



1928-10-31

Policydokument

Säker och trygghetsförening



Kalmar Atletklubb





1928-10-31

Innehållsförteckning:

Förord till 2016 års policydokument säker och trygg förening	3
1. Ansvarförbindelse	4
2. Dopingpolicy	5
3. Försäkringar	6
4. Likabehandlingspolicy	7
5. Ledarskapspolicy	8
6. Livräddningspolicy.....	9
7. Policy för anläggning och lokal.....	10
8. Trafiksäkerhetspolicy	11
9. Utrustningspolicy	12
10. Brandsäkerhetspolicy.....	13



1928-10-31

Hej och välkommen till en Säker och Trygg förening:

Kalmar Atletklubb har sedan ett flertal år haft ett bra samarbete med Kalmar Kommun. Ett av uppdragen från Kalmar Kommun har varit att säkerställa idrottsföreningarnas verksamhet så de följer dagens gällande normer.

Kalmar Atletklubb har då tagit fram ett antal policydokument som ska följas av medlemmar, ledare och besökare i vår lokal för att säkerställa allas säkerhet och trivsel.

Vårt arbete har lett till att vi numera är en Säker- och Trygg förening och är certifierade av Kalmar kommun och har rätt att använda deras logga i vår marknadsföring



Kalmar Atletklubbs styrelse:

Thony Ragnarsson, ordförande

Lisa Neigart, sekreterare

Katarina Ragnarsson, kassör

Christian Martinsson, ledamot

Erik Gunhamn, ledamot



1928-10-31

Ansvarsförbindelse:

Först och främst vill vi hälsa dig hjärtligt välkommen till Kalmar Atletklubb som är en "Säker- och Trygg förening" och certifierade av Kalmar kommun. Vi hoppas att du kommer att trivas hos oss. Kalmar Atletklubb skiljer sig dock något från andra gym. Den stora skillnaden är att Vi är en ideell förening. Med detta menas att all verksamhet sker på ideell basis, det vill säga att ingen får betalt för att utföra arbete på klubben som t.ex. städning, service av maskiner och annat som hör till den löpande verksamheten.

Detta är anledningen till att vi kan hålla låga priser i jämförelse med andra gym. Att vara medlem i en ideell förening ställer dock vissa krav på dig som medlem, för att styrketräningslokalerna ska fungera och att alla ska trivas. Då vi som idrottsförening är anslutna till riksidrottsförbundet finns det regler kring dopning.

Som medlem i Kalmar Atletklubb ställer jag upp på följande villkor:

- Absolut avhållsamhet ifrån all hantering och/eller intag av dopningklassade preparat.
- Jag förbinder mig att till Kalmar Atletklubb inbetala ett vite om tio tusen kronor (10 000 kr) för den skada jag åsamkat föreningen och vår sport pr-mässigt genom att bryta mot dopningreglerna.
- Jag kommer alltid att inställa mig till en dopningkontroll när jag kallas till en sådan, om inga speciella hinder råder.
- Om jag döms för dopning eller för smitning, utesluts jag ur Kalmar Atletklubbs verksamhet enligt Kalmar Atletklubbs stadgar.
- Alltid ställa tillbaka vikter, hantlar och grepp till dragmaskiner där de ska vara när de inte används.
- Släng ditt skräp i papperskorgarna!
- Vara försiktig med utrustningen. Släpp alltid ner vikter i maskiner och hantlar försiktigt. Dessa spricker lätt och är mycket dyra att köpa nya.
- Torka gärna av bänkar med hjälp av sprayflaskan vid pappershållaren och en bit papper om du svettas mycket. Svett, hårgelé mm fräter nämligen håll på klädseln.
- Släpp ej in personer som inte är medlemmar. Det finns särskilda tider där icke medlemmar kan ta kontakt med föreningen för att lösa medlemskap eller få frågor besvarade.

Om ovanstående regler inte följs äger vi rätten att **stänga av ditt medlemskap** på obestämd framtid enligt Kalmar Atletklubbs stadgar. Dessa regler måste vi ha för allas trevnad och för att verksamheten ska fungera effektivt.

Dagens datum _____

Namn: _____

Person nr. _____

Medl nr. _____

Ålder: _____

Gatuadress: _____

Postnummer: _____

Ort: _____

Telefon: _____

Mailadress: _____

Underskrift medlem

Bevittnat

Ordförande Thony Ragnarsson

Målsmans underskrift



1928-10-31

Dopingpolicy:

Nu när du söker medlemskap i Kalmar atletklubb, kommer du att få information om antidoping.

Svenska Styrkelyftförbundet, Svenska tyngdlyftningsförbundet och Kalmar Atletklubb med flera, arbetar för en dopningsfri idrott. Det är till vår uppgift att informera om vad som är tillåtet och inte tillåtet att använda, när du tränar/tävlrar för en idrottsförening som är ansluten till Riksidrottsförbundet (RF).

I regel så kommer det ner en testpatrull ett par gånger per år. De har uppgiften att testa våra medlemmar på träning. Alla som är medlemmar i Kalmar atletklubb kan bli testade. Testen går ut på att se om våra medlemmar använder sig av förbjudna preparat. När de testar personer under träning söker de enbart efter preparat som föranleder 24 månaders avstängning ifrån all träning/tävling. Exempel på sådana preparat är anabolica och preparat som döljer anabolica. Du blir även avstängd ifrån all träning/tävling om du smiter ifrån en dopningskontroll. Alla preparat som finns med på dopningslistan ger inte 24 månaders avstängning.

Om du av någon anledning använder dig av preparat som finns med på dopningslistan, kan du söka dispens genom Riksidrottsförbundets antidopinggrupp.

När du söker medlemskap hos Kalmar atletklubb, har du fått kännedom och tagit del av Kalmar Atletklubbs policy i antidopningsarbetet. Det skadar inte enbart dig som person om du avslöjas i en dopning kontroll, utan det drabbar även Kalmar Atletklubb och svensk idrott

Om du avslöjas i en dopningskontroll, blir du avstängd ifrån all verksamhet i Kalmar AK:s lokaler enligt Kalmar AK:s stadgar (paragraf 3).

För ett dopningsfritt Sverige!



1928-10-31

Försäkringar:

Alla föreningar som är anslutna till Riksidrottsförbundet (RF), omfattas av en grundförsäkring.

Detta ingår i grundförsäkringen

- Ansvarsförsäkring
- Förmögenhetsbrottsförsäkring
- Rättskyddsförsäkring
- Patientförsäkring
- Olycksfallsförsäkring för ledare och funktionärer
- Krisförsäkring för ledare och funktionärer

Utöver grundförsäkringen genom riksidrottsförbundet har Kalmar Atletklubb även en föreningsförsäkring via Folksam. I detta ingår skydd för:

- Brandskada
- Vattenskada
- Inbrott och skadegörelse
- Rån
- Glas, skylt, markis

Vid en eventuell olycka är medlemmarna även skyddade genom den försäkring som ingår i styrklyftsförbundet och tyngdlyftningsförbundet.

Policyns varaktighet

- Policyns utvärderas kontinuerligt av föreningens styrelse och nödvändiga revideringar gör i samband med detta.



1928-10-31

Likabehandlingspolicy:

I Kalmar Atletklubb strävar vi hela tiden efter att ha en jämn fördelning mellan män och kvinnor. Detta gäller både medlemmar och styrelsens sammansättning.

- När det gäller våra medlemmar har vi en kraftig övervikt på män. Detta främst på grund av att sporterna tyngd- och styrkelyft mestadels är manliga. Detta försöker vi ändra på genom att främst vara lyhörda på vad som kan få fler kvinnor att vilja söka sig till föreningen.
- Dock har det skett en stor förändring de senaste åren, då vi har märkt av en ökning av kvinnliga medlemmar.

Policyns varaktighet

- Policyns utvärderas kontinuerligt av föreningens styrelse och nödvändiga revideringar gör i samband med detta.



1928-10-31

Ledarskapspolicy:

Då många personer möter våra ledare anser vi att det är viktigt att det finns en tydlig policy för hur ledare i Kalmar Atletklubb ska vara. Nedan listas ett antal punkter som Kalmar Atletklubbs styrelse och övriga ledare ska eftersträva:

- Alla som är ledare/tränare i föreningen ska få den utbildning som krävs för just deras ansvarsområde.
- Tränare ska ha gått en behörig utbildning.
- Tränare skall ha genomgått utbildning i hjärt- och lungräddning.
- Ledare/tränare ska vara väl bekanta med föreningens olika policydokument och även vara ett gott föredöme för övriga medlemmar i Kalmar atletklubb.
- Då både tyngd- och styrkelyftning är mansdominerade sporter, strävar vi efter att få in fler tjejer i föreningen.
- Målsättningen är att styrelsen i Kalmar Atletklubb ska bestå av lika delar kvinnor och män.
- Vår målsättning är att ingen i vår förening ska behöva utsättas för mobbning eller någon annan form av kränkande särbehandling. Vi försöker att förebygga detta genom att behandla varandra respektfullt och stötta varandra.

Policyns varaktighet

- Policyns utvärderas kontinuerligt av föreningens styrelse och nödvändiga revideringar gör i samband med detta.



1928-10-31

Livräddningspolicy:

Kalmar Atletklubb arbetar för att se till att säkerheten ska vara så hög som möjligt i våra lokaler. En olycka kan dock alltid inträffa och därför är det viktigt att våra ledare och annan personal behärskar bl.a. hjärt- och lungräddning.

För närvarande har följande ledare/funktionärer kunskap inom första hjälpen, hjärt- och lungräddning:

Mikael Rundqvist, Thony Ragnarsson, Matilda Back Nilsson, Tim Persson, Andreas Jungerby, Jenni Sundin, Andreas Fransson

Utbildad huvudinstruktör:

Thony Ragnarsson

Målsättning i detta arbete är att alla ledare ska gå genomgå HLR utbildning, samt att de som redan har gått uppdaterar sina kunskaper när tillfälle ges.

I lokalen finns en första förbandsväska. Den är väl uppskyldad. Var tredje vecka görs en genomsyn och väskan fylls på efter behov.

Vid olycksfall under organiserad träning – kontakta tränaren omedelbart!

Vi rekommenderar även att ingen tränar ensam i lokalen. Är du ensam ser vi att du använder de skydd som finns att tillgå. En bänkprens ställning har skydd som gör att du inte blir klämd under stången. I vår power-rack kan du köra andra övningar och ställa in säkerhetsskydd i rätt höjd. Se till att dessa är rätt inställda om du t.ex. skulle trilla eller tappa skivstången.

Kontakt med omvärlden, såsom media, vid olycksfall sker alltid via ordföranden i föreningen.

Policyns varaktighet

- Policyns utvärderas kontinuerligt av föreningens styrelse och nödvändiga revideringar gör i samband med detta.



1928-10-31

Policy för anläggning och lokal:

Då många personer vistas hos oss anser vi att trivslen och säkerheten i vår lokal är viktig att säkerhetsställa. Nedan listas ett antal punkter angående säkerheten i vår anläggning och lokal.

- Alla träningsmaskiner i Kalmar Atletklubbs lokal får daglig tillsyn samt en grundligare genomgång och viss reparation sker var tredje vecka. Vid behov åtgärdas felen.
- Städning i lokalen sker måndagar, onsdagar och fredagar.
- Då Kalmar Atletklubbs lokal ligger i en skolbyggnad som hör till Kalmar Kommun är det kommunens driftpersonal som ansvarar för ventilationen i lokalen.
- Kalmar Atletklubbs lokaler är utrustade med inbrottslarm, detta kontrolleras årligen.
- Kalmar Atletklubbs lokal är handikappsanpassad. Handikappshiss finns och kontrolleras årligen.
- Felanmälan sker till utsedd representant i styrelsen

Policyns varaktighet

- Policyns utvärderas kontinuerligt av föreningens styrelse och nödvändiga revideringar gör i samband med detta.



1928-10-31

Trafiksäkerhetspolicy:

Kalmar Atletklubb har beslutat att för alla aktiva, ledare och anställda som deltar i föreningens verksamhet anta denna trafiksäkerhetspolicy. Eftersom föreningens verksamhet medför omfattande transporter av barn, ungdomar och vuxna är det angeläget att dessa genomförs på ett så trafiksäkert, tryggt och även miljövänligt sätt som möjligt.

Våra förare ska vid transporter för Kalmar Atletklubb

- alltid följa gällande hastighetsbegränsningar och övriga trafikregler
- alltid använda bilbälte
- alltid vara nyktra och drogfria
- alltid vara pigga och utvilade när de kör
- ha den behörighet och den hälsa som krävs för att på ett trafiksäkert sätt köra
- ha flera års erfarenhet av bilkörning

Fordon

- De bussbolag föreningen anlitar skall vara kvalitetssäkrade, ha utbildade yrkesförare enligt de nya EU-kraven samt ha trepunktsbälten. När bilar eller minibussar används, såväl egna som förhyrda, skall fordonen vara godkända av Svensk Bilprovning, ha godkända däck och säkerhetsbälten skall användas av alla i fordonet.
- Last (väskor, material, mm) skall alltid säkras så att det inte kan skada någon vid inbromsning eller olycka.

Policyns varaktighet

- Policyn utvärderas kontinuerligt av föreningens styrelse och nödvändiga revideringar görs i samband med detta.



1928-10-31

Utrustningspolicy:

Kalmar Atletklubb har beslutat att alla aktiva och motionärer som deltar i föreningens verksamhet anta denna utrustningsplan:

För träning i lokalen gäller:

- Alltid skor för inomhusbruk används för att minska halkrisken och spridning av fotsvamp.
- Alltid träningskläder eller liknande används för hygieniska skäl och för allas trevnad.
- Tränaren ska se till att rätt utrustning används vid gruppaktiviteter.

Vid tävlingar:

- Tränaren eller coachen kontrollerar att rätt utrustning medförs.

Policyns varaktighet

- Policyns utvärderas kontinuerligt av föreningens styrelse och nödvändiga revideringar gör i samband med detta.



1928-10-31

Brandsäkerhetspolicy:

Då många personer vistas i vår lokal anser vi att det är viktigt att säkerhetsställa brandsäkerheten. Nedanstående punkter är sådant som bör kännas till angående åtgärder som gjorts för att förbättra säkerheten.

- Brandvarnare – i och med att vi är inhyrda i kommunens lokaler finns sedan tidigare ett automatiskt brandlarm kopplat direkt till brandkåren. Vid eldsvårda kommer även en klocka att ringa.
- Brandsläckare finns utplacerade på två platser i lokalen. En längst ner mot nödutgången och en vid köksdelen ut mot lokalen. Dessa är även väl skyltade.
- Vi försöker i möjligaste mån använda oss av brandsäkrade material i lokalen. De gardiner vi valt är t.ex. säkrade mot brand.
- I lokalen finns tydliga skyltar som visar utrymningsvägar vid en eventuell eldsvårda.
- För att minska brandfaran töms soporna varje dag utom helgdagar.
- För att öka säkerheten ser vi till att ett antal personer och ledare har relevant kunskap inom brandsäkerhet.
- För att säkerhetsställa att brandsäkerheten upprätthålls går vi igenom ovanstående punkter en gång om året och ser till att åtgärder sker om något skulle brista.

Policyns varaktighet

- Policyns utvärderas kontinuerligt av föreningens styrelse och nödvändiga revideringar gör i samband med detta.