



# CHARTER

## OOK WIJ SPORTEN GEESTIG GEZOND!

Met het onderschrijven van het charter ondersteunen wij, \_\_\_\_\_, het belang om ruimte te maken in de sportwereld voor kinderen en jongeren met psychische kwetsbaarheden. Zo helpen we mee de angst en het taboe rond psychische problemen in de maatschappij te doorbreken.

### 1 IEDER OP ZIJN TEMPO

*We houden rekening met het eigen ritme waarin kinderen en jongeren opgroeien en hun talenten ontwikkelen.*

- We focussen op de individuele ontwikkeling van de sporter.
- Iedereen moet zich kunnen ontplooien naar eigen mogelijkheden en behoeften.
- Elke sporter wordt uitgedaagd en krijgt de kans om uit te blinken.

### 2 EEN VEILIGE PLEK

*We creëren een geborgen omgeving waar psychisch kwetsbare kinderen en jongeren zichzelf kunnen zijn zonder veroordeeld te worden.*

- We zijn alert voor signalen die aangeven dat iemand het (psychisch) moeilijk heeft.
- We maken tijd voor verbindende activiteiten en we organiseren een klimaat van respect voor elkaar.
- Pestgedrag wordt niet getolereerd.
- We maken ruimte en tijd om te luisteren naar sporters.

### 3 WARM WELKOM

*We hebben extra aandacht voor het onthaal van nieuwkomers met psychische kwetsbaarheden.*

- We maken kenbaar dat psychisch kwetsbare kinderen en jongeren welkom zijn en dragen die filosofie uit naar alle betrokkenen, zowel binnen als buiten de club.
- We zijn bereid een gesprek aan te gaan met een kandidaat-sporter om zo eventuele drempels te verlagen.
- Binnen de ploeg kunnen buddy's aangeduid worden om nieuwkomers op te vangen.

### 4 VERTROUWENSPERSOON

*Een persoon binnen de club is het aanspreekpunt voor psychisch kwetsbare sporters, ouders, trainers en buitenstaanders.*

- We zorgen ervoor dat de vertrouwenspersoon makkelijk bereikbaar is.
- Hij/zij ondersteunt de opvang van nieuwe leden met specifieke aandacht voor zij die psychisch kwetsbaar zijn.
- We garanderen dat gevoelige info van onze leden vertrouwelijk blijft.

### 5 TRAINERS GECOACHT

*We begeleiden en ondersteunen trainers in de specifieke aanpak van sporters met psychische kwetsbaarheden.*

- De vertrouwenspersoon coacht de trainers in het omgaan met leden die psychisch kwetsbaar zijn.
- We kiezen er bewust voor dat trainers bereikbaar en aanspreekbaar zijn voor ouders en sporters.
- We gaan voor een positieve sfeer met de trainer als katalysator van de groepsvorming.
- De trainer maakt bewust tijd om het groepsgevoel te versterken en helpt banden te smeden.

Door het charter 'Ook wij sporten geestig gezond!' te onderschrijven, zorgen we ervoor dat sport toegankelijk is voor iedereen, ongeacht hun talent of psychische bagage.

Handtekening: \_\_\_\_\_

