

# **GK Engelholmsgymnasternas**

## **Policydokument**

### **INLEDNING**

GK Engelholmsgymnasterna är en ideell förening för truggymnastik och parkour.

Föreningens övergripande mål är att medlemmarna utvecklas i sitt idrottande men även gemenskap, kamratskap och social fostran är viktiga ledord för verksamheten. Ledares, styrelseledamöters och övriga ansvarigas agerande mot barn och ungdomar i föreningen är viktigt i denna utveckling och policydokumentet ska fungera som ett stöd i arbetet inom föreningen.

Ändringar i policydokumentet får endast göras efter beslut i styrelsen eller på årsmöte.

### **ORGANISATIONSPOLICY**

Styrelsen är föreningens högst ansvariga och beslutande organ under verksamhetsåret. Styrelsen tillsätts på årsmötet.

Verksamhetskommittén ansvarar för den idrottsliga verksamheten i dialog med styrelsen. Styrelsen tillsätter de kommittéer den anser vara lämpligt.

Ansvariga för verksamheten och andra kommittéer eller uppgifter i föreningen finns i Organisationsdokumenten.

Alla ledare är per automatik medlemmar i föreningen.

### **VERKSAMHETSPOLICY**

#### **GRUPPINDELNING**

Verksamheten bedrivs i grupper, tillgång till ledare och lokaler styr antalet grupper och åldersspannet i grupperna.

Inom varje grupp skall det finnas minst en ansvarig ledare som har stor erfarenhet och kompetens. Huvudledarens uppgift är att stötta ledarna och styra träningsinnehållet så att föreningens målsättning uppnås.



Fram till att gymnasterna fyller 10 år ska alla gymnaster träna och tävla inom gruppen efter sina egna förutsättningar. Gymnasterna väljer själv vilken träningsmängd de skall träna, efter vad som erbjuds av föreningen. När gymnasterna är 13 år för tjejer respektive 11 år för killar (vissa tävlingar), och har möjlighet att tävla på riksnivå, kan det bli aktuellt att dela in gymnasterna med hjälp av en kravprofil, som bygger på förutsättningar, kunskap, ambition, vilja och ålder. Detta görs för att gymnasterna skall utvecklas så bra som möjligt efter sina egna förutsättningar och delta i träning och tävling på lämplig nivå. Indelning görs av ansvarig ledare.

Inför tävlingar kan det vara behov av omprioritering av hallar, detta ska prioriteras enligt i första hand tidpunkt för tävling och i andra hand tävlingsnivå. Primärt är det verksamhetskommittén som ansvarar för hallfördelning. Dock kan naturligtvis ansvariga ledare byta sinsemellan.

## **TÄVLING**

Vi följer Gymnastikförbundets "Svensk Gymnastik vill" och "Utvecklingsmodellen" samt "Uppförandekoden". Deltar gymnasten i en tävlingsgrupp, förväntas deltagande i tävling, annars kan man träna i en träningsgrupp. Alla gymnaster i föreningen skall om de går i en tävlingsgrupp ges möjligheten att tävla en gång per termin så länge tävlingsutbudet gör det möjligt för gymnasten. Det innebär att om så inte är fallet skall gymnasten få information om detta innan terminen startar. Att vara med på en tävling innebär att man räknas till laget och får tävla minst 1 varv eller är med i fristående, utom på SM-stegen där även reserv räknas som att man deltar i tävlingen för laget.

Det är ansvariga ledare i den gruppen som beslutar om laguttagning och vilka tävlingar gruppen skall tävla i.

## **REGIONSTÄVLINGAR OCH RIKSTÄVLINGAR**

På regionstävlingar och rikstävlingar skall föreningen ställa upp med jämna lag om man tävlar med mer än ett lag. Om det är stor spridning i gymnasternas kunnande får man vid behov nivåanpassa lagen så att alla ges möjlighet att tävla på sin nivå.



## **RIKSTÄVLINGAR SAMT SM-STEGEN**

På rikstävlingar samt SM-stegen från och med året man fyller 13 år, finns krav på att kunna utföra vissa övningar. Uttagning till tävling sker efter kunskap inom gruppen.

## **SVENSKA MÄSTERSKAPEN**

På SM-stegen, USM (13-15 år), JSM(15-18 år) samt SM (f o m 17 år), sker uttagning till laget med föreningens bästa gymnaster oberoende av gruppstillhörighet.

För att delta i tävlingsgrupp krävs att förälder, eller annan lämplig person som förälder ordnat, utför ålagd uppgift i samband med tävlingar och andra arrangemang som föreningen arrangerar.

## **UPPVAKTNING OCH UPPMÄRKSAMMANDE AV TÄVLINGSRESULTAT OCH MEDVERKAN**

I samband med tävling kommer resultat att lyftas fram för lag på SM-stegen, rikstävlingar samt regionstävlingar, från året man fyller 13. Yngre lag uppmärksammas endast att de tävlar, ej resultat. Styrelsen kommer att uppvakta truppen och fira tagna medaljer på riks- och regionnivå, från det året gymnasterna fyller 13. Hela truppen firas, dvs inklusive de gymnaster som ej tävlat, om det finns mer än ett lag i truppen, eller om alla inte tagit plats i laget.

## **BETEENDEPOLICY**

### **REPRESENTATION**

Gymnaster och ledare representerar föreningen, GK Engelholmsgymnasterna, vid deltagande i tävling och andra arrangemang som GK Engelholmsgymnasterna eller annan förening anordnar.

Gruppens regler ska följas. Ledarna är ansvariga för gruppens regler.

Alla förväntas aktivt arbeta för en god laganda, som ger möjlighet till trivsel och bästa möjliga resultat.

Föreningskläder ska bäras enligt ledares instruktion. Alla övriga regler i policydokumentet ska följas.

Vid överträdelser av regler har ledare rätt att avvisa/skicka hem gymnaster.

## FÖRHÅLLNINGSSÄTT LEDARE/UTÖVARE

Som ledare och utövare har du en viss roll gentemot den andra parten och du ska agera professionellt i båda leden, både under och utanför träning.

- All kontakt mellan parterna i träningsrelaterade frågor, sker i nära anslutning till träning och i huvudsak via ansvarig ledare för kommunikation/forum i respektive grupp.
- Som ledare är det viktigt att du agerar professionellt då du har en auktoritär roll gentemot utövaren, denna är det viktigt att du upprätthåller både under och utanför träning.
- Som utövare har du ett ansvar att lyssna och följa de angivelser dina ledare ger dig och att se dem som just dina ledare och coacher för att kunna utföra den aktivitet du tränar.
- Både ledare och utövare kan vända sig till kanslist vid ev. frågor eller om de behöver stöd etc. Kontakta även kanslist, för kontakt med styrelsen.
- Vid misstanke om fysisk eller psykisk misshandel, ätstörning, psykisk ohälsa, självskadebeteende etc. ber vi ledare uppmana utövare/förälder att uppsöka professionell hjälp. Akuta incidenter tas om hand direkt, tillkalla hjälp.
  - Ta diskret undan gymnasten/ledaren enskilt och fråga om ni kan prata en stund
  - Säg att du bryr dig om och har observerat något som gör dig orolig
  - Fråga hur vederbörande mår och om det är något du kan hjälpa till med
  - Även om det förnekas att något är fel, erbjud ett välkomnande vid ett senare tillfälle ex. via textmeddelande, telefon etc.
  - Om det uppkommer att det finns ett problem gå vidare till föreningens officiella krisplan.

## ADNT (ALKOHOL, DROGER, NARKOTIKA, TOBAK)

Övergripande riktlinjer

- Vi strävar efter att inte prata positivt om alkohol, narkotika, doping och tobak i samband med föreningens verksamhet.
- Ledare, tränare och förtroendevalda är i sitt förhållningssätt till ANDT ett föredöme för barn och ungdomar.
- Föreningen följer de regler och lagar som finns i svensk lagstiftning gällande alkohol, narkotika, doping och tobak.

Åtgärd Om ANDT-policyn inte följs inom föreningen:

- Prata med berörd person.
- Meddela ansvarig i föreningen om händelsen. Vår ansvarig erbjuder hjälp och stöttning utifrån föreningens egen handlingsplan.



- Om någon av våra minderåriga medlemmar använder alkohol, narkotika, doping och tobak, kontaktar vi vårdnadshavare.
- Vid upptäckt av doping eller narkotikaanvändning kontaktas polis enligt gällande lagstiftning.

## **ALKOHOL**

Föreningen tillåter inte att våra medlemmar använder sig av alkohol under eller i anslutning till träning, tävling eller annan föreningsverksamhet. Som ungdomsledare och vuxen är det viktigt att tänka på sitt ansvar och att man agerar förebild för barn och ungdomar.

Medlemmar får inte dricka alkohol under resor, läger eller inom andra verksamheter där man har ansvar för barn och ungdomar. Man får inte vara berusad eller bakfull till träning, tävling eller annan verksamhet i föreningens regi. Man får inte dricka alkohol eller uppträda berusad i föreningens kläder.

## **NARKOTIKA OCH DOPNING**

GK Engelholmsgymnasterna har, i likhet med Riksidrottsförbundet, RF, nolltolerans för alla former av narkotika och dopning.

All användning och hantering av narkotika samt vissa dopingpreparat, såsom anabola steroider, är förbjuden i enlighet med svensk lag. All form av doping är förbjuden i enlighet med idrottens regler. GK Engelholmsgymnasterna är anslutna till RF, och som medlem är du automatiskt ansluten till RF.

## **TOBAK**

Föreningen tillåter inte att våra medlemmar använder sig av tobak under eller i anslutning till träning, tävling eller annan föreningsverksamhet. Som ledare är det viktigt att tänka på sitt ansvar och att man är förebild för barn och ungdomar. Under föreningsaktiviteter skall man avstå från att använda tobak. Snus likställs med tobak. Alla skall respektera att Lingvallen är ett rökfritt område.

## **MOBBNING**

GK Engelholmsgymnasterna skall vara en förening där alla skall känna sig välkomna. Det är därför inte acceptabelt att någon form av mobbning av vare sig barn, ungdomar eller vuxna, egna medlemmar eller gäster, förekommer. Mobbning är att beteckna som misshandel vare sig den är fysisk eller psykisk. Med

mobbing avser föreningen handling där medlemmen eller dess anhörig utsatts för kränkande behandling. Föreningen skall aktivt motverka att någon känner sig utanför föreningens gemenskap och därför är alla former av diskriminering, trakasserier eller annan form av kränkningar inte acceptabelt inom föreningen. Varken fysisk, psykisk eller ekonomisk bestraffning får förekomma.

## **SEXUELLA ÖVERGREPP OCH TRAKASSERIER**

Föreningen har nolltolerans kring sexuella övergrepp och trakasserier. Misstanke om sexuella övergrepp eller trakasserier leder till polisanmälan och omedelbar avstängning under utredning.

## **SOCIALA MEDIER**

Riktlinjerna kring motverkan av mobbing och nolltolerans mot sexuella trakasserier, inkluderar även sociala medier och digitala kommunikationsformer associerade med föreningen och dess aktiva medlemmar, gäster och nätverk.

## **TRANSPORTER**

Föreningen följer Riksidrottsförbundets policy för trafiksäkra transporter. Alla transporter ska ske med miljö och säkerhet särskilt beaktat och följa gällande lagar. Hyrbilar skall vara anslutna till biluthyrningsbranschen (BURF) och uppfylla dess regler och policys. Bussar skall vara anslutna till Svenska bussbranschens riksförbund (BR) och uppfylla dess regler och policys.

## **ANSVAR OCH ÅTGÄRD FÖR AVVIKELSER FRÅN BETEENDEPOLICYN**

Ansvaret för att dessa regler följs är främst styrelsens, men även ledare, tränare och andra föreningsfunktionärer har ett stort ansvar för att regelbrott upptäcks och uppmärksammas.

Vid misstanke eller upptäckt att någon av våra medlemmar bryter mot ovanstående kommer enskilt samtal att genomföras och föräldrakontakt tas om medlemmen är under 18 år.

Vid misstanke om sexuella övergrepp och trakasserier stängs personen av under utredning och vid misstanke om brott polisanmäls händelsen utan dröjsmål.

De extra kostnader som drabbar föreningen om en medlem bryter mot någon policy debiteras den eller de som brutit mot policyn, alternativt föräldrarna om personen är under 18 år.

För att förankra vår policy avseende droger, mobbing och utslagning samt sexuella övergrepp och trakasserier samt transporter kommer föreningen att informera om



dess innehåll vid årsmöten, ledarträffar, kick-off, lägerverksamhet samt vid andra tillfällen där det bedöms som lämplig.



## KOMMUNIKATIONSPOLICY

Allmänt: Engelholmsgymnasterna skall hålla sina medlemmar och dess föräldrar väl informerade om föreningen och verksamheten, men även verka för att informera om föreningen externt. Informationen skall vara tydlig och tillräcklig vid alla tillfällen och vila på policyn för intern och extern kommunikation. Hemsidan är, jämte information via e-post, föreningens huvudsakliga kanal för information. Sportadmins app, Instagram och Facebook.

Kontakt: Föreningen kontaktas i första hand via e-post [engelholmsgymnasterna@live.se](mailto:engelholmsgymnasterna@live.se), där svar skall ges inom 2 arbetsdagar. Telefon 0431-24419 under kansliets öppettider.

Anmälan av gymnaster skall göras via hemsidan, avanmälan görs till ledare och kanslist.

Kommunikationskommitté: En av föreningens kommittéer som leder arbetet med kommunikation internt och externt.

Kommunikations- och medieansvarig: En person utses årligen av styrelsen som ansvarig. Arbetet sker tillsammans med kommunikationskommittén.

Kärnvärden, mål, vision: Föreningen skall eftersträva att på lämpliga sätt sprida sina kärnvärden, mål och vision både internt och externt. Kärnvärden, mål och vision skall finnas på hemsida samt på föreningskansliet.

Föreningsnamn: Föreningens namn är "GK Engelholmsgymnasterna" och skall användas vid tävlingar och förbundskorrespondens. I dagligt tal kan namnet Engelholmsgymnasterna användas.

Föreningsmärke/logga: Se nedan. Skall användas vid all visuell kommunikation internt och externt, även i e-postsignatur. I första hand används färglogga. Vid svart-vit logga avgör bakgrund vilken som används. Logga finns både med vit bakgrund(jpg-fil) och med transparent bakgrund(png-fil).

Vilken som används var och när är inte styrt i denna policy utan får bedömas från fall till fall.

Se även ex. på anvisning nederst.

Föreningsfärger: Lila och svart med vitt. I tryck är färgerna; 100 % svart och lila (54% Cyan och 83% Magenta). (RGB: R 153 G 50 B 204). På webben är den lila färgen Dark Orchid med koden #9932CC. På tyg är strävan att efterlikna den tryckta färgen och ge intrycka av "klassisk lila".





Föreningskollektion: Ska vara i färgerna svart, lila och vitt, samt kan på tävlingsdräkter ha inslag av silver. Tyngdpunkten är svart och lila. På tyg är strävan att den lila ska ge intryck av "klassisk lila". Eftersträva en dynamisk kollektion som "ligger i tiden", förutom en "permanent baskollektion". Eftersträva något nytt varje termin som kan var både tillfälligt och/eller permanent.

Tryckt kommunikation: Brevmall, se nedan, skall användas vid alla tillfällen det är möjligt. Finns både med och utan datum. Då detta inte är lämpligt eller möjligt ska föreningens logga finnas på dokumentet, i första hand högerställd överst. (Storlek: Höjd ca.3,00). Typsnitt Verdana, oftast storlek 10 ska användas, samt lila färg där så är lämpligt (RGB: R 153 G 50 B 204).

Webkommunikation: Typsnitt Verdana samt lila färg enligt defaultinställning på Idrott- Online. I övrigt på webben används lila färgen Dark Orchid med koden #9932CC.

Hemsidan/Facebook/Instagram: Kommunikationskommittén ansvarar för hemsida, Facebook och Instagram. Hemsidan ska vara informativ både internt och externt. Hemsidan är, jämte e-post, föreningens huvudsakliga informationskanal. Ambitionen är att hemsidan uppdateras flera gånger/vecka av kanslist med stöd från kommunikationskommittén. Under varje grupp ska den ledare som är informationsansvarig i respektive grupp ansvara för att korrekt och uppdaterad information finns tillgänglig.

## LOGGA:



Storlek: Höjd ca. 3.00cm.

De loggor som är med vit botten finns även med transparent bakgrund.

## E-POSTSIGNATUR:

Med vänlig hälsning



Förnamn Efternamn  
Kanslist

---

GK Engelholmsgymnasterna

Vinkelvägen 12

262 43 Ängelholm

Tel: 0431-244 19

Tel tid: ons 15.00-17.00 Besöksadress: Lingvägen 19

[www.engelholmsgymnasterna.se](http://www.engelholmsgymnasterna.se)



# Brevmall



ANVISNING LOGGA (Exempel på val av typ/filversion):

Logga.pdf

Här ligger loggan som en högupplöst pdf och kan skickas till tryckerier om den skall tryckas på t-shirts, kläder, broschyrer etc. Denna kan även användas i MS-word om man vill ha med denna som bild i dokumentet.

### **Logga.png**

PNG är till för att användas på webben om man vill att bakgrunden på loggan skall vara genomskinlig. Om man t ex har en hemsida med randig bakgrund kommer även gymnasten och texten få den randiga bakgrunden. Filen som heter logga 250px.png är en mindre version av denna som är 500 pixlar bred.

### **Logga.jpg**

Denna logga används enbart till webben. Den logga som bara heter logga.jpg är 500 pixlar bred och den logga som heter logga 250px.jp är 250 pixlar bred. För att få bästa kvalitet vid uppladdning på hemsidan så välj den storleken som är närmast den som önskas. Vill man t ex ha loggan på hemsidan och den ska vara 100 px liten så ta den minsta logga osv. Gör man ett worddokument eller liknande använd inte jpg versionen. Ta istället pdf-loggan för garanterat bästa kvalitet på loggan.

### **Tryck:**

Vid tryck trycks loggan i 100% svart och lila (54% Cyan och 83% Magenta). Detta är alltså ett trefärgstryck. Oftast ser tryckerierna detta själva. Om de skulle fråga kan det vara bra att ha %-siffrorna. Vill man ha "billigare" tryck kan man be tryckeriet ta fram en PMS färg som liknar den lila. (PMS är en burk med färdigblandad färg kan man säga). Då trycks den som tvåfärg (100% svart och 100 % PMS ###).

### **Hemsida:**

Koden på den lila färgen är #9932CC. Det resulterar samma lila som på loggan



## **EKONOMISK POLICY**

### **MEDLEMSAVGIFTER och träningsavgifter**

Alla gymnaster ska erlägga medlemsavgift varje termin för att ha rätt att delta i verksamheten. För info om avgifter se bokningssida.

Ledare, styrelse och anställda, som ej är utövare i någon grupp i föreningen är automatiskt medlemmar i föreningen utan att erlägga medlemsavgift.

Alla gymnaster ska erlägga träningsavgift varje termin. Avgiftens storlek är beroende på antal träningstimmar per vecka. För info om träningsavgifter se bokningssida.

I avgift för höstterminen ingår kostnad för försäkring och tävlingslicens för alla som ingår i en tävlingsgrupp och/eller gör volt på trampett. Denna gäller hela verksamhetsåret alltså även efterkommande vårtermin.

### **TÄVLINGSDRÄKTER**

Föreningen tillhandahåller dräkt för tävling upp till 10 års ålder. Dräkten ska efter varje genomförd tävling återlämnas handtvättad till ledaren. Dräkterna förvaras på kansliet så alla grupper har tillgång till dem.

Gymnaster över 10 år köper själv föreningens tävlingsdräkt. Denna köps till självkostnadspris. Föreningen återköper inga tävlingsdräkter utan rekommenderar att man säljer vidare till andra gymnaster i föreningen. Endast i fristående kan det vara aktuellt att grupp beslutar om annan dräkt än föreningsdräkten.

### **LEDARARVODE**

Ledare som under året fyller 14 år får ersättning per träningstillfälle i enlighet med ledararvode stegen. Ersättningen utgår endast för träningstiden, ej för byggande av hall eller annan verksamhet i hallen/föreningen.

Ersättning för kick-off utgår med 3 timmar.

Vid föreningsläger eller dagläger som klubben själv anordnar utgår ersättning med max 8 timmar per dag. Om ledare sover över med sin grupp utgår ersättning med ytterligare 5 timmar.

Körersättning utgår till ledare som kör till tävlingar med 18,50 kronor per mil. Sker transporten med allmänna kommunikationsmedel ersätts faktisk kostnad mot uppvisande av kvitto.

Ledare får ersättning för 5 timmar/dag vid tävling där övernattning sker.

Föreningen står för kostnader såsom resa, kost, logi för 3 ledare per trupp.

Ersättning utgår ej för mat/fika till och från tävling.

Vid föreningsläger eller dagläger som klubben själv anordnar utgår ersättning med 3 timmar.

Om ledare övernattar med sin grupp utgår ersättning med 5 timmar under förutsättning att ledaren har varit aktiv ledare under dagen.

Vid sommarläger utgår ersättning med 8 tim per dag för två ledare per 11 gymnaster. Det är huvudledaren som bestämmer vilka ledare som ska vara ledare på läger. Det går bra att dela upp dagarna mellan olika ledare men meddela kassören vem som ska ha vilket arvode.

Deltagande vid juluppvisning eller liknande utgår ersättning med 3 timmar. Gymnaster som också är ledare är berättigade till ersättning om de varit med sin grupp som ledare mellan sina egna uppvisningar el dyl. men då endast med 1,5 tim.

Ersättning för friståendekomponering utgår med 20 timmar, hör med friståendeansvarig innan du börjar komponera om vilka regler som gäller. Gäller endast tävlingsfristående.

Maxarvode för ledare är ett halvt basbelopp ca 23 650:- / år

## **RESOR, KOST OCH LOGI VID TÄVLING**

Gymnast: Betalar enligt gällande avgift.

Medföljande gymnast: Betalar faktisk kostnad men om föreningens ekonomi är god kan medföljande gymnast få följa med till samma avgift som gymnast.

Ledare: Föreningen står för kostnaderna. Se vidare i regler angående arvode och max antal ledare.

Förälder eller annan medföljande: Betalar faktisk kostnad för resa, kost och logi.

Om förälder eller annan medföljande behövs som ledare gäller samma regler som för ledare.

Anmälda gymnaster till tävling är betalningsansvariga för sin del av kostnaden enl. policyn vid tävling. Vid skada eller sjukdom av gymnast i anslutning till tävling och resa/boende inte går att avboka står gymnasten för sin del, detta ska inte belasta övriga lagkamrater. I första hand hänvisar vi till gymnastens privata försäkring. Vid särskilda fall kan föreningen ta kostnaden. Detta beslutas av styrelsen."

När man anmäler sig till tävlingar godtar man kostnaderna för resor/kost/logi vid eventuellt avhopp.

## **RESOR, KOST OCH LOGI VID LÄGER**

Gymnast: Betalar sin del av kostnad för ledarnas resa och logi

Ledare: Betalar inget men se regler vad gäller arvode och max antal ledare.

Förälder eller annan medföljande: Betalar faktisk kostnad.

Anmälda gymnaster till läger är betalningsansvariga för sin del av kostnaden enl. policyn vid läger. Vid skada eller sjukdom av gymnast i anslutning till läger och resa/boende inte går att avboka står gymnasten för sin del, detta ska inte belasta



övriga lagkamrater. I första hand hänvisar vi till gymnastens privata försäkring.  
Vid särskilda fall kan föreningen ta kostnaden. Detta beslutas av styrelsen.  
När man anmäler sig till läger godtar man kostnaderna för resor/kost/logi vid  
eventuellt avhopp.