

Sak til årsmøtet i Nesodden karateklubb:

Årsmøte 10.mars 2025

**Type sak: beslutningssak**

## **Trygg treningskultur og varsling ved hendelser:**

Innsendt av Petra Karlander

### **Bakgrunn:**

Alle medlemmer i Nesodden karateklubb, både voksne og barn, skal kunne trene trygt og være sikker på at trenere og hjelpetrenerer er kjent med regelverket for bruk av beskyttelsesutstyr samt trygg sparring og kamptrening. Denne kunnskapen bør også deles blant medlemmene. Målet må være å redusere risikoen for skader til et minimum.

Om en skade eller en uønsket hendelse skulle oppstå må det være enkelt å varsle om dette og det må være generell tilgang på informasjon om hvor medlemmer kan henvende seg, og hvilke rettigheter man har.

### **Forslag til vedtak:**

**Årsmøtet ber om at styret for 2025/ 2026 gjør tiltak som bidrar til en god og trygg treningskultur. Dette kan gjøres ved å:**

- Oppdatere klubbens hjemmesider og organisasjonsplanen med tydelig informasjon om gjeldende regelverk for kamptrening og hvilke holdninger som forventes av trenere og utøvere
- Styret, trenere og hjelpetrenerer må sette seg grundig inn i dette regelverket og denne informasjonen må jevnlig deles blant medlemmene på trening.
- Ord og handling må samsvare på treninger slik at medlemmer kan stole på treningene og hverandre.

### **Varsling og tiltak ved hendelser:**

- Det må være mulig for alle å varsle om uønskede hendelser på en enkel måte.
- Det må utarbeides lett tilgjengelig informasjon om hvor og til hvem medlemmer/ foresatte til mindreårige medlemmer kan henvende seg for å rapportere om skader og uønskede hendelser. Her må det også informeres om rettigheter medlemmet har til bistand og forsikringsdekning.
- Klubben må informere voksne og foresatte om skader og uønskede hendelser som oppstår på trening, og informere om hvilke tiltak som blir satt for å ivareta at det ikke skjer igjen. Det bør gjelde likt for alle uansett skade.
- Medlemmer må kunne stole på at styret behandler saker rettvist, uavhengig om hvem som er innblandet.

Nesodden 27. februar 2025

Med hilsen

Petra Karlander