pojawia, można rozwiązać! Sam/a problemu nie rozwiążesz! Nie zawsze **INSTRUKTOR**, **OPIEKUN** czy **INNY PRACOWNIK** jest w stanie zauważyc, że **w Twoim otoczeniu** dzieje się **coś niedobrego**.

Mözesz także skorzystać z pomocy innych instytucji, czy podmiotów.

Gdzie Możesz szukać dodatkowej pomocy?

116 111
telefon zaufania dla
dzieci i młodzieży

Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę prowadzi telefon wsparcia czynny całą dobę przez 7 dni w tygodniu. Wszelkie aktualne informacje znajdują się też na stronach: www.116111.pl oraz www.fdds.pl. Wsparcie i pomoc udzielana jest za darmo.

SOS
800 12 12 12

dziecięcy telefon zaufania:
- całodobowy
- 7 dni w tygodniu

Telefon zaufania Rzecznika Praw Dziecka dostępny jest przez całą dobę i przez 7 dni w tygodniu. Możesz też napisać do ekspertów na czacie, który znajdziesz na stronie Rzecznika: www.brpd.gov.pl. Wsparcie i pomoc udzielana jest za darmo.

**OGÓLNOPOLSKI TELEFON DLA OFIAR
PRZEMOCY W RODZINIE**

"Niebieska Linia" 800-12-00-02

- czynny przez całą dobę
- pomoc psychologiczna,
- informacje o możliwościach uzyskania
pomocy

Ogólnopolski telefon dla ofiar przemocy w rodzinie. Dzwoniąc pod numer infolinii można uzyskać wsparcie, pomoc psychologiczną, informacje o przepisach i procedurach oraz o placówkach udzielających pomocy osobom doznającym przemocy w rodzinie.