

TRYGG

PÅ TRENING

med



Redd Barna

1 av 5 barn i Norge har opplevd vold i hjemmet.

1 av 20 har blitt utsatt for seksuelle overgrep fra en voksen.

Halvparten av disse barna har aldri fortalt det til noen.

VG

IDRETTS- OVERGREPENE

Hvilke idretter er mest utsatt? Bla deg gjennom hele VGs oversikt over seksuelle overgrep i idretten.

Bli en trygg voksen ved

å...

1. **Få økt kunnskap** om vold og seksuelle overgrep
2. Bli bevisst på **din rolle som trener eller frivillig i klubben**
3. **Møt barnet** som en trygg voksen

1. Få økt kunnskap om vold og seksuelle overgrep

Vold:

- Fysisk vold
- Psykisk vold
- Omsorgsvikt

Seksuelle overgrep:

- Seksuelle krenkelser
- Seksuelle handlinger
- Seksuell omgang

All vold og seksuelle overgrep mot barn er forbudt i Norge!

2. Bli bevisst på din rolle som trener og frivillig i klubben

Risikosituasjoner:

- Alene sammen med et barn
- Internett og sosiale medier
- Rollen din som trener

3. Møt barnet som en trygg voksen!

Hva gjør du som trener hvis du merker at Anna på 7 år plutselig endrer atferd, og bruker seksualiserte uttrykk som du vet ikke er vanlig for barn på hennes alder? Og hvordan reagerer du om Samir på 15 år plutselig blir mer kontaktsøkende, stille eller sint?

Er du bekymret for et barn skal du gjøre 3 ting:

1. Møt barnet som en trygg voksen
2. Stå ikke alene, søk hjelp og råd
3. Meld i fra

Oppgave:

Sitt sammen 2 og 2 og løs dilemmakort



Du som trener mottar en flørtende melding fra Sarah (utøver 15 år).
Hva gjør du?





LONE 16 ÅR



Du får vite at Per (trener, 19 år) innleder et kjæresteforhold med utøver Lone (16 år).
Hva gjør du?





RICHARD 7 ÅR

↙

Du observerer at Richard ikke er på banen og går for å se etter han. Du finner han gråtende, inne i guttegarderoben. Hva gjør du?



Husk:

Trygge voksne gir trygge

barn!



TAKK



Redd Barna