

Krótki przewodnik po zasadach w MOSiR Rypin

Cześć! Chcemy, abyś podczas treningów, meczów i zabawy na naszych boiskach, stadionie czy Orlikach czuł się w pełni bezpiecznie, swobodnie i komfortowo. W naszym Ośrodku obowiązują specjalne zasady, które chronią wszystkie dzieci.

Pamiętaj – masz swoje prawa i nikt nie może ich naruszać!

👏 Jak powinni zachowywać się dorośli (trenerzy, pracownicy MOSiR)?

- Powinni odnosić się do Ciebie z szacunkiem i życzliwością.
- Mają prawo wymagać od Ciebie dyscypliny na treningu, ale nie mogą na Ciebie krzyknąć, wyzywać Cię ani obrażać.
- **Nigdy nie mogą Cię bić, popychać ani szarpać.**
- Nie mogą bez Twojej zgody robić Ci zdjęć ani nagrywać filmów (z wyjątkiem oficjalnych zdjęć z zawodów, na które zgodę wyrazili Twoi rodzice).
- Szanują Twoją prywatność – dorośli pracownicy nie wchodzą bez ważnego powodu do zamkniętych kabin w szatniach czy łazienkach.

🌐 Jak powinni zachowywać się Twoi koledzy i koleżanki?

- W sporcie gramy fair play – zarówno na boisku, jak i w szatni.
- Niedozwolone jest dokuczanie, wyśmiewanie, bicie, zabieranie rzeczy czy zmuszanie kogoś do robienia rzeczy, których nie chce.
- Wszyscy jesteśmy drużyną – pomagamy sobie nawzajem!

🔴 Co zrobić, gdy dzieje się coś złego?

Jeśli na terenie MOSiR (na boisku, w szatni, na trybunach):

1. Ktoś (dorosły lub inny zawodnik) robi Ci krzywdę,
2. Czujesz się nieswojo, bezpiecznie lub ktoś narusza Twoje granice,
3. Zauważysz, że krzywda dzieje się Twojemu koledze lub koleżance,

NIE ZOSTAWAJ Z TYM SAM! MASZ PRAWO PROSIĆ O POMOC.

🗣️ Gdzie szukać pomocy?

- Powiedz o tym swojemu **rodzicowi, opiekunowi lub trenerowi**.
- Zgłoś to **pracownikowi MOSiR** (np. panu na Orliku lub pani w recepcji).
- Możesz też pójść bezpośrednio do biura **Dyrektora MOSiR** – obiecujemy, że wysłuchamy Cię i pomożemy rozwiązać problem w dyskretny sposób.

📞 Ważne telefony (darmowe i anonimowe):

Jeśli wolisz porozmawiać z kimś spoza Ośrodka, możesz zadzwonić pod te numery (nikt nie dowie się o Twoim telefonie, jeśli tego nie chcesz):

- **116 111** – Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży (czynny całą dobę)
- **800 12 12 12** – Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka