

STANDARY OCHRONY MAŁOLETNICH

w Stowarzyszeniu Kobiecej Drużyny Futbolu Amerykańskiego - Klub Sportowy Warsaw Sirens

obowiązuje od 23.01.2026

W ramach działalności Stowarzyszenia Kobiecej Drużyny Futbolu Amerykańskiego powołana została dziewczęca sekcja Warsaw Sirens Youth, skierowana do dzieci i młodzieży płci żeńskiej. Mając na uwadze dobro małoletnich uczestniczek treningów, wydarzeń oraz innych aktywności organizowanych w tej sekcji, Stowarzyszenie podejmuje działania na rzecz ich bezpieczeństwa fizycznego, psychicznego i emocjonalnego poprzez wdrażanie odpowiednich procedur, tworzenie bezpiecznego środowiska oraz podnoszenie świadomości i kompetencji osób zaangażowanych w pracę z dziećmi i młodzieżą.

Dokument ten stanowi realizację obowiązku ustawowego oraz potwierdza zobowiązanie Stowarzyszenia do działania w najlepiej pojętym interesie dziecka. Wszyscy członkowie personelu zobowiązani są do przestrzegania zawartych tu zasad.

W rozumieniu niniejszego dokumentu:

- **Główna trenerka sekcji (Head Coach)** – osoba odpowiedzialna za prowadzenie sekcji Warsaw Sirens Youth. Koordynuje działania trenerek, przyjmuje zgłoszenia od personelu i rodziców. Prowadzi rejestr zgłoszeń. Jest poddawana obowiązkowej weryfikacji oraz szkoleniom z zakresu ochrony małoletnich.
- **Oficjalne trenerki** – osoby prowadzące treningi i wydarzenia z dziećmi. Przechodzą proces weryfikacji, odbywają szkolenia i są odpowiedzialne za bezpośredni kontakt z dziećmi oraz ich bezpieczeństwo.
- **Osoby asystujące** – zawodniczki sekcji seniorskiej i wolontariuszki zaproszone do pomocy przy działaniach z dziećmi. Nie prowadzą samodzielnych zajęć i nie mogą pozostawać z dzieckiem bez obecności trenerki lub opiekuna. Zatwierdzane są przez główną trenerkę sekcji.
- **Personel** – pojęcie obejmujące zarówno oficjalne trenerki, jak i osoby asystujące.
- **Koordynatorka ds. standardów i interwencji** – osoba wyznaczona przez Zarząd Warsaw Sirens, odpowiedzialna za działania interwencyjne, wdrażanie standardów, reagowanie na zagrożenia oraz organizację szkoleń. Prowadzi dokumentację i rejestry. Wspiera główną trenerkę w działaniach systemowych i kryzysowych.

Szczegółowe informacje o aktualnej kadrze dostępne są na stronie internetowej:

<https://www.warsawsirens.pl/youth/kadra/>

Spis treści:

Spis treści:.....	2
1. Kodeks bezpiecznych relacji personel – dziecko.....	3
2. Kodeks bezpiecznych relacji dziecko – dziecko.....	5
3. Wskazanie osób odpowiedzialnych.....	6
4. Procedura interwencji.....	7
5. Dokumentowanie zgłoszeń.....	8
6. Plan wsparcia po ujawnieniu krzywdzenia.....	9
7. Sytuacja dzieci ze specjalnymi potrzebami.....	10
8. Bezpieczny dostęp do Internetu.....	11
9. Informowanie rodziców i dzieci o standardach.....	12
10. Edukacja personelu.....	13
11. Ewaluacja Standardów.....	14
12. Zasady dla dzieci.....	15

1. Kodeks bezpiecznych relacji personel – dziecko

a. Zabronione zachowania wobec małoletnich:

- przemoc fizyczna (np. bicie, szarpanie),
- przemoc psychiczna (np. krzyk, upokarzanie, szantaż emocjonalny),
- jakiegokolwiek zachowania o charakterze seksualnym,
- faworyzowanie, ignorowanie, izolowanie dziecka,
- zawstydzanie, komentowanie wyglądu lub cech osobistych dziecka w sposób, który może zawstydząć, oceniać lub wywoływać dyskomfort.

b. Zasady kontaktu fizycznego:

- Kontakt fizyczny może być zastosowany wyłącznie w sytuacjach uzasadnionych, takich jak nauka techniki sportowej (np. korekta pozycji ciała) lub udzielenie pomocy. W takich przypadkach trenerka może zastosować krótkotrwały kontakt fizyczny, który zawsze powinien być:
 - uzasadniony instrukcją treningową,
 - uprzednio zasygnalizowany dziecku,
 - wykonany w sposób jawny – np. w obecności innych osób,
 - dostosowany do granic komfortu dziecka,
 - oparty na zgodzie dziecka i z poszanowaniem jego granic.

c. Zasady kontaktu prywatnego:

- personel nie może zapraszać dzieci do swojego miejsca zamieszkania,
- personel nie spotyka się z dziećmi poza godzinami działalności bez wiedzy i zgody opiekunów oraz zarządu.

d. Zasady kontaktu online:

- zakazane jest prowadzenie prywatnej korespondencji z małoletnimi poniżej 16. roku życia,
- kontakt online może odbywać się jedynie za pośrednictwem kanałów służbowych (np. e-mail klubowy, grupy komunikatorów, w których obecny jest opiekun dziecka);
- każda wiadomość powinna być dostępna do wglądu przez innego członka personelu lub rodzica.

e. Jawność i proporcjonalność:

- każdy kontakt i działanie z dzieckiem musi być znany innym osobom z klubu lub opiekunowi dziecka;
- personel unika sytuacji, w której przebywa sam na sam z dzieckiem (np. drzwi do pomieszczenia pozostają otwarte);
- każda interakcja powinna być proporcjonalna do sytuacji i potrzeb dziecka, nie naruszając jego godności ani prywatności;

f. Zasady przeciwdziałania nadużyciom pozycji i presji psychicznej:

- Personel nie może wywierać presji na dzieci w celu uzyskiwania wyników, zastraszać milczeniem lub groźbami, ani publicznie je zawstydząć.
- Decyzje o doborze do drużyny lub rotacji w składzie muszą być przekazywane z szacunkiem i wyjaśnieniem.

- Promuje się kulturę współpracy i uczenia się, nie rywalizacji za wszelką cenę.

g. Zasady korzystania z szatni:

- jeśli to możliwe, dzieci i osoby dorosłe (w tym personel) powinny korzystać z oddzielnych szatni;
- jeżeli korzystają z tej samej przestrzeni, dzieci powinny mieć zapewnioną możliwość przebierania się w intymnych warunkach (np. oddzielna strefa, parawan, kolejność czasowa);
- personel nie powinien się rozbierać w obecności dzieci i odwrotnie;
- dzieci nie pozostają same w szatni z jedną osobą dorosłą – zawsze obecne są co najmniej dwie osoby dorosłe lub jedna dorosła w obecności innego dziecka;
- rozmowy wychowawcze, poufne czy dotyczące naruszeń zasad nie powinny być prowadzone w przestrzeni szatni;
- obecność dorosłych w szatni powinna być ograniczona do niezbędnego minimum i mieć uzasadnienie organizacyjne.

2. Kodeks bezpiecznych relacji dziecko – dziecko

Zasady tej sekcji mają na celu wspieranie kultury wzajemnego szacunku, bezpieczeństwa i włączającej atmosfery pomiędzy małoletnimi uczestniczkami i uczestnikami zajęć.

a. Zachowania niedozwolone:

- stosowanie przemocy fizycznej (bicie, popychanie),
- przemoc słowna (wyzywanie, wyśmiewanie, straszenie),
- wykluczanie z aktywności grupowych,
- naśmiewanie się z wyglądu, tożsamości, umiejętności,
- naruszanie granic fizycznych i psychicznych innych dzieci.

b. Zasady relacji:

- dzieci są zachęcane do wyrażania swoich potrzeb i emocji w sposób spokojny i konstruktywny,
- promuje się współpracę, wspieranie się nawzajem i włączanie innych do treningu i zabawy,
- zasady szacunku są omawiane z dziećmi w prosty, zrozumiały sposób.

c. Rozwiązywanie konfliktów:

- konflikty rozwiązywane są przy wsparciu trenerek,
- dzieci uczone są słuchania drugiej strony, szukania kompromisu i przeproszania,
- poważniejsze naruszenia są dokumentowane i analizowane z udziałem opiekunów.

d. Reakcje na naruszenia:

- każda sytuacja naruszenia zasad jest odnotowywana i omawiana z dzieckiem,
- w przypadku powtarzających się sytuacji – informowani są rodzice/opiekunowie,
- działania korygujące są dostosowane do wieku i dojrzałości dziecka,
- w sytuacjach poważnych możliwe jest czasowe zawieszenie udziału dziecka w zajęciach, po uzgodnieniu z opiekunów.

3. Wskazanie osób odpowiedzialnych

Zgłoszenia wszelkich niepokojących sytuacji powinny być kierowane w pierwszej kolejności do oficjalnych trenerek sekcji Warsaw Sirens Youth. W przypadku zgłoszenia przez dziecko, trenerka informuje główną trenerkę sekcji, która pełni rolę osoby odpowiedzialnej za przyjmowanie zgłoszeń.

Dalsze działania interwencyjne – w tym decyzje o powiadomieniu policji, prokuratury lub sądu rodzinnego – podejmuje Zarząd Warsaw Sirens. Zarząd wyznacza osobę odpowiedzialną za działania interwencyjne, zwaną **Koordynatorką ds. interwencji**, która działa w imieniu i na rzecz Zarządu, zapewniając profesjonalne i odpowiedzialne prowadzenie spraw wymagających interwencji zewnętrznej.

W strukturze obowiązują następujące poziomy odpowiedzialności:

1. **Oficjalne trenerki sekcji** – pierwsza linia kontaktu, odpowiedzialna za codzienny kontakt z dziećmi oraz reagowanie na bieżące sytuacje. W przypadku otrzymania zgłoszenia – informują główną trenerkę sekcji.
2. **Główna trenerka sekcji** – przyjmuje zgłoszenia od dzieci, rodziców i pozostałego personelu; prowadzi rejestr zgłoszeń i w razie potrzeby przekazuje sprawę dalej.
3. **Koordynatorka ds. standardów i interwencji** – osoba wyznaczona przez Zarząd Warsaw Sirens. Odpowiedzialna za:
 - podejmowanie działań interwencyjnych w imieniu organizacji (np. zgłoszenia na policję, do sądu),
 - wdrażanie i aktualizację standardów ochrony małoletnich,
 - monitorowanie bezpieczeństwa cyfrowego i reagowanie na zagrożenia online,
 - wsparcie głównej trenerki w przypadkach wymagających zewnętrznego zaangażowania.

W razie nieobecności którejkolwiek z tych osób – Zarząd wyznacza odpowiednie zastępstwo i przekazuje tej osobie obowiązki wraz z zakresem odpowiedzialności. W przypadku nieobecności oficjalnych trenerek i trenerki głównej – zajęcia są odwoływane, a dzieci pozostają pod opieką rodziców.

Zarząd Warsaw Sirens jest dostępny pod adresem e-mail:
kontakt@warsawsirens.pl

4. Procedura interwencji

Celem procedury interwencji jest zapewnienie dziecku bezpieczeństwa i ochrony w sytuacji, gdy istnieje podejrzenie krzywdzenia lub naruszenia zasad.

a. Etapy interwencji:

1. Zgłoszenie zdarzenia

Zgłoszenie może pochodzić od dziecka, rodzica, członka personelu lub osoby z zewnątrz. Zgłoszenie kierowane jest do oficjalnej trenerki, która przekazuje je głównej trenerce sekcji.

2. Wstępna ocena sytuacji

Główna trenerka analizuje sytuację oraz dokumentację. Konsultuje się z Koordynatorką ds. standardów i Interwencji.

3. Działania doraźne

Zapewnienie bezpieczeństwa dziecka (np. odsunięcie osoby, której dotyczy zgłoszenie, ograniczenie kontaktu). Wsparcie emocjonalne i informacyjne dla dziecka oraz jego opiekunów.

4. Dalsze decyzje

Koordynatorka ds. standardów i Interwencji, działając w imieniu zarządu, podejmuje decyzję o powiadomieniu odpowiednich instytucji (policja, sąd rodzinny, OPS). W razie potrzeby przygotowywany jest plan wsparcia dla dziecka.

5. Dokumentacja i monitoring

Wszystkie działania są dokumentowane. Główna trenerka i koordynatorka monitorują sytuację do czasu jej wyjaśnienia i ustabilizowania.

b. Procedury interwencji prawnej:

- Składanie zawiadomień o podejrzeniu popełnienia przestępstwa na szkodę małoletniego.
- Zawiadamianie sądu opiekuńczego lub innego właściwego organu.
- Współpraca z instytucjami posiadającymi uprawnienia do wszczynania procedur „Niebieskiej Karty”.

c. Zasady ogólne:

- Wszystkie działania podejmowane są z poszanowaniem godności dziecka.
- Klub działa w porozumieniu z opiekunami (o ile nie są stroną naruszającą).
- Zachowana jest poufność i ochrona danych.

5. Dokumentowanie zgłoszeń

Wszelkie sytuacje niepokojące lub mogące wskazywać na krzywdzenie dziecka muszą być odpowiednio udokumentowane.

a. Forma zgłoszenia:

- Każde zgłoszenie powinno zostać zapisane w formie notatki służbowej lub formularza zgłoszeniowego.
- Notatka powinna zawierać:
 - datę i miejsce zdarzenia,
 - dane osoby zgłaszającej i rola w klubie,
 - dane dziecka (jeśli to konieczne),
 - opis zdarzenia lub obserwacji,
 - działania podjęte w odpowiedzi na sytuację.

b. Sposób przechowywania:

- Dokumentacja przechowywana jest w formie elektronicznej na oficjalnym dysku klubu (Google Workspace),
- Dostęp do dokumentów mają tylko osoby upoważnione: główna trenerka i Koordynatorka ds. standardów i interwencji.

c. Poufność:

- Zgłoszenia i notatki są traktowane jako informacje poufne.
- Dostęp do nich mają wyłącznie osoby wskazane w strukturze odpowiedzialności.
- Informacje mogą być przekazane organom zewnętrznym (np. sądowi, policji) wyłącznie zgodnie z obowiązującym prawem.

d. Okres przechowywania:

- Standardowo: 5 lat od momentu zakończenia sprawy.
- W przypadku interwencji z udziałem instytucji publicznych: do zakończenia sprawy i przedawnienia odpowiedzialności.

e. Zabezpieczenie danych:

- Dokumenty przechowywane są w zamkniętej szafie lub na zabezpieczonym dysku.
- Koordynatorka ds. interwencji odpowiada za prowadzenie rejestru zgłoszeń.

6. Plan wsparcia po ujawnieniu krzywdzenia

W przypadku ujawnienia krzywdzenia dziecka, klub zapewnia indywidualne podejście oraz dostosowane formy wsparcia, mające na celu pomoc dziecku w odzyskaniu poczucia bezpieczeństwa.

a. Współpraca z rodzicami:

- Jeżeli opiekunowie nie są stroną krzywdzącą, są włączani w planowanie i realizację wsparcia dla dziecka,
- Informowani są o możliwościach uzyskania pomocy specjalistycznej i organizacyjnej.

b. Dostęp do specjalistów:

- Klub rekomenduje kontakt z psychologiem dziecięcym lub terapeutą,
- W przypadku potrzeby dodatkowego wsparcia, Klub może wskazać kontakt do instytucji takich jak:
 - Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę (telefon 800 100 100 – bezpłatna pomoc psychologiczna),
 - Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży (116 111 – całodobowo).

c. Działania krótkoterminowe:

- zapewnienie dziecku bezpiecznego środowiska,
- ograniczenie kontaktu z osobami zaangażowanymi w krzywdzenie,
- zwiększona obecność i uwaga personelu podczas zajęć.

d. Działania długoterminowe:

- monitorowanie stanu emocjonalnego dziecka,
- regularny kontakt z opiekunami,
- elastyczne podejście do udziału w zajęciach (np. możliwość odpoczynku lub zmiany grupy).

e. Osoba odpowiedzialna za realizację wsparcia:

- Koordynatorka ds. standardów i interwencji – odpowiada za stworzenie i nadzór nad planem wsparcia,
- Główna trenerka sekcji – realizuje bieżące działania i wspiera dziecko w codziennym kontakcie.

7. Sytuacja dzieci ze specjalnymi potrzebami

Warsaw Sirens Youth dokłada starań, aby każde dziecko – niezależnie od stopnia sprawności czy szczególnych potrzeb – mogło uczestniczyć w zajęciach w sposób bezpieczny, komfortowy i dostosowany do swoich możliwości.

a. Uniwersalne projektowanie zajęć:

- Treningi są planowane w sposób elastyczny i umożliwiający udział dzieci z różnymi możliwościami fizycznymi i poznawczymi,
- W razie potrzeby stosuje się zmodyfikowane ćwiczenia, tempo pracy oraz wsparcie asystujące.

b. Rozpoznawanie i zgłaszanie potrzeb:

- Podczas zapisu dziecka do sekcji, rodzice proszeni są o poinformowanie klubu o specjalnych potrzebach dziecka,
- Informacje te są traktowane poufnie i służą wyłącznie zapewnieniu odpowiedniego podejścia i opieki.

c. Komunikacja alternatywna:

- W sytuacjach, w których dziecko korzysta z alternatywnych metod komunikacji (np. gestów, symboli), personel dostosowuje sposób prowadzenia zajęć,
- Możliwe jest zaangażowanie opiekuna lub tłumacza wspomagającego.

d. Unikanie dyskryminacji i stygmatyzacji:

- Klub nie dopuszcza do sytuacji wykluczania dzieci z uwagi na niepełnosprawność,
- Inne dzieci są edukowane w zakresie akceptacji różnorodności i współpracy.

e. Współpraca z rodzicami:

- Dla dzieci z większymi potrzebami opracowywane są indywidualne rozwiązania organizacyjne,
- Główna trenerka i Koordynatorka ds. standardów i interwencji konsultują się z rodzicem w razie potrzeby adaptacji zajęć lub zasad.

f. Zasada włączania zamiast izolowania:

- Dzieci z niepełnosprawnością uczestniczą w zajęciach razem z grupą,
- Klub dąży do tego, by każde dziecko czuło się częścią zespołu.

8. Bezpieczny dostęp do Internetu

W ramach działalności Warsaw Sirens Youth nie przewiduje się korzystania przez dzieci z Internetu ani urządzeń elektronicznych w trakcie zajęć.

a. Zasady ogólne:

- Klub nie udostępnia dzieciom Wi-Fi ani sprzętu z dostępem do sieci.
- Podczas treningów i wydarzeń klubowych dzieci nie korzystają z telefonów komórkowych ani innych urządzeń elektronicznych.

b. Działania profilaktyczne:

- Personel przypomina o zasadach ograniczenia użycia telefonów na zajęciach,
- W razie potrzeby personel może poprosić dziecko o odłożenie telefonu do wspólnego pojemnika na czas treningu.

c. Postępowanie w przypadku naruszeń:

- W sytuacji, gdy dziecko korzysta z telefonu wbrew ustaleniom i np. robi innym zdjęcia, odtwarza szkodliwe treści lub kontaktuje się z nieuprawnionymi osobami:
 - Personel odbiera urządzenie do końca zajęć,
 - Informowani są opiekunowie,
 - Zdarzenie jest odnotowywane w rejestrze incydentów.

d. Odpowiedzialność za bezpieczeństwo cyfrowe:

- Za monitorowanie i reagowanie na wszelkie zagrożenia związane z technologią odpowiada **Koordynatorka ds. standardów i interwencji**.

9. Informowanie rodziców i dzieci o standardach

a. Dostępność dokumentu:

- Pełna i aktualna wersja standardów dostępna jest na stronie internetowej Warsaw Sirens pod adresem www.warsawsirens.pl/standardy-ochrony-maloletnich
- Skrócona wersja, dostosowana językowo do dzieci, wywieszona jest w widocznym miejscu podczas treningów oraz dostępna w wersji drukowanej dla rodziców.

b. Sposób przekazywania informacji:

- Informacje o standardach są przekazywane:
 - podczas pierwszego spotkania organizacyjnego z rodzicami,
 - drogą mailową,
 - przy zapisie dziecka do sekcji – w formie obowiązkowego zapoznania się z dokumentem.

c. Obowiązek zapoznania się:

- Rodzice oraz dzieci (jeśli są w wieku umożliwiającym zrozumienie treści) są zobowiązani do potwierdzenia zapoznania się ze standardami,
- Potwierdzenie odbywa się w formie podpisanego oświadczenia, przechowywanego przez Koordynatorkę ds. Standardów i Interwencji

10. Edukacja personelu

Wszyscy członkowie personelu – zarówno oficjalne trenerki, jak i osoby asystujące – zobowiązani są do ukończenia szkolenia z zakresu ochrony małoletnich. Szkolenia mają na celu budowanie świadomości, znajomość zasad obowiązujących w klubie oraz umiejętność reagowania w sytuacjach zagrożenia.

a. Zakres tematyczny szkoleń:

- rozpoznawanie symptomów krzywdzenia dziecka,
- prowadzenie rozmowy z dzieckiem w sytuacji podejrzenia przemocy,
- procedura interwencji w klubie,
- postawy i zachowania niedozwolone wobec dzieci,
- bezpieczne relacje z dziećmi online i offline.

b. Forma i częstotliwość:

- szkolenia odbywają się minimum raz na dwa lata,
- mogą być prowadzone w formie warsztatów, webinarów, materiałów e-learningowych,
- każda nowa osoba przed dopuszczeniem do pracy z dziećmi odbywa szkolenie wstępne.

c. Osoba odpowiedzialna:

- Za przygotowanie i realizację procesu szkoleniowego odpowiada **Koordinator ds. standardów i interwencji**.
- Jest ona odpowiedzialna również za dobór treści oraz współpracę z zewnętrznymi specjalistami.

d. Dokumentacja:

- Udział w szkoleniach jest potwierdzony podpisanym zaświadczeniem,
- Koordinator prowadzi rejestr szkoleń dostępny do wglądu zarządu.

11. Ewaluacja Standardów

Ewaluacja standardów ochrony małoletnich ma na celu zapewnienie ich aktualności, skuteczności oraz dostosowania do zmieniających się potrzeb dzieci i realiów organizacyjnych. Przeglądy przeprowadzane są:

a. Okresowo:

- nie rzadziej niż co 2 lata,
- po każdym poważnym incydencie wymagającym interwencji,
- w przypadku zmian przepisów prawa lub rekomendacji instytucji państwowych.

b. Osoba odpowiedzialna:

- Za przeprowadzenie ewaluacji odpowiada **Koordynatorka ds. standardów i interwencji**.
- Może ona delegować zadania związane z ewaluacją, ale odpowiada za ich spójność i jakość.

c. Zbieranie opinii:

- Ewaluacja uwzględnia opinie:
 - oficjalnych trenerek,
 - osób asystujących,
 - opiekunów prawnych,
 - w miarę możliwości – samych dzieci.
- Opinie mogą być zbierane poprzez ankiety, rozmowy indywidualne, analizę zdarzeń oraz konsultacje z zarządem.

d. Dokumentowanie:

- Wyniki ewaluacji spisywane są w formie raportu,
- Raport powinien zawierać rekomendacje do zmian i być przechowywany przez minimum 5 lat,
- Zarząd podejmuje decyzję o aktualizacji standardów w formie uchwały.

e. Publikacja aktualizacji:

- Zaktualizowany dokument jest udostępniany wszystkim członkom personelu oraz rodzicom,
- Wersja dostępna publicznie powinna być umieszczona na stronie internetowej Warsaw Sirens.

12. Zasady dla dzieci

Cześć! Jeśli należysz do Warsaw Sirens Youth, to znaczy, że jesteś częścią drużyny. Chcemy, żeby każdy czuł się tu bezpiecznie i dobrze. Oto zasady, które pomogą nam to osiągnąć:

1. Szanuj innych

Nie wyśmiewamy, nie przezywamy, nie popychamy się. Każdy ma prawo do bycia sobą i czuć się bezpiecznie.

2. Wspieraj koleżanki i kolegów

Pomagamy sobie nawzajem. Gdy ktoś ma trudniejszy dzień – jesteśmy wyrozumiali.

3. Mów, jeśli coś Cię martwi

Możesz zawsze porozmawiać z trenerką. One są tu po to, by Ci pomóc. Jeśli coś się dzieje – powiedz o tym dorosłemu.

4. Szanuj zasady treningu

Słuchamy trenerek, wykonujemy ćwiczenia zgodnie z instrukcją i dbamy o wspólne bezpieczeństwo.

5. Nie korzystamy z telefonów podczas treningu

Trening to czas dla drużyny – nie na TikToka :) Telefon chowamy do torby.

6. Szanuj przestrzeń innych

Nie dotykamy innych bez ich zgody. Jeśli ktoś mówi „nie” – to znaczy „nie”.

7. Przebieramy się tak, by każdy czuł się komfortowo

Nie śmiejemy się z nikogo w szatni. Dorośli nie rozbierają się przy dzieciach i odwrotnie.

8. Bądź sobą!

Nie musisz być idealna – ważne, żebyś była sobą. W naszej drużynie jest miejsce dla każdego.

Jeśli ktoś nie przestrzega zasad – porozmawiamy o tym. Trenerki są tu, żeby pomóc. Razem tworzymy miejsce, w którym każdy może czuć się dobrze i rozwijać.