

HEAD COACH

STANDARDY OCHRONY MAŁOLETNICH

Wersja skrócona dla dzieci i młodzieży

1. Masz prawo do bezpieczeństwa

- Podczas treningu mentalnego masz prawo do szacunku, życzliwości i spokojnej rozmowy.
- Nikt nie może Cię wyśmiewać, obrażać, zastraszać, poniżać, krzywdzić ani dotykać w niewłaściwy sposób.
- Nie musisz odpowiadać na każde pytanie. Możesz zapytać, po co wykonujesz ćwiczenie, i poprosić o przerwę.

2. Jak powinien wyglądać trening?

- Trener wyjaśnia Ci, co będziecie robić i dlaczego. Możesz mówić o swoich wątpliwościach.
- Spotkania i wiadomości dotyczą treningu i spraw organizacyjnych, a nie prywatnych relacji.
- Twoje zdjęcia, nagrania i informacje o Tobie powinny być odpowiednio chronione.

3. Gdy coś Cię niepokoi

- Powiedz o tym rodzicowi, opiekunowi, zaufanej osobie dorosłej lub osobie odpowiedzialnej za bezpieczeństwo w klubie.
- Możesz też zgłosić problem do HEAD COACH: marcinszewczyk@headcoach.pl.
- Jeżeli problem dotyczy samego trenera, nie musisz zgłaszać go jemu. Powiedz rodzicowi, innej zaufanej osobie, klubowi albo odpowiednim służbom.
- Masz prawo prosić o pomoc także wtedy, gdy nie wiesz, czy to, co się wydarzyło, jest krzywdzeniem.

4. Gdzie szukać pilnej pomocy?

- Gdy grozi Ci bezpośrednie niebezpieczeństwo, zadzwoń pod numer 112 lub poproś dorosłego o wezwanie pomocy.
- Jeśli nie możesz porozmawiać z osobą prowadzącą trening, wybierz inną zaufaną osobę dorosłą.

Pamiętaj: masz prawo powiedzieć „nie”, zadawać pytania i prosić o pomoc.

HEAD COACH Marcin Szewczyk • Szczecin • marcinszewczyk@headcoach.pl