



**TURNKRING
RUST ROEST**
's-Gravenwezel – Schilde

Beleidsplan 2016-2020

Inleiding

Turnkring Rust Roest wilt garant staan voor kwaliteit en professionele ondersteuning met aandacht voor een samenhangend gevoel binnen en buiten de turnkringclub. Wij willen uitstralen dat wij een club zijn van Schilde en meer nog, wij willen op de kaart staan als mooi voorbeeld van goede sportwerking van jeugd tot senior in onze gemeente. Wij willen de beste keuze zijn voor elke geëngageerde potentiële turner.

De strategie, organisatie en beleid van de club wordt beschreven in het beleidsplan, dat opgesteld wordt over een termijn van 4 jaar. Aan het einde van elk seizoen wordt het afgelopen turnjaar geëvalueerd en besproken op de bestuursvergadering van de turnkring. Vervolgens wordt het beleidsplan elk jaar bijgesteld om zo het succes en de kwaliteit van de club te verzekeren. Het beleidsplan (termijn 2016/2020) vindt u hieronder uitgewerkt.

1. Algemene doelstellingen

• Sportief

- een groep van senioren en/of kinderen die regelmatig komen trainen
- een gekwalificeerde trainer die deze groep enthousiaste mensen begeleidt/traint
- een aanspreekpunt die het team en de ouders informeert en motiveert over het reilen en zeilen van de turnkring

• Organisatorisch

Rust Roest streeft naar een evenwichtige en goed uitgebouwde organisatie met een welomschreven taakverdeling en (deel)opdrachten. Te bereiken doelstellingen op taakverdeling en opdrachtenniveau:

- een organogram van de turnkring
- een takenpakket van de bestuursleden

- twee aanspreekpersonen integriteit (API)
- vrijwilligersverantwoordelijke

- **Maatschappelijk**

Rust Roest is een turnkring waarin naast het sportieve, het klimaat en het sociale contact erg belangrijk zijn. Bij Rust Roest kan men zich aansluiten wars van alle raciale, culturele, politieke of andere verschillen. De turnkring wil een positief imago van de turnsport voor het ganse gezin uitdragen. Rust Roest is een ontmoetingsplaats voor mensen die het verenigingsleven een warm hart toe dragen.

Te bereiken doelstellingen op sociaal niveau

- het algemeen beleid open en drempelverlagend organiseren zodat iedereen zich welkom voelt
- in contact staan met anderen verenigingen, gemeente, wijk om een zo breed mogelijk spectrum van activiteiten en initiatieven mogelijk te maken
- zoveel mogelijk Schildenaren aan het sporten krijgen
- bereik van specifieke doelgroepen
- bevorderen van de samenhang en de integratie
- stimuleren van een gezonde levensstijl
- werken aan ethisch en medisch verantwoord sporten
- stimuleren van de individuele ontplooiing via ontwikkelen levens brede competenties

2. Overzicht doelstellingen

- **Strategische doelstellingen (SD)**

- ✓ Recreatie- en prestatiegericht
- ✓ Goed uitgebouwde organisatie
- ✓ Veilige sportomgeving
- ✓ Financiën
- ✓ Laagdrempeligheid
- ✓ Mobiliteit
- ✓ Voeding



- **Operationele doelstellingen (OD)**

Deze doelstellingen vind je terug in de uitwerking van de doelstellingen in **3**.

3. Uitwerking van de doelstellingen

SD 1	Recreatie- en prestatiegericht
-------------	---------------------------------------

Rust Roest is een sportvereniging waar plaats is voor recreatieve en prestatiegerichte ambities.
--

OD 1 Aanbod voor verschillende doelgroepen

Actieplan 1 Lessenrooster opstellen dat gevarieerd is naar leeftijd en disciplines.

Maandag :	9.00h-10.00h:	dames & heren
	10.00h-11.00h:	seniorengym
	11.00h-12.00h:	seniorengym
	17.00h-18.00h:	1ste + 2de leerjaar
	18.00h-19.00h:	3de + 4de leerjaar
	19.00h-20.00h:	5de + leerjaar
	20.30h-21.30h:	Fit & Fun
Woensdag (Multimove)	14.00h-15.00h:	3de kleuterklas
	15.00h-16.00h:	2de kleuterklas
	16.00h-17.00h:	1ste kleuterklas
Donderdag	09.00h-10.00h:	dames
	10.00h-11.00h:	seniorengym
	18.00h-19.00h:	trampoline recreatief
	19.00h-20.00h:	trampoline (competitie)
	20.30h-21.30h:	Fit & Fun
Vrijdag	18.30h-19.30h:	Hip-hop (6-7-8j.)
	19.30h-20.30h:	Hip-hop (8-9-10j.)
	20.30h-21.30h:	Hip-hop (11-12-...j)
Zaterdag	09.30h-11.00h:	recreatief toestelturnen
	11.00h-12.30h:	tumbling/toestel(competitie)



- Actieplan 2** Inspelen op trends
Zowel op vlak van materiaal vb. kettlebel, ...
als op vlak van de invulling van lessen vb. Multimove, freerunning

OD 2 Recreatief aanbod

- Actieplan 1** Aanbod in beide deelgemeenten, dicht bij de woning van de leden
De turnkring zal proberen de lessen evenredig in beide deelgemeenten aan te bieden.

OD 3 Prestatiegericht aanbod

- Actieplan 1** Intensieve training voor gevorderden
Turnkring Rust Roest wil voor de betere turners lessen aanbieden die qua inhoud de turners voorbereiden op de deelname aan wedstrijden.
- Actieplan 2** Deelnemen aan wedstrijden
De jeugdsportcoördinator zorgt ervoor dat de lesgevers en de leden op de hoogte gebracht worden van mogelijke wedstrijden en neemt de administratie voor de inschrijving op zich. De turnkring neemt de kosten die daarmee gepaard gaan volledig voor zijn rekening.

SD 2 Goede organisatie

De werking van Rust Roest steunt op een goed uitgebouwde organisatie die gedragen wordt door leden, medewerkers en vrijwilligers.

OD 1 Vereenvoudigde ledenadministratie

- Actieplan 1** Organisatie van (voor)inschrijvingsmomenten aan het begin van het seizoen
Bekijken van vereenvoudigde manieren voor de inschrijvingsprocedure.
- Actieplan 2** Mogelijkheden bekijken om de ledenadministratie nog te vereenvoudigen
- Rechtstreeks online inschrijven
- Gegevens online inschrijvingen matchen met het ledenprogramma van Sport a
- Actieplan 3** Ledenadministratie nog meer automatiseren?



OD 2 Raad van bestuur en vrijwilligersbestand

- Actieplan 1** Vrijwilligers zoeken die meer verantwoordelijkheid willen dragen in de club in het algemeen en in het bestuur in het bijzonder.
- Mensen persoonlijk aanspreken
 - Leden en ouders van leden mailen wanneer hulp nodig is
 - De eenmalige vrijwilligers oplist en aldus het vrijwilligersbestand updaten
- Actieplan 2** Vrijwilligers een duidelijk omljnd takenpakket aanbieden om de bestuursleden te ontlasten.
- Een begeleidingstraject uitwerken
- Actieplan 3** Vrijwilligers bedanken en in de bloemetjes zetten.
- Kerstkaartje + attentie voor de lesgevers vrijwilligers
 - Een etentje op het einde van het turnjaar combineren met een (minder) sportieve activiteit in het kader van teambuilding

OD 3 Bijscholing bestuur

- Actieplan 1** Bestuursleden dienen zich regelmatig bij te scholen. Bijscholing is belangrijk om op de hoogte te zijn van veranderingen en om de clubwerking verder te professionaliseren.
- Streefdoel is minimum 1 bijscholing per bestuurslid per jaar
 - Bijscholing worden door de club betaald

OD 4 Bijscholing lesgevers

- Actieplan 1** Continue bijscholing is belangrijk om kwaliteit te blijven waarborgen en om vernieuwend te zijn.
- Streefdoel is minimum 1 bijscholing per lesgever per jaar
 - Bijscholing worden door de club betaald

OD 5 Sport-i-label

- Actieplan 1** Om het niveau van de (jeugd)werking te behouden en verdere professionalisering mogelijk te maken met het oog op uitdagingen in de toekomst, zal de turnkring elk jaar een dossier bij de federatie indienen.
- Updaten en verzamelen van de nodige documenten
 - Opvolgen dat de kwaliteit gegarandeerd blijft volgens het vorig behaalde Sport-i-label



OD 6 Turn- en dansfeest

- Actieplan 1** Het organiseren van een tweejaarlijks turn- en dansfeest
- organisatie aan de hand van een draaiboek
 - Uitwerking van het thema in samenspraak met de lesgevers
 - Programmaboekje wordt gecreëerd met algemene informatie over de turnkring en specifieke info i.v.m. de groepen

OD 7 Recruitering

- Actieplan 1** Flyers uitdelen in alle scholen van Schilde en 's-Gravenwezel.
Deze flyers zijn specifiek opgemaakt voor de te bereiken doelgroep en bevatten beknopt de informatie over onze turnkring en hoe ze zich kunnen aansluiten.
- Actieplan 2** Flyers leggen in de winkels, bij artsen en kinesisten van beide deelgemeenten.
Deze flyers bevatten beknopte informatie over onze turnkring voor alle doelgroepen en hoe ze zich kunnen aansluiten.
- Actieplan 3** Turnkring Rust Roest tracht de website up to date te houden en attractief voor potentieel nieuwe leden.

SD 3

Veilige sportomgeving

Rust Roest streeft naar een veilige sportomgeving, essentieel om alle leden ongestoord te laten deelnemen aan de activiteiten.

OD 1 Fysieke veiligheid

- Actieplan 1** Het afsluiten van een verzekering lichamelijke ongevallen en burgerlijke aansprakelijkheid voor alle leden, bestuursleden en vrijwilligers.
Voor elk lid van turnkring Rust Roest wordt via Sportafederatie vzw. bij Ethias een polis sportongevallen afgesloten.
Na het betalen van het lidgeld is het lid aldus gedekt voor lichamelijke ongevallen, burgerlijke aansprakelijkheid met betrekking tot schade aan derden en rechtsbijstand.
- Actieplan 2** Het opmaken en openbaar maken van een stappenplan 'Wat te doen bij een ongeval'.
- **Aangifte Lichamelijke ongevallen:** je hebt een lichamenlijk ongeval gehad tijdens een training, wedstrijd of activiteit van Turnkring Rust Roest en er komen medische kosten aan te pas. Volg dan onderstaand stappenplan.
Stap 1: Medische verklaring
Je dient binnen de 24 uur een arts te raadplegen. Deze dient een medisch verklaring te bezorgen. Dit kan het aangifteformulier van Ethias zijn dat je meekrijgt van de clubverantwoordelijke of dat je kan downloaden via www.turnkring-rust-roest.be (wat te doen bij ongeval), maar het gebeurt ook vaak (vooral op een dienst spoedgevallen) dat de arts een eigen document invult.



Wat doe je met deze medische verklaring? Je bezorgt deze met het aangifteformulier aan de secretaris van de club via mail of afgifte per brief of je bezorgt het rechtstreeks aan Ethias na de ontvangst van je dossiernummer.

Stap 2: Het aangifteformulier van de verzekeringsmaatschappij Ethias

Om een aangifte te doen kan je gebruik maken van het aangifteformulier van Ethias. Je krijgt dit formulier via de lesgever of via de website www.turnkring-rust-roest.be (wat te doen bij ongeval)

Je vult dit zo volledig mogelijk én correct in, maar vergeet zeker niet:

- naam en voornaam,
- indien lid minderjarig is, naam en voornaam van ouder
- wat er juist gebeurd is
- tijdens welke activiteit
- waar
- dag en uur
- welke verantwoordelijke van de club aanwezig was.
- telefoonnummer
- mailadres
- opgelopen verwondingen b.v. kneuzing knie links; breuk duim rechts
- het bankrekeningnummer waarop de tussenkomst mag gestort worden

Wat doe je met het aangifteformulier?

Je bezorgt deze aangifte binnen 72 uur na het ongeval aan de secretaris van de club via mail of afgifte per brief (Françoise De Keyser, Kortvoortbaan 42, 2970 Schilde, francoisedekeyser@telenet.be). Hou zelf ook kopies bij van deze documenten.

Stap 3: Berichtgeving van ongeval door club aan Ethias

De secretaris doet online aangifte van het ongeval via Extranet. De procedure met beveiligde toegang waarborgt vanzelfsprekend volledig het vertrouwelijk karakter van de gegevensuitwisseling.

Stap 4 Bevestiging aangifte door club

De secretaris bezorgt je via mail een bevestiging van je aangifte. Hierop staat een dossiernummer vermeld. Hou dit goed bij want je hebt dit nodig tijdens het verloop van het dossier

Stap 5: Ontvangst en ontvangstmelding door Ethias

Van de verzekeringsmaatschappij krijg je een ontvangstmelding waarin staat dat een dossier werd geopend. Hierbij ontvang je het dossiernummer, gegevens van de dossierverantwoordelijke en eventueel verder te doorlopen stappen. Deze instructies dien je goed ter harte te nemen, de goede afwerking van het dossier kan er van afhangen. Nu kan je het geneeskundig getuigschrift (ingevuld door de geneesheer) met vermelding van het dossiernummer opsturen naar Ethias per post of per mail.

Stap 6: Opvolging dossier

Zodra Ethias in het bezit is van het geneeskundig getuigschrift, ontvangt het slachtoffer per post een melding van Ethias met een korte samenvatting van de waarborgen en een genezingsattest. Alle verdere briefwisseling



gebeurt rechtstreeks tussen Ethias en jezelf. De club wordt in de verdere afhandeling niet meer betrokken. Als je vragen hebt kan je uiteraard nog terecht bij de clubsecretaris.

Stap 7: Verwerking van documenten

Verder moet je zorgen dat je alle documenten m.b.t. erelonen en (ziekenhuis)kosten goed bijhoudt. Je kan er best steeds een kopie van laten maken. Het slachtoffer gaat met rekeningen van dokter, apotheker, kinesist, ziekenhuis,... naar het ziekenfonds. Zij zorgen voor een eerste terugbetaling en maken een verschilstaat op (Kwijtschrift Geneeskundige Verstrekkingen). Vervolgens stuurt het slachtoffer de stavingstukken en verschilstaten van het ziekenfonds naar Ethias (met vermelding van dossiernummer en rekeningnummer). Ethias betaald de behandelingskosten rechtstreeks aan het slachtoffer terug.

Opmerkingen:

- Het is van groot belang dat u bij het ziekenfonds vermeldt dat het om een sportongeval gaat.
- Het attest van genezing moet door een arts ingevuld worden en dient om een dossier af te sluiten. Stuur dit dus niet op vooraleer u de zekerheid heeft over de definitieve afloop van het ongeval. De maximale termijn van een dossier bedraagt 3 jaar.
- Vermeld op elke briefwisseling het toegekende dossiernummer.
- De verzekering vraagt uitdrukkelijk apothekersfacturen (model BVAC)

- **Aangifte Burgerlijke aansprakelijkheid:** je hebt schade berokkent aan personen of materiaal tijdens een training, wedstrijd of activiteit van Rust Roest en er komen mogelijk kosten aan te pas. Volg dan onderstaand stappenplan.

Stap 1: Informeren van clubsecretaris

Informeer zo snel mogelijk de clubsecretaris en bezorg hem volgende gegevens

- naam en voornaam,
- indien lid minderjarig is, naam en voornaam van ouder
- duidelijke en uitvoerige beschrijving van wat er juist gebeurd is
- tijdens welke activiteit
- waar
- dag en uur
- gegevens van de persoon of organisatie die de schade geleden heeft:
 - o naam en voornaam
 - o adresgegevens
 - o bereikbaarheidsgegevens
 - o is er een pv opgesteld, zo ja door wie
- welke verantwoordelijke van de club aanwezig was.
- telefoonnummer
- mailadres
- opgelopen verwondingen b.v. kneuzing knie links; breuk duim rechts
- het bankrekeningnummer waarop de tussenkomst mag gestort worden



Wat doe je met het aangifteformulier?

Zorg dat je binnen de 72 uur na het voorval de secretaris (Françoise De Keyser, Kortvoortbaan 42, 2970 Schilde, francoisedekeyser@telenet.be) informeert met zoveel mogelijk informatie en eventueel documenten en verslagen die dan naar de verzekeringsmaatschappij kunnen doorgestuurd worden.

Stap 2: Berichtgeving van schadegeval door club aan Ethias

De secretaris doet online aangifte van het schadegeval via Extranet. De procedure met beveiligde toegang waarborgt vanzelfsprekend volledig het vertrouwelijk karakter van de gegevensuitwisseling.

Stap 3: Bevestiging aangifte door club:

De secretaris bezorgt je via mail een bevestiging van je aangifte. Hierop staat een dossiernummer vermeld. Hou dit goed bij want je hebt dit nodig tijdens het verloop van het dossier

Stap 4: Ontvangst en ontvangstmelding door Ethias

Van de verzekeringsmaatschappij krijg je een ontvangstmelding waarin staat dat een dossier werd geopend. Hierbij ontvang je het dossiernummer, gegevens van de dossierverantwoordelijke en eventueel verder te doorlopen stappen. Deze instructies dien je goed ter harte te nemen, de goede afwerking van het dossier kan er van afhangen.

Stap 5: Opvolging dossier

Alle verdere briefwisseling gebeurt rechtstreeks tussen Ethias en jezelf. De club wordt in de verdere afhandeling in principe niet meer betrokken. Als je vragen hebt kan je uiteraard nog terecht bij de clubsecretaris.

Stap 5: verwerking van documenten

Verder moet je zorgen dat je alle documenten m.b.t. erelonen, facturen en (ziekenhuis)kosten goed bijhoudt. Je kan er best steeds een kopie van laten maken. Nadien al deze overzichten van kosten doorsturen naar Ethias. Vermeldt op alle document altijd het dossiernummer.

Actieplan 3 Zorgen voor veilig en gekeurd materiaal, zowel eigen materiaal, als materiaal van de gemeente.

OD 2 Psychische veiligheid; Ethisch verantwoord sporten

Actieplan 1 Aanstellen van een aanspreekpunt Integriteit (API)

Ongewenst gedrag, pesten, fysiek geweld, dingen die niet door de beugel kunnen, ontevredenheid bij de lesgever, ouders, bestuur, turner,... kan bij iedere sportvereniging voorkomen. Elk ongenoegen, geschil of probleem kan veelal opgelost worden door een goede dialoog zonder verdere stappen te moeten ondernemen. Daarom heeft Rust Roest een aanspreekpunt integriteit aangesteld om misvattingen die deze personen niet wensen te bespreken te kunnen vertellen aan een neutraal persoon. Deze persoon moet een luisterend oor hebben en via gesprek op een objectieve manier de problemen detecteren en oplijsten en deze bespreekbaar maken tussen beide partijen. Zo kan er tot ene oplossing worden gekomen. Deze vertrouwenspersoon gaat absoluut vertrouwelijk om met de informatie. Alleen met de toestemming van de persoon zal de API met derden (ouders, trainers, bestuur,...) spreken.



De API kan

- Advies geven om het probleem op te lossen
- Helpen bij het opzetten van een bemiddelingsgesprek
- Helpen bij het indienen van een klacht en informeren over de afhandeling van de klacht
- Verwijzen naar externe hulpverleners
- Het clubbestuur informeren

Het bestuur heeft **Katrien Hofmans** aangesteld als API-jeugd en **Françoise De Keyser** en dit omwille van hun profiel

- Ze zijn vertrouwd met de turnsport en kennen de clubwerking
- Ze zijn sociaal, toegankelijk, oprecht en een gezaghebbend persoon
- Ze genieten het vertrouwen van de medewerkers en de leden
- Ze kunnen luisteren en tot een oplossing komen
- Ze zijn vlot in de omgang en kunnen discreet werken
- Ze kunnen neutraal werken, zich onafhankelijk opstellen en kunnen bemiddelen
- Ze zijn makkelijk bereikbaar
- Ze beschikken over een breed netwerk van externe contacten (artsen, meldpunt 1712,...)
- Ze zijn in staat om mee een beleid uit te werken

De club engageert zich om de API te ondersteunen en haar de nodige opleidingen te laten volgen wanneer ze hier nood aan heeft.

Actieplan 2 Opmaken van een gedragscode.

Rust Roest heeft een gedragscode opgesteld in het kader van Ethisch Verantwoord Sporten. Hiervoor steunen we volledig op de Panathlonverklaring.

GEDRAGSCODE EVS LESGEVERS

Panathlonverklaring over de ethiek in de sport

Als lesgever van Rust Roest onderschrijf je de Panathlonverklaring. Dit betekent dat je de verbintenis aangaat om heldere gedragsregels vast te leggen bij het nastreven van de positieve waarden van de jeugdsport. Je belooft discriminatie uit de jeugdsport te bannen en preventieve en curatieve maatregelen te nemen om kinderen tegen negatieve effecten te beschermen.

Dit betekent

- Je streeft de positieve waarden in de jeugdsport na met volgehouden inspanning en met goede planning
- Je zet je inspanningen voort om alle vormen van discriminatie uit de jeugdsport te bannen
- Je erkent en aanvaardt het feit dat sport ook negatieve effecten kan veroorzaken en dat preventieve en curatieve maatregelen nodig zijn om kinderen te beschermen.
- Je verwelkomt de steun van sponsors en media, maar je gelooft dat die steun in overeenstemming moet zijn met de hoofddoelstelling van de jeugdsport.
- Je onderschrijft ook formeel het Panathloncharter over de rechten van het kind in de sport'



Alle kinderen hebben het recht om

- Sport te beoefenen
- Zich te vermaken en te spelen
- In een gezonde omgeving te leven
- Waardig behandeld te worden
- Getraind en begeleid te worden door competente mensen
- Deel te nemen aan trainingen die aangepast zijn aan hun leeftijd, individueel ritme en mogelijkheden
- Zich te meten met kinderen van hetzelfde niveau in een aangepaste competitie
- In veilige omstandigheden aan sport te doen
- Te rusten
- De kans te krijgen kampioen te worden, of het niet te worden

Rust Roest gedragscode voor lichamelijke, emotionele en seksuele integriteit

In de club willen we over alle afdelingen heen, bijzondere aandacht besteden aan de zorg voor de lichamelijke, de emotionele en de seksuele integriteit van onze leden en dit via een gedragscode voor alle trainers en medewerkers.

De gedragscode sluit aan bij de volgende rechten uit de Panathlonverklaring

Iedereen heeft het recht waardig behandeld te worden

Aandachtspunten

- Respectvolle taal en omgang
- Willekeur en machtsmisbruik
- Aandacht verdeling tussen de betere en minder goede turners
- Pestgedrag tussen de leden onderling

Gedragsregels

- Je treedt als lesgever/medewerker kordaat op bij pestgedrag
- Je scheldt niet en spreekt de leden steeds respectvol aan
- Je spreekt de leden aan indien zij onrespectvol taal gebruiken
- Je onthoudt je van de onnodige opmerkingen over iemands fysisch voorkomen
- Je straalt uit dat je met de andere lesgevers/medewerkers een team vormt en helpt zo nodig respect voor alle trainers/medewerkers af te dwingen

De oefenstunden zijn aangepast aan leeftijd, individueel ritme en mogelijkheden

Aandachtspunten

- Duidelijke en transparante doelstellingen per niveau en deze bekend maken
- Observeren en individualiseren
- Groepsdoelstellingen versus individuele verschillen en angsten van kinderen



Gedragsregels

- Je kadert beslissingen duidelijk en transparant en neemt voldoende tijd om die uit te leggen aan de leden en de ouders
- Je dwingt nooit een kind een bepaalde handeling te doen wanneer het niet wilt, je respecteert hun grenzen en mogelijkheden
- Je differentieert in overleg met de verantwoordelijken in functie van de doelstellingen, en de individuele mogelijkheden en beperkingen

In veilige omstandigheden aan sport doen

Aandachtspunten

- 'turnsituaties' vergen veel veiligheidsaspecten
- Blessurepreventie en overbelasting
- Omkleedactiviteiten kunnen leiden tot blootstelling aan seksueel getinte aandacht /benadering
- De trainer-turner/danser-relatie
- Aanrakingen

Gedragsregels

- Je start de oefenstond nooit zonder controle van het materiaal ivv veiligheid
- Je bent als lesgever herkenbaar door je waardig gedrag en clubuitrusting
- Je observeert de turners en hebt oog voor hun signalen en klachten
- Je beperkt je tot functionele aanrakingen om sportieve instructies te geven en kondigt die zoveel mogelijk aan
- Je bewaakt dat de relatie tussen de lesgever-turner niet leiden tot intieme relaties omwille van afhankelijkheid van de turner. Een zoen, een knuffel kan uiteraard, maar seksuele handelingen horen niet thuis in een sportomgeving. Je geeft als lesgever duidelijk aan wanneer een ander (turner, ouder, ..) over je grenzen gaat
- Je bewaakt dat alle omkleedactiviteiten in de kleedkamers gebeuren
- Je verkleedt je niet zelf in de kleedkamer waar ook turners van een andere sekse aanwezig zijn
- Je spreekt als lesgever de betrokkenen aan als je merkt dat de leden/begeleiders, ouders onrespectvol omgaan met andere leden en bij herhaling verwittigt je de API

Gelezen en goedgekeurd

Naam Datum

GEDRAGSCODES LEDEN

Deze codes zorgen ervoor dat de leden elkaar helpen om fair-play en respect hoog in het vaandel dragen.

Algemene gedragsregels

- Iedereen is op de hoogte van alle gedragscodes die gelden
- Ieder lid betaalt tijdig zijn lidgeld.
- De turnclub treedt naar buiten als één groep.
- Zowel binnen de eigen sportinfrastructuur als op verplaatsing gedraagt ieder lid zich zoals het hoort: respect vertonen voor lesgevers, bestuur, publiek, accommodaties.



- Iedereen is verantwoordelijk voor het materiaal
- Afzeggingen voor oefenstunden en activiteiten worden steeds zo snel mogelijk rechtstreeks gemeld aan de betrokken lesgever.
- Onenigheid tussen spelers of conflicten met trainers moeten onmiddellijk uitgepraat worden, liefst binnen de turnvereniging en zeker niet in het publiek.
- Een lid die onder invloed van alcohol op oefenstonde of activiteit verschijnt, wordt ter plaatse gesanctioneerd, nl. geen deelname aan de activiteit. Ouders van minderjarige leden worden steeds verwittigd. Bij andere clubactiviteiten worden afspraken gemaakt door trainers en begeleiders.
- Bezit, gebruik van drugs/doping is voor elk clublid verboden. Bij vaststelling van gebruik/bezit worden de ouders onmiddellijk verwittigd. Indien gebruik wordt vastgesteld in het bijzijn van minderjarigen wordt de politie op de hoogte gebracht en wordt het lid geschorst. Bij vaststelling van dealen wordt de politie onmiddellijk verwittigd en de dealer wordt geschrapt als lid.
- Bij sportongeval: verwittig onmiddellijk de lesgever en secretariaat. Bezorg de papieren zo snel mogelijk aan het secretariaat

GEDRAGSCODES OUDERS

Deze codes zorgen ervoor dat iedereen die betrokken is bij de club elkaar helpt om fair play en respect hoog in het vaandel dragen.

Gedragsregels engagement ouders

- Zorg dat uw kind tijdig aanwezig is en zijn uitrusting volledig en in orde is.
- Toon belangstelling voor de sport en de turnclub
- Vraag uw kind om ervoor te gaan, altijd zijn best te doen, maar vooral plezier te beleven aan hetgeen het doet.
- Zie Rust Roest als meerwaarde in de ontwikkeling van uw kind en niet als een vorm van kinderopvang.
- Leg geen overdreven druk op zijn/haar schouders.
- Stimuleer het kind zich aan afspraken van de club en de regels van fairplay te houden.
- In Rust Roest is er plaats voor iedereen, we dulden dan ook geen commentaar op andere turners, lesgevers, medewerkers ...

Actieplan 3 Brief aan de ouders

Naar de ouders toe heeft Rust Roest een document opgesteld dat bij iedere nieuwe aansluiting van een jeugdlid wordt meegegeven.

Beste Ouder

Rust Roest wil turnen in al haar vormen aanbieden. Als bestuur willen we echter ook dat uw kind zich goed voelt en kan sporten in een veilige omgeving. Dat doen we bv door blessures zoveel mogelijk te voorkomen, kleedkamers netjes te houden en waar nodig toezicht houden,... En ook door kordaat NEE te zeggen tegen pesten, discriminatie, geweld of ongepast seksueel gedrag. Voor kinderen en jongeren is het niet makkelijk om grenzen aan te geven op gebied van lichamelijke en seksualiteit. Onze



turnclub moet een omgeving zijn waar kinderen en jongeren leuke dingen kunnen doen met leeftijdsgenootjes en zich lichamelijk en geestelijk kunnen uitleven en ontwikkelen. We aanvaarden niet dat ze daarbij te maken krijgen met, al dan niet seksueel, grensoverschrijdend gedrag. U beschermt uw kind en verwacht terecht dat wij dat ook doen. Onze lesgevers en medewerkers zijn zich bewust dat kinderen en jongeren beschermd moeten worden tegen gedrag dat hun lichamelijk en geestelijk welzijn kan aantasten, zowel wanneer dit uitgaat van andere kinderen of volwassenen. Daarom hebben we voor onze medewerkers duidelijke en geschreven gedragsregels en hebben we ook een aanspreekpersoon (API). Bovendien proberen we een familiale clubsfeer te scheppen die jonge turners helpt om te praten als ze een vraag of probleem hebben, ook als het over delicate zaken gaat. Zij kunnen daarvoor altijd terecht bij hun lesgever, het bestuur of de API. Ook als ouder kan u ons helpen in onze zorg voor een fijne en veilige sportclub. Wees ook aandachtig hiervoor en spreek ons aan indien u vragen of suggesties hebt. Wees bewust dat binnenstappen in een kleedkamer met jeugdspelers enkel kan indien je kind geholpen moet worden. Stuur je kind met degelijk aangepaste sportkledij naar de club.

Beste ouders, met dit alles willen we u zeker niet ongerust maken. Onze turnclub is veilig en we willen dit ook zo houden door goed met u samen te werken op alle vlakken, dus ook op het vlak van lichamelijke, emotionele en seksuele integriteit. Goede samenwerking begint bij goede informatie en bespreekbaar maken van mogelijke vragen en suggesties. U kunt steeds terecht bij ons aanspreekpunt integriteit (API),

Jeugd: Katrien Hofmans, hofmanskatrien@hotmail.com, GSM 0477/85.40.58

Volwassenen: Françoise De Keyser, francoisedekeyser@telenet.be, tel 03/38 43460

Samen houden we het veilig,

Onze turners verdienen dat!

Het bestuur

OD 3 Time out tegen pesten (TOP)

Het bestuur is zich ervan bewust dat binnen het beleidsplan ethisch verantwoord sporten een aparte aandacht moet gaan naar pesten en er een pestbeleid moet worden gevoerd in de turnvereniging. Pesten is een ingrijpende vorm van geweld waar jongeren ook in de sport mee te maken kunnen krijgen. Vaak brengt het emotionele of fysieke gevolgen met zich mee of vermindert de sportprestatie of de motivatie om te sporten. Om deze reden heeft Rust Roest zich geëngageerd voor 'Time out' tegen pesten. Met het TOP-plan werken we samen met de sportwereld aan 5 doelstellingen:

- het uitdragen van een gemeenschappelijke visie op pesten,
- het creëren van draagvlak voor een pestvrije sportomgeving,
- het voorkomen van pesten,
- het goed en kordaat reageren op een pestgeval en
- het nemen van concrete acties om te zorgen voor een duurzame pestvrije sportomgeving.



- Actieplan 1** Zorg voor een aanspreekpunt (API)
 Spijtig genoeg blijven peestsituaties nog te vaak verborgen. Daarom is het erg belangrijk het taboe rond klikken te doorbreken en werk te maken van een open communicatiesfeer waarbij pesten mag/moet worden gemeld. Een duidelijk aanspreekpunt en verschillende laagdrempelige meldingsmogelijkheden binnen Rust Roest zijn hier cruciaal. De club heeft een Aanspreek Persoon Integriteit (API) nl. Katrien Hofmans voor de jeugd en Françoise De Keyser voor de volwassenen.
- Actieplan 2** Stel een gedragscode op
 De club heeft al een gedragscode rond ethisch verantwoord sporten. Een gedragsregel rond pesten mag hierin niet ontbreken. Een gedragscode is hét perfecte instrument om goede afspraken te maken en om ze levend te houden.
- Actieplan 3** Doe de thema - training
 In september, bij de start van het nieuwe turnjaar, worden er thematrainingen georganiseerd. De campagne stelt drie uitgewerkte thema's ter beschikking die onze lesgevers kunnen koppelen aan spel- en bewegingsvormen. Zo leren de jongere leden spelenderwijs wat pesten is, welke vormen pesten kan aannemen, wat het verschil is tussen plagen en ruzie, enz.
- Actieplan 4** Maak iedereen van pesten bewust
 Iedereen in Rust Roest moet hetzelfde doel voor ogen hebben: pesten voorgoed stoppen. Sportende kinderen en jongeren moeten weten dat Rust Roest een pestvrije omgeving wil. Ook ouders, trainers en vrijwilligers worden betrokken. Hoe kan je maken dat alle neuzen in dezelfde richting wijzen? Door meer visibiliteit te geven aan pesten. Door het thema op de agenda te zetten op overlegmomenten, door een poster op te hangen, door een actie te organiseren tijdens de Vlaamse week tegen pesten.
- Actieplan 5** Werk samen aan iets positiefs
 Samen werken aan een positief groepsklimaat, aan een omgeving met een positieve sfeer en een gevoel van verbondenheid, is werken aan een omgeving waarin pesten weinig kans krijgt om te groeien. Groepsverdelers en samenwerkingsspelen dragen bij aan het creëren van deze omgeving. Ook stilstaan bij het eigen lesgeversgedrag hoort bij deze actie. Stel als lesgever de vraag: betrek ik alle kinderen? Werk ik zelf pesten in de hand? Krijgen alle kinderen evenveel kansen?
- Actieplan 6** Geef de juiste reactie
 Een pestprobleem oplossen is niet eenvoudig. Aan de ene kant moet je als volwassene kordaat reageren als je getuige bent van een pestvoorval (uitschelden, slaan, stelen...). Aan de andere kant is het ook erg belangrijk om met een herstelgerichte lange termijn-aanpak het pesten te doen stoppen. Hiervoor biedt de campagne je een kant en klare 'no blame' aanpak.

OD 4 Sportieve veiligheid

Rust Roest heeft een kwalitatieve jeugdwerking waarbij sporttechnische ontwikkeling voorop staat. De club heeft een aanbod waarbij een levenslange en brede ontplooiing voorop staat en waarbij zowel recreatief als competitief niveau sport kan gedaan worden.



Naast de ontplooiing op sporttechnische ontwikkeling heeft Rust Roest nog een aantal extra aandachtspunten in haar globaal actieplan.

- Actieplan 1** Het stimuleren van leden tot het opnemen van engagementen binnen de turnkring.
De vereniging vindt het belangrijks dat de turnkring een vereniging is waar iedereen welkom is. De vereniging heeft een heel groot sociaal netwerk uitgebouwd van mensen die zich vrijwillig inzetten. Zij nemen een sociaal engagement op en voelen zich welkom en gewaardeerd in de vereniging. Deze vrijwilligers ontvangen geen vergoeding. De vereniging draait rond heel wat vrijwilligers die, afhankelijk van hun specifieke competenties, een taak kunnen opnemen.
- Actieplan 2** Het stimuleren van het engagement bij jeugdleden
Voor de begeleiding van de verschillende ploegen bij het turnfeest worden de jeugdleden aangesproken. Deze jongeren krijgen een verantwoordelijke taak en begeleiden deze verschillende groepen. De jongeren krijgen een voorbeeldfunctie en zijn onze ambassadeurs. Zowel naar de ouders als naar de jongeren toe.
- Actieplan 3** Het stimuleren van leden en lesgevers tot het volgen van de opleidingen
Rust Roest stimuleert de leden tot het opnemen van een engagement. Wanneer deze leden een engagement opnemen als sportbegeleider stimuleert de vereniging dat deze personen een opleiding volgen zoals aspirant-initiator, initiator, multimovebegeleider en andere bijscholingen.. Rust Roest staat garant voor een kwalitatieve werking met geschoolde en gediplomeerde sportbegeleiders. En dit in iedere leeftijdsgroep en iedere groep. Alle leden hebben recht op kwaliteit.

SD 4 Financiën

Rust Roest streeft naar een gezonde financiële structuur van de club.

OD 1 Begroting

- Actieplan 1** Jaarlijks een sluitende begroting opstellen
- Actieplan 2** De penningmeester zal dagelijks de boekhouding bijhouden en bijwerken indien nodig
- Actieplan 3** Jaarlijks een financieel verslag opmaken

OD 2 Budget voor materiaal

- Actieplan 1** Jaarlijks een budget opstellen voor het aanschaffen van nieuw materiaal door bevraging van de lesgevers
- Actieplan 2** Jaarlijkse controle van het materiaal door Jansen en Fritsen
- Actieplan 3** Inventaris maken, opstellen van een lijst van alle toestellen en materiaal van de turnkring en deze lijst jaarlijks actualiseren.



SD 5**Laagdrempeligheid**

De turnkring wil een toegankelijk sportvereniging zijn waar er voor geen enkel (potentieel) lid een drempel is om zich aan te sluiten. Rust Roest wil open staan voor iedereen.

OD 1 Verlagen financiële drempel

Het is een bewuste keuze van de vereniging het lidgeld voor de leden zeer laag te houden. Hierdoor is er voor de meeste leden geen financiële drempel. Indien leden toch moeilijkheden hebben met het betalen van het lidgeld heeft Rust Roest volgende acties uitgewerkt

Actieplan 1 Aanbieden van gespreide betaling van het lidgeld

Individuele dossiers worden op bestuursniveau besproken. Samen met het (toekomstig) lid wordt een betalingsplan opgemaakt.

Actieplan 2 Toekenning van lagere bijdrage voor leden van de zorginstellingen

In de gemeente zijn er verschillende instellingen waar er tijdelijk jongeren worden geplaatst. Aangezien de termijn van plaatsing van de jongeren nooit bekend is én de opvoeders van deze jongeren sporten in clubverband stimuleren maakt de turnkring met elk van deze organisaties afspraken wat betreft het lidgeld.

Actieplan 3 Gezinskorting.

Ook hier is er de mogelijkheid tot gespreide betaling

OD 2 Verlagen informatiedrempel**Actieplan 1** Opmaak van een Onthaalbrochure

De turnkring maakt een onthaalbrochure op waarin de werking van de vereniging wordt uitgelegd. Ook het bestuur en de mensen met een verantwoordelijke functie staan met 'foto' afgebeeld zodat nieuwe leden 'een gezicht' kunnen plakken bij de verschillende namen.

Actieplan 2 Vast moment inschrijvingen

De vereniging zorgt voor een vast inschrijvingsmoment. Het bestuur vindt, omwille van het familiale karakter van de club, zo'n moment belangrijk. De club maakt van dit moment gebruik om ieder lid rond te leiden door de werking van de vereniging en in de accommodatie. Door dit persoonlijk contact wordt er direct een barrière doorbroken.

Actieplan 3 Lesgever fungeert als aanspreekpunt

Tijdens het werkingsjaar fungeert de lesgever als eerste aanspreekpunt voor de leden.

Actieplan 4 Geïnteresseerde kan 2x gratis uitproberen.

SD 6 MOBILITEIT

De vereniging heeft aandacht voor duurzame mobiliteit . Ze is overtuigd van het STOP-principe. Echter, dit is voor een turnvereniging, die een ledenbestand van 3 tot/met 85 jaar en een werking heeft tot 22u00 niet te concretiseren voor de 'S' en de 'O'. Daarom voert de vereniging een 2-sporenbeleid. Enerzijds gaat er aandacht naar de 'T' en anderzijds naar de 'P'.

OD 1 Gebruik van de fiets stimuleren

Actieplan 1 Ontwikkelen fietsroute

Midden oktober is het duidelijk waar al onze leden wonen. Met het overzicht van de adressenlijst gaat er aan de dienst mobiliteit van de gemeente Schilde gevraagd worden vanuit verschillende 5 startpunten in de gemeenten de meest veilige fietsroute uit te tekenen naar zowel turnzaal De Wingerd als sporthal Vennebos. Er zal gevraagd worden rekening te houden met de bestaande fietspaden en met de verlichting van de straten ifv het veiligheidsgevoel.

OD 2 Aandachtspunten vervoer met een personenwagen

Actieplan 1 Rust Roest vraagt aan de ouders en de leden zoveel mogelijk af te spreken en samen naar de lessen te komen en aldus het aantal wagens te beperken..

Op deze manier gaat er aandacht naar:

- Duurzaamheidsaspect: minder auto's op de weg en minder uitstoot van gassen
- Middenstand en omgeving: minder parkeerplaatsen nodig en minder vertrekkende wagens
- familiale sfeer : leden spreken af en dit creëert een samenhangingsgevoel

Actieplan 2 Sensibilisering van de chauffeurs i.v.m. de grote verantwoordelijkheid voor zichzelf, hun passagiers en de andere weggebruikers aan de hand van onderstaande gedragsregels /verkeersregels

- Pas je snelheid aan de weersomstandigheden aan, de zichtbaarheid en de weg. Respecteer de snelheidslimieten.
- Wees een heer in het verkeer. Hou daarom rekening met het verkeer en de regels die daarbij komen te kijken.
- Zorg er voor dat iedereen de gordel draagt, de gordel redt levens! Het dragen van de gordel is wettelijk verplicht, voor- en achteraan. Kinderen tot 135 centimeter nemen plaats in een aangepast zitje met gordel. Belangrijk: kinderen van anderen die kleiner dan 135 centimeter zijn mogen bij uitzonderlijke ritten over korte afstanden mee zonder zitje maar mét gordel.
- Berg de sporttassen veilig op in de koffer. Bij een botsing worden zij een levensgevaarlijk projectiel dat oncontroleerbaar door de wagen wordt geslingerd.
- Tijdens het vervoer niet meer personen toelaten in het voertuig dan de verzekering toelaat.
- Zorg ervoor dat de wettelijke voorschriften gevolgd worden.



SD 7**GEZONDE VOEDING**

Aangezien gezonde voeding en lichaamsbeweging belangrijk zijn in de preventie van overgewicht, obesitas en chronische ziekte proberen we als Rust Roest ook hier ons steentje bij te dragen.

OD 1 Aanbieden van gezonde alternatieven bij activiteiten**Actieplan 1** Appelmachine

Bij het turnfeest bieden we fruit aan als tussendoortje. Door het fruit attractief aan te bieden hopen we op een verhoogde interesse van de jeugd.

Actieplan 2 Gezonde voeding

Tijdens het turnfeest zoeken we gericht naar sponsors om gezonde voeding te kunnen aanbieden zoals zuivelproducten, fruit,...

OD 2 Wateractieplan 'drink water... de rest komt later!'

Rust Roest wil de leden begeleiden tot een gezonde levensstijl. Rust Roest beseft dat voor een gedragsverandering om een gezonde levensstijl te bekomen de directe omgeving moet worden aangepast. Daarom willen we iedereen de gezonde 'waterreflex' aanleren. Ons lichaam heeft vooral water nodig. Als ons lichaam "dorst!" roept, antwoord dan zeker door water te drinken. Met het oog op de gezondheid promoten we water naar believen. De regel bij water is dat het naar hartenlust kan worden gedronken.

Actieplan 1 Drinkbus

De turnkring stimuleert iedere aangesloten lid een gepersonaliseerde drinkbus aan te schaffen. Deze moet worden meegenomen naar de trainingen en wedstrijden.

Actieplan 2 Waterdrinkmoment

De lesgever ondersteunt de visie door voor de aanvang van de oefenstonde alle leden hun drinkbus te laten vullen aan de kraan en op regelmatige momenten een drinkmoment in te lassen waarop de spelers mogen drinken en hun drinkbus vullen.

Actieplan 3 Posters met 'weetjes' over het drinken van water

De dienst sport en gezondheid heeft enkele jaren geleden een actie gevoerd rond het drinken van water. De club wilt, in samenspraak met deze dienst, posters laten opgehangen in de turnzaal/sporthal die het gezonde waterreflex ondersteunen en stimuleren.

