GEDRAGSCODE VOOR TRAINERS

Zo begeleiden we atleten bij AC Deinze

Als trainer van AC Deinze heb je een belangrijke rol in de sportieve ontwikkeling en het welzijn van atleten. Je creëert een veilige, positieve en respectvolle trainingsomgeving en handelt steeds in het belang van de atleet. Deze afspraken gelden tijdens trainingen, wedstrijden, stages en andere clubactiviteiten.

1. Respect en voorbeeldgedrag

- Ik behandel iedere atleet, collega-trainer, ouder, tegenstander, jurylid, vrijwilliger en supporter met respect.
- Ik geef zelf het goede voorbeeld in taal, houding en gedrag. Ik blijf rustig en respectvol, ook bij een meningsverschil of teleurstelling.
- Ik maak geen kleinerende, discriminerende, seksistische of kwetsende opmerkingen en tolereer geen pestgedrag, intimidatie, agressie of ander grensoverschrijdend gedrag.

2. Een veilige en fijne trainingsomgeving

- Ik zorg voor een trainingsklimaat waarin iedere atleet zich welkom voelt en op eigen niveau kan ontwikkelen.
- Ik bewaak de fysieke en sociale veiligheid tijdens de training en geef duidelijke veiligheidsinstructies.
- Ik pas oefeningen aan wanneer leeftijd, niveau, blessure, weersomstandigheden of veiligheid dit vragen.
- Ik reageer wanneer iemand wordt buitengesloten of ongepast wordt behandeld en meld ernstige of terugkerende situaties.

3. Grenzen en lichamelijk contact

- Ik respecteer de persoonlijke en lichamelijke grenzen van atleten.
- Wanneer lichamelijk contact nodig is om een beweging te begeleiden of te corrigeren, leg ik uit waarom en vraag ik vooraf of dit oké is.
- Ik vermijd situaties die verkeerd kunnen worden begrepen en ga zorgvuldig om met mijn positie en verantwoordelijkheid als trainer.
- Bij minderjarige atleten zorg ik voor een open en transparante begeleiding die past binnen een veilige jeugdwerking.

4. Training en begeleiding

- Ik bereid trainingen zorgvuldig voor en stem de inhoud af op de leeftijd, het niveau en de ontwikkeling van de atleten.
- Ik geef duidelijke uitleg en positieve, opbouwende feedback. Fouten maken hoort bij leren.
- Ik stimuleer inzet, plezier en ontwikkeling en leg niet uitsluitend de nadruk op prestaties of winnen.
- Ik maak duidelijke afspraken over aanwezigheid, wedstrijden en communicatie en pas die afspraken consequent toe.
- Ik respecteer de deskundigheid en afspraken van andere trainers en overleg wanneer meerdere trainers een atleet begeleiden.

5. Gezondheid en welzijn

- Ik neem signalen van pijn, blessure, overbelasting, ziekte of verminderd welzijn ernstig.
- Ik zet een atleet niet onder druk om te trainen of deel te nemen aan een wedstrijd wanneer dit niet verantwoord is.
- Ik blijf binnen mijn rol als trainer. Voor medische, psychologische of andere gespecialiseerde begeleiding verwijs ik door naar de juiste deskundige.
- Ik heb aandacht voor een gezonde balans tussen sport, herstel, school of werk en het dagelijks leven.

6. Wedstrijden en fair play

- Ik stimuleer fair play en respect voor tegenstanders, juryleden en officials.
- Ik help atleten om zich te richten op hun eigen inzet, ontwikkeling en gedrag, ook wanneer resultaten tegenvallen.
- Ik aanvaard beslissingen van juryleden en officials en bespreek eventuele vragen of bezwaren op een correcte manier.
- Ik moedig clubgenoten aan en draag bij aan een positieve uitstraling van AC Deinze.

7. Communicatie, foto’s en sociale media

- Ik communiceer professioneel en respectvol met atleten en ouders, zowel mondeling als via berichten en sociale media.
- Bij communicatie met minderjarige atleten kies ik voor transparante communicatie en respecteer ik de afspraken van de club.
- Ik ga zorgvuldig om met persoonsgegevens, foto’s en video’s. Ik respecteer privacy en toestemming voordat beeldmateriaal wordt gedeeld.
- Ik deel geen vertrouwelijke informatie over een atleet zonder geldige reden of toestemming.

8. Alcohol, roken en vapen

- Ik respecteer de rook- en vapevrije omgeving op en rond de piste en geef als trainer het goede voorbeeld.
- Ik begeleid trainingen en wedstrijden steeds op een veilige en verantwoorde manier en zorg dat mijn functioneren als trainer niet wordt beïnvloed door alcohol of andere middelen.

9. Als er iets niet klopt

- Ik neem signalen en meldingen van atleten ernstig en luister zonder onmiddellijk te oordelen.
- Ik beloof geen absolute geheimhouding. Wanneer veiligheid of welzijn in het gedrang is, bespreek ik met de juiste persoon binnen de club welke stappen nodig zijn volgens het handelingsplan van grensoverschrijdend gedrag.
- Bij een ernstig incident, een vermoeden van grensoverschrijdend gedrag of een onveilige situatie neem ik zo snel mogelijk contact op met de vertrouwenspersonen binnen het intern overlegteam GOG van ac Deinze of de API.
- Voor ongepast gedrag van jeugdatleten tijdens trainingen gebruik ik het afzonderlijke handelingsplan voor jeugdtrainers.

Contact en ondersteuning

Twijfel je over een situatie of wil je iets bespreken? Neem tijdig contact op. Je hoeft moeilijke situaties niet alleen op te lossen.

Vertrouwenspersoon API	Jana Van Parys | jana.vanparys@hotmail.com
Intern Overlegteam GOG	Valerie Claeys | valerieclaeys1981@gmail.com Nicolas Delbaere

***(API** = AanspreekPunt Integriteit / **GOG** = GrensOverschrijdend Gedrag)*

Als trainer draag je mee de waarden van AC Deinze uit. Goed trainerschap betekent niet alleen sportieve kennis, maar ook zorg, respect, duidelijke grenzen en verantwoord handelen.