ZONDAL
KONINKLIJKE SKICLUB

Huishoudelijk reglement

Algemeen

Het is statutair verplicht dat Koninklijke Skiclub Zondal vzw een Huishoudelijk Reglement hanteert. Het Huishoudelijk Reglement bevat de algemene regels die moeten gevolgd worden voor een goede werking van de vereniging. Elk lid van Koninklijke Skiclub Zondal is geacht hiervan kennis te nemen en de regels na te volgen. Het Huishoudelijk Reglement is gepubliceerd op de website van Koninklijke Skiclub Zondal vzw (www.zondal.be).

Dit Huishoudelijk Reglement is opgesteld door de Raad van Bestuur van de vzw en de Raad van Bestuur behoudt het recht dit Huishoudelijk Reglement te wijzigen op eender welke moment. Alle gebeurlijke gevallen die niet voorzien zijn in dit Huishoudelijk Reglement zullen door de Raad van Bestuur worden beslecht.

Dit reglement is bekrachtigd tijdens de bestuursvergadering van 26 juni 2019 en treedt dadelijk in werking.

Versiegeschiedenis:

Versie	Publicatiedatum	Bijgewerkt door	Omschrijving
1.0	19/9/2017	Marc Argeerts	Eerste publicatie, aanpassing aan nieuwe huisstijl
1.1	1/8/2018	Stefan Tink	Modernisering
2.0	26/06/2019	Marc Argeerts	Verwerken van de veiligheidsscan Stad Antwerpen 2018 werkpunten
2.1	24/7/2019	Marc Argeerts	API van de Sneeuwsport Vlaanderen toegevoegd
2.2	5/1/2024	Marc Argeerts	Bijwerking van enkele snelkoppelingen, herbevestiging door Bestuur
2.3	27/11/2025	Marc Argeerts	Bijwerkingen a.d.h.v. aanbevelingen vitaliteitsonderzoek 2025 ivm roken, drugs en doping

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL vzw
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

ZONDAL
KONINKLIJKE SKICLUB

Missie - Visie - Strategie

Onze missie:

- Traditie, sfeer, samenhorigheid en clubgevoel creëren en behouden
- Een sportclub zijn voor en door z'n leden
- De skisport laagdrempelig en betaalbaar maken en houden
- Bevorderen en promoten van de skisport voor iedereen, van kampioen tot supporter door het voor ieder van hen een aangename beleving te maken
- Aanbod van een breed gamma aan ski-gerelateerde activiteiten gaande van de eerste stappen in recreatie tot het hoogste niveau in competitie

Kortom: Koninklijke Skiclub Zondal leert Vlaanderen al meer dan 50 jaar skiën, sinds 1966 om precies te zijn.

Onze visie

- Plezier in de skisport vooropstellen, kampioen zijn mag maar het hoeft niet, enthousiast zijn en genieten van het skiën is het belangrijkste
- Toegankelijk voor iedereen
- Ook in veranderende omstandigheden onze missie verderzetten: Koninklijke Skiclub Zondal blijft bestaan!
- Opleiding, training en wedstrijdbegeleiding van wedstrijdskiërs via Zondaljeugd en Zondal Racing Team
- Skiën voor G-Sporters en in het bijzonder ViGe sporters en hun begeleiders organiseren
- Aangenaam en vooral betaalbaar skiën onder begeleiding voor recreanten aanbieden
- Kwalitatieve begeleiding en ondersteuning van onze monitoren en trainers om de werking van de club te garanderen

Onze Strategie

Koninklijke Skiclub Zondal vzw engageert zich om:

- Al haar leden, bestuurders en vrijwilligers maximaal te beschermen door het afsluiten van de nodige verzekeringen
- Te streven naar een vereniging zonder discriminatie, agressie, pesten en seksuele intimidatie
- Sportief gedrag hoog in het vaandel te dragen en verwacht dat ook van al haar leden
- Te werken aan een fysiek veilige omgeving waarin elk lid zich veilig kan bewegen
- Een open sfeer te creëren waarin naar iedereen geluisterd wordt
- Op een gezonde en medisch verantwoorde manier te sporten

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL VZW
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

ZONDAL
KONINKLIJKE SKICLUB

Veilig skiën met de 10 piste-regels

Om de piste veilig te houden zijn er 10 piste-regels van de FIS, van toepassing op iedereen die zich op en naast de skipiste begeeft.

Rekening houden met anderen
Iedereen die zich op een skipiste begeeft moet zich zo gedragen, dat hij een ander niet in gevaar brengt of schade berokkent. Dit betekent dat je hoe dan ook rekening houdt met anderen. Zelfs al houden deze personen zich niet aan de 10 piste-regels.

Beheersen van snelheid en skistijl
Iedere skiër moet ten alle tijden op tijd kunnen stoppen of uitwijken. Hij moet zijn snelheid en wijze van skiën aanpassen aan zijn skivaardigheid, de conditie van de piste, de sneeuw- en weersomstandigheden, alsook aan de drukte op de piste. Laat je niet opjutten door beter skiënde partners. Ski niet harder dan je aan kan, en daal alleen pistes af die in je kunnen liggen. Te moe of een glaasje op: ook dan is skiën geen goed plan!

Keuze van het spoor
De van achter komende skiër moet zijn skispoor zo kiezen, dat hij skiërs voor zich niet in gevaar brengt. Iedereen die onder je skiet heeft voorrang. Ski niet vlak langs mensen, en houd rekening met iedereen. Kijk ver vooruit.

Inhalen
Op skipistes mag je aan alle kanten inhalen. Maar de skiër die je inhaalt mag op geen enkele manier gehinderd worden of in gevaar gebracht worden.

Invoegen
Iedere skiër die zich (weer) op een piste wil begeven of na een stop verder wil skiën, moet zich ervan vergewissen dat hij dit zonder gevaar voor hemzelf of voor anderen boven of onder hem kan doen. Kijk overal om je heen of je anderen niet tot last bent als je (opeens) weer verder skiet.

Smalle plaatsen
Iedere skiër moet vermijden om zich zonder noodzaak op smalle of onoverzichtelijke plaatsen op de piste op te houden. Wanneer je gevallen bent, maak dan zo snel mogelijk de plaats weer vrij. Mocht je iemand zien die op een onoverzichtelijke plek ernstig ten val is gekomen, waarschuw dan de skiërs die naar beneden komen. Maak een 'kruis' met twee ski's op de pistes en blijf bij de gevallen persoon.

Klimmen en lopen
Een skiër die klimt of te voet afdaalt, mag dit alleen aan de zijkant van de piste doen. Let op bij kruisingen en zorg ervoor dat je goed zichtbaar bent.

Letten op waarschuwingsborden
Iedere skiër dient de markeringen en de borden in acht te nemen. Ook opmerkingen van het veiligheidspersoneel moet direct in acht worden genomen. Het is (ook) voor je eigen veiligheid!

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL vzw
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

ZONDAL
KONINKLIJKE SKICLUB

Verlenen van hulp

Bij een ongeval is iedereen verplicht hulp te verlenen. Zorg dat de reddingsdienst gewaarschuwd wordt, verleen eventueel eerste hulp. Zorg dat het slachtoffer de aanstormende skiërs het slachtoffer kunnen ontwijken.

Legitimatieplicht

Het is verplicht om te skiën met een geldig legitimatie bewijs!

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL VZW
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

Gedragscodes

Voor een optimale werking binnen Koninklijke Skiclub Zondal, heeft de Raad van Bestuur een reeks gedragscodes opgesteld voor de recreanten, competitieskiërs, supporters en lesgevers. Elk lid wordt verwacht deze gedragscodes te volgen.

Gedragscode recreanten

Onder “recreanten” wordt verstaan: de leden van Koninklijke Skiclub Zondal die actief deelnemen aan de skiles. Er is een meer uitgebreide gedragscode voor de competitieskiërs van het Racing Team. Van de recreanten wordt verwacht dat zij rekening houden met de volgende richtlijnen:

- ✓ Volg ten alle tijde de 10 piste-regels, zowel indoor als in het buitenland.
- ✓ Respecteer het al-dan-niet gehuurde skimateriaal van jezelf en anderen.
- ✓ Bij het opmerken van een verloren voorwerp, breng/meld dit aan de balie.
- ✓ Respecteer de begeleiding van de monitor en hinder het verloop van de les niet.
- ✓ Vertoon goed en beleefd gedrag naar monitor en mede-skiërs toe en volg steeds het voorbeeld en de raad van de monitor.
- ✓ Als je een bepaalde oefening niet wilt uitvoeren omwille van een gegronde reden, dan meld je dit aan de monitor zodat deze er rekening mee kan houden.
- ✓ Gedrag dat we absoluut NIET willen zien in onze club:
  - Agressie
  - Pesten
  - Discriminatie
  - Seksuele intimidatie
- ✓ Bij wangedrag kan de sporter uit de les/training/activiteit gezet worden door de monitor/trainer/begeleider zonder terugbetaling van de premie.

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL VZW
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

ZONDAL
KONINKLIJKE SKICLUB

Gedragscode competitieskiërs

Onder “competitieskiërs” wordt verstaan: de leden van het Zondal Racing Team die actief deelnemen aan de trainingen en/of de wedstrijden. Van de competitieskiërs wordt verwacht dat zij rekening houden met de volgende richtlijnen:

- ✓ Volg ten alle tijde de 10 piste-regels, zowel indoor als in het buitenland.
- ✓ Respecteer het al-dan-niet gehuurde skimateriaal van jezelf en anderen.
- ✓ Bij het opmerken van een verloren voorwerp, breng/meld dit aan de balie.
- ✓ Aanvaard dat de groepsindeling door de trainers gebeurt.
- ✓ Vertoon beleefd gedrag naar zowel eigen clubleden als leden van andere clubs toe.
- ✓ Vertoon beleefd gedrag naar wedstrijdmedewerkers, ongeacht van welke skiclub.
- ✓ Respecteer de begeleiding van de trainers en hinder het lesverloop niet.
- ✓ Bij wangedrag kunnen de renners altijd uit de training gezet worden door een trainer.
- ✓ Bij veelvuldig wangedrag kan er een sanctie opgelegd worden door trainers of het bestuur.
- ✓ Respecteer de veiligheid van anderen, ook al moet je stoppen in het slalomparcours.
- ✓ Help anderen die gevallen zijn, ook al moet je stoppen in het slalomparcours.
- ✓ Een hindernis in het trainingsparcours (vb. een afgebroken poort) wordt zo snel mogelijk uit het parcours verwijderd, ook al betekent dit dat je moet stoppen in het slalomparcours.
- ✓ Deelname aan een wedstrijd buiten clubverband moet ook vermeld worden aan de club.
- ✓ Bij onwettige afwezigheid op een wedstrijd is het wedstrijdgeld niet terugvorderbaar.
- ✓ Draag bij elke prijsuitreiking en officiële gebeurtenis altijd het clubuniform.
- ✓ Draag ook naast de prijsuitreiking en officiële gebeurtenissen zo vaak mogelijk het clubuniform zodat we ons profileren als Zondal Racing Team en dit met trots aan anderen tonen.
- ✓ Volg altijd de richtlijnen van de clubafgevaardigde tijdens een wedstrijd.
- ✓ Vertegenwoordig de club op een waardige manier, maak positieve reclame en gedraag je als een rolmodel voor andere skiërs.
- ✓ Sport met respect voor de tegenstander(s) en met fair-play.
- ✓ Creëer een zo prettig mogelijke sfeer voor iedereen.
- ✓ Bij verlies van een wedstrijd, wens je de competitie nog steeds proficiat.
- ✓ Meld zo snel mogelijk eventuele problemen van jezelf of anderen aan een afgevaardigde.
- ✓ Wees enthousiast en accepterend naar nieuwe leden toe en wees bereid hen te helpen.
- ✓ Vraag zonder te twijfelen raad aan de trainer(s) als er iets niet duidelijk is.
- ✓ Gedrag dat we absoluut NIET willen zien in onze club:
  - Agressie
  - Pesten
  - Discriminatie
  - Seksuele intimidatie
- ✓ Bij wangedrag kan de sporter uit de les/training/activiteit gezet worden door de monitor/trainer/begeleider zonder terugbetaling van de premie.

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL vzw
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

ZONDAL
KONINKLIJKE SKICLUB

Gedragscode supporters

Onder “supporters” wordt verstaan: al-dan-niet leden van Koninklijke Skiclub Zondal waarvan een lid deelneemt aan een skiles, training of wedstrijd. In de meeste gevallen heeft dit betrekking op familie/ouders van kinderen die aan het skiën zijn. Van de supporters wordt verwacht dat zij rekening houden met de volgende richtlijnen:

- ✓ Neem uw verantwoordelijkheid voor geschikt en correct skimateriaal van uw kind.
- ✓ Geef alleen advies wanneer uw kind hierom vraagt. Zelf advies geven brengt het kind vaak in verwarring over naar wie het moet luisteren: naar de lesgever of de ouder?
- ✓ Respecteer de begeleiding van de monitoren of trainers en vertrouw in hun lesopbouw.
- ✓ Moedig het kind sterk aan en wees royaal met het geven van lofbetuigingen.
- ✓ Probeer negatieve kritiek over uw kind of anderen te “minimaliseren” vervangen door “vermijden”.
- ✓ Zet u “toevoegen” “mee” in voor het bevorderen van de aangename groepssfeer en de teamspirit.
- ✓ Tracht het kind op te peppen bij een mislukte oefening of gemiste overwinning.
- ✓ Betuig lof tijdens een wedstrijd voor goede prestaties, ongeacht de renner en ongeacht van welke club hij of zij lid is.
- ✓ Erken het belang van de monitor/trainer en apprecieer zijn/haar moeite en enthousiasme tijdens het lesgeven.
- ✓ Steun de skiër mentaal en stel realistische doelen.
- ✓ Laat de skiër zelf de prestatienorm bepalen zonder negatieve druk uit te oefenen.
- ✓ Neem deel aan zo veel mogelijk activiteiten van de club en “heb” vervangen door “toon” belangstelling voor de prestaties van uw kind tijdens de les of wedstrijd. Zeker bij jonge kinderen is de permanente aanwezigheid van een ouder zeer bevorderlijk voor de prestaties.
- ✓ Gedrag dat we absoluut NIET willen zien in onze club:
  - Agressie
  - Pesten
  - Discriminatie
  - Seksuele intimidatie
- ✓ Onderstaande zin heeft geen betrekking op “supporters”. Hoe aanpassen ?
- ✓ Bij wangedrag van een supporter, waaronder Agressie, Pesten, Discriminatie, of Seksuele intimidatie , kan het bestuur van Koninklijke Skiclub Zondal vzw de supporter (tijdelijk of permanent) de toegang tot clubactiviteiten, wedstrijden en clubterreinen ontzeggen. Deze maatregel is onmiddellijk uitvoerbaar.

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL VZW
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

ZONDAL
KONINKLIJKE SKICLUB

Gedragscode lesgevers

Onder “lesgevers” wordt verstaan: de leden van Koninklijke Skiclub Zondal die skiles of (slalom)training geven aan recreanten en/of competitieskiërs.

Lesgevers hebben de taak de skiërs te begeleiden en naar een hoger skiniveau te brengen op een zo prettig en veilig mogelijke manier. De lesgever heeft de plicht de lichamelijke, mentale en sociale integriteit van de sporters te waarborgen en zich zo goed mogelijk in te zetten voor het welzijn, de ontwikkeling en het succes van de sporters. Om deze redenen zijn er een aantal regels en richtlijnen die de lesgevers moeten volgen:

- ✓ Volg altijd de 10 piste-regels en creëer altijd een zo veilig mogelijke situatie.
- ✓ Draag steeds het clubuniform wanneer je in opdracht van de club werkt zodat we ons profileren als monitor/trainer van Koninklijke Skiclub Zondal en dit met trots aan anderen tonen.
- ✓ Pas de intensiteit van de les aan de leeftijd en fysieke conditie van de sporter aan.
- ✓ Sta deelname aan de les alleen toe als dit geen onverantwoord risico op kwetsuren teweegbrengt voor de sporter.
- ✓ Verbied het gebruik van ongeoorloofde middelen of doping tijdens de skiles of wedstrijd.
- ✓ Vermijd negatieve kritiek zoals beledigingen en denigrerende uitingen.
- ✓ Discrimineer niemand van de sporters om welke reden ook.
- ✓ Communiceer vaak met de sporters over beslissingen die hen aanbelangen.
- ✓ Verplicht de sporters niet tot iets wat ze niet willen doen wegens een gegronde reden.
- ✓ Vermeld ook expliciet altijd de reden waarom je een bepaalde oefening geeft of iets beslist, zodat het vertrouwen tussen lesgever en sporter versterkt wordt.
- ✓ Benadruk de verantwoordelijkheid die sporters hebben bij eigen beslissingen.
- ✓ Respecteer de privacy en persoonlijke informatie over sporters.
- ✓ Bekritiseer nooit in het openbaar, maar altijd individueel en op een constructieve manier.
- ✓ Plan de les, training of wedstrijdgebeuren zorgvuldig op een vlot verloop.
- ✓ Draag zoveel mogelijk bij tot het welzijn van de sporter zowel binnen als buiten de skiles.
- ✓ Benader zieke of gekwetste sporters met de nodige welwillendheid en hulpvaardigheid.
- ✓ Focus op een begeleidende en onderwijzende taak, los van vooropgesteld succes.
- ✓ Wees steeds een rolmodel in gedrag, taalgebruik en verantwoordelijkheid in en uit de les.
- ✓ Moedig de sporters aan met lofbetuigingen en constructieve opmerkingen.
- ✓ Wees open voor gerechtvaardigde tips van sporters, supporters en andere lesgevers.
- ✓ Bij het lesgeven aan kinderen, pleeg regelmatig overleg met de ouders over de voortgang.
- ✓ Bij bezorgdheid om het welzijn van het kind, praat dan zo snel mogelijk met de ouders.
- ✓ Vermijd indringen van het privéleven van de sporter.
- ✓ Het is verboden de status van lesgever te gebruiken voor persoonlijke doeleinden.
- ✓ Verhoudingen tussen lesgever en sporter worden ten strengste afgeraden.
- ✓ Het is verboden de sporter aan te raken op een manier die als seksueel kan geïnterpreteerd worden. Functionele en onderwijzende aanrakingen mogen wel, maar ken het verschil.
- ✓ Het is verboden de sporter te benaderen met verbale opmerkingen die seksueel kunnen geïnterpreteerd worden. Vermijd insinuaties, grove taal en niet-functionele vragen.
- ✓ Respecteer de privacy van sporters bij stages of reizen. Geef de sporter ruimte en verblijf niet op dezelfde kamer.

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL VZW
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

- ✓ Wees alert op eventueel seksueel of ongepast gedrag zoals pesten, beledigen, (seksuele) intimidatie, agressie of geweld tussen sporters en grijp in waar nodig.
- ✓ Het is verboden de sporter immateriële vergoedingen te geven met de bedoeling op tegenprestaties van welke aard ook. Eveneens is het verboden immateriële vergoedingen te ontvangen met de bedoeling op tegenprestaties van welke aard ook.

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL VZW
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

Begeleiding

De sportvereniging engageert zich om bij elke activiteit voldoende begeleiding te voorzien.

Minstens 2 begeleiders zullen steeds voorzien worden bij activiteiten van -12-jarigen, zodat, mocht het bijv. nodig zijn een deelnemer naar het hospitaal te begeleiden, de andere kinderen correct opgevangen en begeleid blijven.

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL VZW
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

Functies & competenties

We vinden het belangrijk dat elke functie binnen de vereniging is ingevuld door een competent persoon.

- ✓ Monitoren en trainers kunnen interessante sporttechnische opleidingen en bijscholingen vinden op:
  - www.sport.vlaanderen/sportbegeleiders/
  - https://www.bfsi.be/
  - https://www.snowcollege.be/

- ✓ Monitoren, trainers, vrijwilligers en bestuursleden kunnen interessante informatie en opleidingen over verenigingswerking vinden op:
  - https://vlaamsesportfederatie.be/

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL VZW
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

Privacy/ GDPR

Onze volledige privacyverklaring staat gepubliceerd op onze website:
https://www.zondal.be/new/images/Privacyverklaring-Koninklijke-Skiclub-Zondal-vzw.pdf

Het lid geeft aan de vereniging de toelating om in het kader van de activiteiten van de vereniging afbeeldingen van hem/haar te maken alsook om die afbeeldingen te gebruiken ter promotie van de activiteiten van de vereniging.

Het lid heeft evenwel het recht om indien er gewichtige redenen voorhanden zijn, deze toestemming op elk moment in te trekken. Eventuele schade die de intrekking voor de vereniging tot gevolg heeft, zal door het lid worden vergoed.

Voor meer info:

Wet op de privacy: zie ook https://www.gegevensbeschermingsautoriteit.be/

Recht op afbeelding: zie ook https://www.privacycommission.be/nl/recht-op-afbeelding

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL vzw
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

Sportethiek

API en Procedure bij Grensoverschrijdend Gedrag

Bij de API kunnen jonge sporters, ouders, trainers, begeleiders of andere betrokkenen uit de sportorganisatie terecht met een vraag, bezorgdheid of melding. De API is iemand die discreet kan handelen en onafhankelijk kan werken. Hij of zij is gemakkelijk bereikbaar voor iedereen in de sportorganisatie. Het is geen machtsfiguur maar iemand die door velen gerespecteerd wordt omwille van eigenschappen als inlevingsvermogen, goed kunnen luisteren, onafhankelijkheid, integer kunnen handelen… De API kent de gedragscode en reglementen. Professionele ervaring of specifieke opleiding hoeven niet omdat de API een beroep kan doen op experten indien nodig. Binnen een sportclub kan een ouder, volwassen lid of vrijwilliger de rol van een API opnemen.

De API's in onze club:

- ✓ Nele Van Stevens, bereikbaar op nele@zondal.be of 0498 04 68 20 of op/naast de piste
- ✓ Marc Argeerts, bereikbaar op marc@zondal.be of 04756 14 001 of op/naast de piste

De API van onze federatie Sneeuwsport Vlaanderen: meldpunt@sneeuwsport.vlaanderen

De API garandeert een discrete opvang van het verhaal en de emoties van de betrokkene.

Vertrouwelijkheid en Bestuur Elk incident wordt anoniem besproken met het bestuur om de mogelijke gevolgen voor de clubwerking te bekijken. De vertrouwelijkheid van het gesprek is begrensd wanneer het bestuur oordeelt dat de veiligheid van haar leden in het gedrang komt en/of er sprake is van een strafbaar feit. In dat geval wordt de betrokkene hierover open en eerlijk gecommuniceerd. De API zal de betrokkene informeren over de verdere stappen, inclusief eventuele doorverwijzing naar externe professionals (zoals de federatie API of 1712).

Onze gedragscode verwijst duidelijk naar gedrag dat niet getolereerd wordt zoals:

- ✓ Agressie
- ✓ Pesten
- ✓ Discriminatie
- ✓ Seksuele intimidatie

Er staat een volledige toolkit online op de website van ICES die je kan gebruiken bij het voorkomen en aanpakken van seksueel grensoverschrijdend gedrag in onze sport.

Download het volledige pakket of de aparte instrumenten.
http://www.ethischsporten.be/toolkit_sgg

Voor wie meer wil weten over hoe omgaan met grensoverschrijdend gedrag:
http://www.ethicsandsport.com/

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL vzw
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

http://www.kieskleurtegenpesten.be/vlaamse-week-tegen-pesten
http://www.nocnsf.nl/seksuele-intimidatie/preventie
http://www.nocnsf.nl/grensoverschrijdend-gedrag/grensoverschrijdend-gedrag
http://www.tvsportplezier.nl/
https://www.tvsportplezier.nl/ouder/maak-pesten-bespreekbaar-op-de-vereniging/
https://www.tvsportplezier.nl/pesten-doen-en-laten/
http://www.alliantie-gelijkspelen.nl/index.php/ondersteuning/ondersteuning-workshops
http://www.sensoa.be/nieuws/handleiding-lichamelijke-seksuele-integriteit-voor-sportclubs-klaar
https://www.breda-actief.nl/sociale-veiligheid-1/
http://www.parantee.be/documents/Parantee_Info%20voor%20leden/Handleiding%20seksueel%20grensoverschrijdend%20gedrag.pdf

Welke stappen onderneemt een API na een melding?

1. Opvang van verhaal en emoties
   Als API ben je het eerste aanspreekpunt binnen je vereniging. Betrokkene moet zijn/verhaal en emoties bij jou kwijt kunnen.
   Let op, elk incident wordt anoniem besproken met het bestuur. Bestuur bekijkt intern welke gevolgen het incident kan hebben op de clubwerking. Vertrouwelijkheid van het gesprek is begrensd wanneer bestuur oordeelt dat de veiligheid van haar leden in het gedrang komt en/ of er sprake is van een strafbaar feit.

2. Bespreek de vervolgstappen
   API informeert betrokkene over de verder stappen en over eventuele doorverwijzing(en) richting instanties. Als de beslissing moeilijk is, kan API steeds beroep doen op professionals: maatschappelijk werker, huisarts, vertrouwenspersoon federatie…)

3. Vertrouwelijkheid opheffen
   Wanneer het bestuur oordeelt dat de vertrouwelijkheid wegens de ernst van de situatie opgeheven dient te worden, wordt hierover open en eerlijk gecommuniceerd met de betrokkene. Contacteer voor ondersteuning je federatie.

4. Rapportage aan bestuur
   Zorg dat je bestuur steeds op de hoogte is van alle afspraken met betrekking tot je gesprekken.

5. Verslaglegging
   Maak van alle gevoerde gesprekken steeds verslag en archiveer deze op een veilige manier. API beheert het archief.

Nuttige adressen

Meldpunt Misbruik, Geweld en Kindermishandeling
Het sector overschrijdende meldpunt is een meldpunt waar elke burger terecht kan met zijn/ haar adviesvragen maar ook met concrete meldingen van geweld, misbruik en

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL vzw
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

kindermishandeling. Het integreert de bestaande meldpunten, aanspreekpunten, onthaalwerkingen van de vertrouwenscentra kindermishandeling en de centra algemeen welzijnswerk (slachtofferhulp, oudermishandeling, partnergeweld, intra familiaal geweld). Het meldpunt is er voor alle burgers, dus ook voor de sportsector. Het is vlot bereikbaar op het telefoonnummer 1712. Achter dit telefoonnummer zit een doorschakeling die de burger doorverbindt met het meldpunt van de provincie van waaruit hij belt.

Er is voorzien in een permanentieregeling en personen die buiten de openingsuren bellen, krijgen de boodschap dat ze contact kunnen opnemen met teleonthaal op het gratis nummer 106. Een oproep naar het meldpunt is gratis en wordt niet op de gesprekslijst van de factuur vermeld. Zo kunnen bijv. kinderen ook ten aanzien van hun ouders vrijblijvend contact opnemen met het meldpunt, zonder dat ze het risico lopen hierop door een ouder te worden aangesproken. Dit is een belangrijk veiligheidsaspect in situaties van kindermishandeling, intra familiaal geweld, oudermishandeling en partnergeweld. In de toekomst zal het meldpunt ook bereikbaar zijn via de modaliteit van chatten.

- ✓ Het meldpunt is te contacteren op werkdagen van 9 tot 17u.
- ✓ meer info: www.1712.be

Fair play

Als 'breed begrip' slaat fair play op een manier van denken en bevat het fundamentele waarden die centraal staan binnen sport en die kunnen vertaald worden naar de bredere samenleving. Hieronder vallen waarden en thema's als vals spelen, sportiviteit, respect, doping, geweld, grensoverschrijdend gedrag, gelijke kansen, integriteit, solidariteit etc.
Deze waarden zijn duidelijk opgenomen in onze gedragscode hoofdstukken.

Voor wie meer wil weten over hoe sportiviteit in de clubwaarden vastgelegd kunnen worden kan terecht op http://www.ethicsandsport.com/

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL vzw
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

Engagementen rond medisch verantwoord sporten in de praktijk vertaald

Een belangrijke doelstelling van een sportvereniging is om mensen een kader te bieden om regelmatig en gezond te sporten. Het is echter niet altijd evident om te werken aan gezondheid, fitheid en een betere levenskwaliteit. Daarvoor moet de sport aangeleerd worden door gestructureerd te trainen en rekening te houden met factoren als leeftijd, geslacht, lichamelijke kenmerken, gezondheidstoestand (persoonsgebonden factoren), weersomstandigheden en milieu (omgevingsfactoren).

- ✓ Hoe worden de trainingen opgebouwd?
- ✓ Is er aandacht voor blessurepreventie?
- ✓ Toon aan dat er rekening wordt gehouden met training op maat (jeugd, senioren, G-sport)?
- ✓ Krijgen de leden informatie rond de juiste sportkledij en bescherming?
- ✓ Hoe worden de leden medisch opgevolgd en geadviseerd?
- ✓ Wat doet de vereniging als de luchtkwaliteit slecht is?

Alles over preventief sportmedisch onderzoek vind je op https://www.sportkeuring.be/

Via volgende links vind je meer informatie met betrekking tot gezond sporten

https://www.lichaamsoefeningen.nl
https://www.veiligheid.nl/voorkomblessures/algemene-tips-blessures
https://www.sportzorg.nl/
https://www.zorg-en-gezondheid.be/gezondheidsdoelstelling-voeding-en-beweging
https://www.demaakbaremens.org/
https://www.sportartsen.be/

Roken en Tabaksbeleid

Koninklijke Skiclub Zondal vzw streeft naar een gezond en sportief klimaat voor al haar leden, in lijn met haar engagement om op een gezonde en medisch verantwoorde manier te sporten.

Rookverbod

- **Tijdens Activiteiten:** Het is ten strengste verboden te roken (inclusief e-sigaretten, vapes en andere tabaksproducten) voor alle leden, trainers, lesgevers, begeleiders en supporters tijdens alle clubactiviteiten, trainingen, lessen, stages en wedstrijden, zowel indoor als outdoor.
- **Lesgevers en Trainers:** Monitoren, trainers en begeleiders treden op als rolmodel. Zij mogen niet roken (noch sigaretten, noch e-sigaretten) gedurende de uitoefening van hun functie.
- **Clubterreinen/Locaties:** Er geldt een algemeen rookverbod op alle (tijdelijke) clubterreinen en locaties waar de activiteiten van de vereniging plaatsvinden.

De sportvereniging bevordert gezondheid en een gezonde mentaliteit

Naast de sportactiviteiten zelf kan een gezonde mentaliteit bij de sporters, ouders en supporters eveneens de sportieve prestatie bevorderen.

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL vzw
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be

Aandachtspunten zijn o.a.: bewegen, gezonde voeding, hygiëne, gezonde mentaliteit, sporten in extreme omstandigheden (fijn stof, smog en luchtvervuiling), sporten op hoogte, sporten bij warmte of koude, sporten en ziekte (bv. astma), eetstoornissen, ergonomie, evenwicht tussen lichaam en geest, bioritme, het gebruik van spelconsoles en beeldschermen, voldoende water aanbieden tijdens wedstrijd en training…

Meer informatie over wat alcohol en andere middelen met je doen voor, tijdens en na het sporten:

https://cjsm.be/gezondsporten/themas/sport-en-gezondheid/alcohol-en-drugs/preventie

Informatie over het promoten van gezonde voeding bij de leden:

http://www.gezondesportkantine.nl/
http://www.vigez.be/
http://www.gezondopvoeden.be/
http://www.sportwijs.be/
http://goodsports.com.au
https://jongerenopgezondgewicht.nl/

Omgang met en informatie over doping, drugs en ongeoorloofde middelen

Koninklijke Skiclub Zondal vzw hanteert een **nultolerantiebeleid** ten aanzien van drugs en ongeoorloofde middelen.

- **Verboden Gebruik en Bezit:** Het is ten strengste verboden voor alle leden, lesgevers, trainers, begeleiders en supporters om drugs of andere ongeoorloofde middelen te bezitten, te gebruiken of te verhandelen op clubterreinen en/of tijdens clubactiviteiten (trainingen, lessen, wedstrijden, stages, etc.).
- **Doping:** Het gebruik van doping is ten strengste verboden. Leden kunnen met vragen over wat wel en niet mag terecht bij de trainer, monitor of begeleider. Meer informatie is te vinden op www.dopinglijn.be.
- **Sancties:** Overtreding van dit beleid kan leiden tot onmiddellijke verwijdering uit de activiteit en tot ernstige sancties, inclusief tijdelijke of permanente uitsluiting van de club, opgelegd door het bestuur.

Met al je vragen hierover kan je uiteraard bij je trainer, monitor of begeleider terecht.

KONINKLIJKE SKICLUB ZONDAL VZW
Hoogpadlaan 50, 2180 Ekeren
www.zondal.be
info@zondal.be