

Omgangsregels Trainees

TOC West

Versie 2026

Waarom deze omgangsregels?

TOC West wil een veilige, positieve en plezierige omgeving bieden waarin iedere sporter zich kan ontwikkelen. We vinden het belangrijk dat iedereen zich welkom, gerespecteerd en gehoord voelt, ongeacht leeftijd, achtergrond, geloof, culturele afkomst, genderidentiteit, seksuele oriëntatie of niveau.

Deze omgangsregels helpen ons om samen een veilige en inclusieve sportcultuur te creëren.

Zo gaan we met elkaar om

Respect

- We behandelen elkaar met respect
- We accepteren verschillen tussen mensen
- We gebruiken geen discriminerende, beledigende of kwetsende taal
- We luisteren naar elkaar en laten elkaar uitspreken

Samen één team

- We helpen en ondersteunen elkaar
- We sluiten niemand buiten
- We spreken elkaar aan op gedrag dat niet past binnen deze omgangsregels
- We vieren successen samen en gaan respectvol om met teleurstellingen

Pesten en grensoverschrijdend gedrag

- Pesten, intimideren, vernederen of uitsluiten accepteren we niet
- Fysiek, verbaal, digitaal of sociaal grensoverschrijdend gedrag is niet toegestaan
- Ook ongewenst gedrag via sociale media of groepsapps valt hieronder

Sociale media

- We gaan respectvol met elkaar om in chats, apps en op sociale media
- We delen geen foto's, video's of persoonlijke informatie van anderen zonder toestemming
- We plaatsen geen berichten die anderen kunnen kwetsen of in een onveilige positie brengen

Veiligheid en persoonlijke grenzen

- Respecteer elkaars grenzen
- Iedereen heeft het recht eigen grenzen aan te geven
- Een "nee" wordt altijd gerespecteerd
- Twijfel je of iets prettig is voor een ander? Vraag het eerst

Roken, alcohol en drugs

- Het gebruik van alcohol, drugs en roken/vapen is niet toegestaan.
- Het gebruik van doping is niet toegestaan. En je bent je bewust van het dopingbeleid van de NKBV

Fysiek contact

- Fysiek contact tijdens training of begeleiding vindt alleen plaats wanneer dit functioneel, passend en gewenst is
- Trainers en sporters respecteren elkaars persoonlijke ruimte
- Ongewenst lichamelijk contact is nooit toegestaan

Relaties binnen de groep

- Vriendschappen en verliefdheden kunnen ontstaan binnen een sportomgeving
- We zorgen ervoor dat persoonlijke relaties geen negatieve invloed hebben op de sfeer, veiligheid of training van anderen
- We behandelen elkaar tijdens trainingen, wedstrijden en teamactiviteiten professioneel en respectvol

Open cultuur

Wij vinden het belangrijk dat iedereen zich veilig voelt om vragen, zorgen of ideeën te bespreken. Heb je ergens moeite mee? Praat met een trainer of begeleider, bespreek het met je ouders/verzorgers en/of neem contact op met een bestuurslid. Je kunt ook een vertrouwenscontactpersoon (VCP) benaderen. Een melding of gesprek wordt serieus genomen en vertrouwelijk behandeld binnen de geldende afspraken.

Rol van trainers en begeleiders

Trainers en begeleiders:

- geven het goede voorbeeld
- zorgen voor een veilige sportomgeving
- behandelen alle sporters gelijkwaardig
- respecteren de persoonlijke grenzen van sporters
- grijpen in bij pestgedrag, discriminatie of ongewenst gedrag
- zijn aanspreekbaar voor vragen en zorgen

Samen verantwoordelijk

Een veilige sportomgeving maken we samen. Van iedere trainee verwachten we dat hij, zij of die:

- deze omgangsregels respecteert
- anderen aanspreekt op ongewenst gedrag wanneer dat veilig kan
- hulp vraagt als iets niet goed voelt
- bijdraagt aan een positieve teamsfeer

Vaststelling

Deze omgangsregels maken onderdeel uit van het beleid voor een sociaal veilige sportomgeving van TOC West. Alle trainees, trainers, begeleiders en betrokken ouders worden geacht kennis te nemen van deze omgangsregels en hiernaar te handelen.

Vastgesteld op: 28.09.2026

Meer informatie

Bestuur TOC West:

- Maarten Verburg (info@stichtingrotterdamklimsport - 06 12171707)
- Mirona Hartman (mironahartman@gmail.com - 06 26090911)
- Desiree de Baar (info@stichtingrotterdamklimsport - 06 12644877)

Vertrouwenscontactpersonen (VCP):

- Maarten Kruithof (mckruithuijb@pm.me - 06 42494428)
- Marleen van Gelder (mhvangelder@gmail.com - 06 26978559)

Centrum Veilige Sport Nederland: <https://centrumveiligesport.nl>