

# GEDRAGSREGELS VC PIETER BRUEGHEL

## GEDRAGSREGELS EN

## VERTROUWENSPERSON (VCP)

Sporten doe je omdat je het leuk vindt. Met elkaar zijn we verantwoordelijk dat dit zo blijft. Niet alleen voor jezelf, ook voor de anderen binnen de vereniging maar ook voor de tegenstander. Dat zit 'm in kleine dingen. Elkaar helpen tijdens trainingen/wedstrijden, niet schelden als iemand een bal verkeerd pakt, maar ook aandacht voor elkaar en mensen niet uitsluiten van team, vereniging of activiteiten.

## GEDRAGSREGELS:

1. Ik accepteer en respecteer de ander zoals hij is en discrimineer niet. Iedereen telt mee.
2. Ik houd rekening met de grenzen die de ander aangeeft.
3. Ik val de ander niet lastig.
4. Ik berokken de ander geen schade.
5. Ik maak op geen enkele wijze misbruik van mijn machtspositie.
6. Ik scheld niet en maak geen gemene grappen of opmerkingen over anderen
7. Ik negeer de ander niet.
8. Ik doe niet mee aan pesten, uitlachen of roddelen.
9. Ik vecht niet, ik gebruik geen geweld, ik bedreig de ander niet, ik neem geen wapens mee.
10. Ik kom niet ongewenst te dichtbij en raak de ander niet tegen zijn of haar wil aan.
11. Ik geef de ander geen ongewenste seksueel getinte aandacht.
12. Ik stel geen ongepaste vragen en maak geen ongewenste opmerkingen over iemands persoonlijk leven of uiterlijk.
13. Als iemand mij hindert of lastig valt dan vraag ik hem/haar hiermee te stoppen. Als dat niet helpt, vraag ik een ander om hulp.
14. Ik help anderen om zich ook aan deze afspraken te houden en spreek degene die zich daar niet aan houdt erop aan en meldt dit zo nodig bij het bestuur.

Als Volleybalvereniging VC Pieter Brueghel onderschrijven wij de gedragsregels van de NOC-NSF. Meer en uitgebreidere informatie is te vinden via:

<https://www.nocnsf.nl/sport-en-integriteit/gedragscodes/gedragscode-voor-sporters>

## VERTROUWENSCONTACTPERSOON (VCP)

### WAAROM IS EEN VCP NODIG BINNEN VCPB?

Het is belangrijk dat de leden van VCPB rekening houden met de grenzen van anderen. Iedereen mag aangeven waar zijn of haar persoonlijke grens ligt, zonder dat daar flauw of raar over gedaan wordt. De vereniging moet immers voor iedereen veilig, vertrouwd en plezierig zijn. Sporters die last hebben van (seksuele) intimidatie, pestgedrag of geweld, kunnen dat het beste uitspreken. Het liefste tegen degene die het doet, maar als dat niet helpt of de sporter durft dit niet, dan kan hij of zij het beter vertellen aan iemand anders. Thuis of op de club.

### WAT DOET EEN VCP?

Een VCP biedt in eerste instantie een luisterend oor bij zaken waar je niet makkelijk over praat. Het gaat hierbij voornamelijk om (seksuele) intimidatie, grensoverschrijdend gedrag, pestgedrag en/of geweld, maar er kunnen ook andere zaken zijn die je graag met iemand bespreekt die onafhankelijk is en die buiten de situatie staat. Een vertrouwenspersoon luistert en kent de mogelijkheden om hulp te krijgen of een officiële melding te doen.

Zit je zelf in een situatie waarbij je een vertrouwenspersoon kunt gebruiken?

Maak je je zorgen om iets of iemand in de vereniging en wil je dit met iemand bespreken? Neem dan contact op met Alja Benthem.

Alja loopt regelmatig rond op de club en is anders te bereiken via

[vertrouwenspersoon@vcpieterbrueghel.nl](mailto:vertrouwenspersoon@vcpieterbrueghel.nl) of op 06-34637519.

## TRAINERS EN COACHES

Als trainer of coach wil je natuurlijk dat iedereen met plezier naar de training komt. Af en toe een wedstrijd of set winnen maakt het natuurlijk extra leuk.

Maar hoe zorg je dat het leuk is en blijft? Dat iedereen gemotiveerd blijft en beter wordt? En hoever kan je daarin eigenlijk gaan? Soms raak je een sporters

misschien aan om ze te helpen. Goed bedoeld, maar wat vindt de sporter in kwestie daar eigenlijk van? Of de ouders langs de kant.

De NOC-NSF heeft hiervoor, op hun website, diverse tools en richtlijnen staan:<https://www.nocnsf.nl/sport-en-integriteit/gedragcodes/gedragcode-voor-trainers/coaches-en-begeleiders>