

High5! stappenplan - voor een veilige en integere sportclub

Iedere sporter verdient een sociaal veilige sportomgeving, waar geen ruimte is voor grensoverschrijdend gedrag. Het High5! stappenplan helpt sportclubs hiermee op weg door praktische tips, ondersteuningsmiddelen en extra informatie. Zo krijgt jouw sportclub een duwtje in de rug en werken we samen aan een veilige sport voor iedereen.

Lees hieronder meer over de stappen van het High5! Stappenplan.



Stap 1. Hoe maken we een sportclub veilig?

Als bestuur of organisatie ben je verantwoordelijk voor een veilige sportomgeving waarin sportplezier centraal staat en waar geen ruimte is voor grensoverschrijdend gedrag zoals agressie, intimidatie, (seksueel) grensoverschrijdend gedrag en pesten. Om de eerste stappen de kunnen zetten op weg naar een veilige omgeving, is het belangrijk om het onderwerp samen te bespreken en draagvlak te creëren. Hier staan we in stap 1 bij stil.

— Wat zijn de verplichtingen voor sportclubs?

Een club kan veel doen om grensoverschrijdend gedrag in eigen omgeving te voorkomen. Bijvoorbeeld door een heldere visie op te stellen, een risico-inventarisatie uit te voeren, vrijwilligers te trainen en gedragsregels op te stellen.

→ [Verplichtingen voor een sociaal veilige club](#)

Maar, er zijn ook een aantal verplichtingen op gebied van grensoverschrijdend gedrag waar clubs aan moeten voldoen. Het gaat daarbij om afspraken die de bonden met elkaar hebben gemaakt. **Deze verplichtingen** kunnen van elkaar verschillen, als jouw club is aangesloten bij een sportbond of bij de POS (Ondernemende Sportaanbieders Nederland), bijvoorbeeld. Het bestuur is verplicht erop toe te zien dat de afspraken worden nageleefd en dat leden op de hoogte zijn van de regels.

— Ga aan de slag met de Basiseisen sociale veiligheid

Naast de verplichtingen raden wij clubs aan om aan de slag te gaan met de **Basiseisen sociale veiligheid**. De vier onderdelen van de basiseisen helpen sportclubs met het fundament van een sociale veilige sportomgeving. Wanneer je hier als club aan voldoet, werk je aan een stevig fundament van sociale veiligheid.

→ [Meer over de Basiseisen sociale veiligheid](#)
→ [Neem contact op met de expert poule](#)

De vier basiseisen zijn:

- Gebruik regeling Gratis VOG
- Opstellen en communiceren van de gedragscode sport
- Het aanstellen van een vertrouwenscontactpersoon
- Cursus of e-learning voor trainer-coaches

Wil jouw club hier advies over of meer informatie. Dan kan je terecht bij een expert uit de **expertpoule**. Zij kunnen jou helpen met de implementatie van de basiseisen. Bijvoorbeeld door middel van een:

- **Inspiratiesessie:** deze sessie is bedoeld voor bestuursleden, vertrouwenscontactpersonen en commissieleden van de club. Tijdens de inspiratiesessie gaan de aanwezigen verder met elkaar in over sociale veiligheid, hoe dit vorm krijgt, relevant onderzoek, goede voorbeelden en de verantwoordelijkheden van de club.
- **Verenigingstraject:** bedoeld voor bestuursleden van sportclubs. In het verenigingstraject krijgt het bestuur van een club hulp bij het opzetten en implementeren van het beleid rondom sociale veiligheid. Dit traject bestaat uit 15 uur begeleiding en kost niets. De koers en focus van het traject wordt gezamenlijk bepaald.

— Optreden bij grensoverschrijdend gedrag

Meldingen

Als club treed je op tegen grensoverschrijdend gedrag. NOC*NSF heeft hiervoor een [blauwdruk grensoverschrijdend gedrag](#) ontwikkeld.

Vaak komen meldingen als eerst terecht bij de club, of valt het iemand op dat er iets niet klopt. Deze meldingen kunnen altijd aan het bestuur worden doorgegeven. Trainer-coaches en bestuurders zijn zelfs verplicht dit aan het bestuur of de organisatie van de club te melden.

Voor clubs die aangesloten zijn bij een sportbond geldt dat zij verplicht zijn om zaken van matchfixing of signalen van seksuele intimidatie te melden bij de bond. Ook zodra iemand uit het bestuur van een bepaalde situatie afweet, zijn zij verplicht dit bij de bond te melden.

- [Ga naar het Centrum Veilige Sport Nederland](#)
- [Blauwdruk grensoverschrijdend gedrag](#)

Opgvolging

Er zijn meerdere partijen waar zowel de melder, als de club terecht kan voor advies, vragen en twijfels:

- Sportbond: voor advies, meldingen en hulp
- [Centrum Veilige Sport Nederland](#): centraal meld- en adviespunt binnen de sport
- [Centrum Seksueel Geweld](#): algemeen meld- en adviespunt voor seksueel geweld
- [Slachtofferhulp Nederland](#): algemeen meld- en adviespunt voor slachtoffers
- Politie: bij misbruik is het verplicht om politie in te schakelen. Hierop volgt dan een onderzoek en (mogelijke) veroordeling. Het slachtoffer of de aanklager kan ook zelf besluiten een tuchtzaak te beginnen. De tuchtrechter doet dan een uiteindelijke uitspraak. Bij twijfel over het inschakelen van de politie kan je altijd terecht bij de sportbond of het Centrum Veilige Sport Nederland.

— Zet het onderwerp op de (bestuurs)agenda

Reserveer tijdens de bestuursvergadering tijd om te praten over het voorkomen van grensoverschrijdend gedrag. Inventariseer hoe de bestuursleden tegen dit onderwerp aankijken door vragen te stellen, of vraag de expertpoule via vog@nocnsf.nl om een bijeenkomst te begeleiden.

Voorbeeld vragen om te stellen tijdens de bestuursvergadering

- Hoe gemotiveerd zijn we om met preventie aan de slag te gaan?
- In hoeverre vinden we het spannend om met preventie aan de slag te gaan?
- Welk effect geloven we dat onze inspanningen gaan hebben?
- Welke hulp hebben we nodig om met preventie aan de slag te gaan?
- Waarom willen we met preventie aan de slag gaan?

Hoe ga je het gesprek aan binnen het bestuur?

In de praktijk willen sportclubs vaak aan de slag met een sociaal veilige sportcultuur, maar wordt het niet geagendeerd in de jaaragenda. Daarom is het belangrijk om binnen het bestuur een heldere [visie en doelstellingen](#) op te stellen.

- [Hoe ga je het gesprek aan binnen het bestuur](#)
- [Format visie en doelen opstellen](#)

— Samenwerken met andere partijen

Werken aan een sociaal veilige sportomgeving hoeft je niet alleen te doen. Daarom raden we aan de samenwerking met andere sportclubs op te zoeken. Je kan bijvoorbeeld gezamenlijk een vertrouwenscontactpersoon aan stellen. Dat is handig wanneer jouw sportclub niet groot genoeg is. Neem contact op met sportondersteuners of met de gemeente om te kijken wat er mogelijk is. Je kunt ook de bond vragen of zij kunnen ondersteunen, bijvoorbeeld met voorlichtingsmaterialen en acties. Je kunt dan een deel van dit plan samen uitvoeren.

- [Opleiding tot vertrouwenscontactpersoon](#)
- [De rol van een vertrouwenscontactpersoon](#)

Stap 2. Wat kan beter?

Door het doen van een risicoscan, leer je meer over grensoverschrijdend gedrag binnen de club, maar nóg belangrijker, welke stappen je kunt zetten. Een risicoscan doe je door een projectgroep samen te stellen, risico's in kaart te brengen en de belangrijkste verbeterpunten te benoemen.

— Stel een projectgroep samen

Het uitvoeren van een **risicoscan** begint bij een juiste groep, gemotiveerde mensen. Denk bij het samenstellen van de projectgroep aan:

- Het betrekken van de belangrijkste betrokkenen van de sportclub. Sportbegeleiders, (jeugd)leden, vrijwilligers, ouders;
- De groeps grootte. Idealiter bestaat een projectgroep uit 5 tot 8 leden;
- De rol van de vertrouwenscontactpersoon. Gezien **de positie van de VCP** op de sportclub kan deze persoon de projectgroep leiden;
- Het aanvullen met externe deskundigen. Bijvoorbeeld vanuit de bond of de GGD.

→ [Checklist voor grensoverschrijdend gedrag](#)

— Breng de risico's in kaart

Organiseer een bijeenkomst met de projectgroep. Laat alle leden van de projectgroep vooraf **de checklist** invullen. Voor iedereen geldt: neem het advies dat uit de checklist komt mee naar de bijeenkomst. Deze adviezen kan je vervolgens naast elkaar leggen, zo maak je de verschillen en overeenkomsten bespreekbaar. Hierna kan de groep een lijst met risicofactoren binnen de club opstellen.

→ [Meer over de Basiseisen sociale veiligheid](#)

— Benoem de belangrijkste verbeterpunten

Stel als club prioriteiten door middel van **een prioriteitenmatrix**: wat gaat de sportclub eerst aanpakken en wat daarna?

→ [Ga naar Twee manieren om prioriteiten te stellen](#)

Stap 3. Wie doet er mee?

Een veilig sportklimaat bereik je door goed samen te werken. Daar heb je draagvlak voor nodig. Dat begint bij informeren en bewustwording creëren over grensoverschrijdend gedrag. Hierna volgt de vraag: 'hoe kan je iedereen activeren?'

— Maak je beleid bekend

Geef bekendheid aan het beleid om grensoverschrijdend gedrag te voorkomen. Hiermee werk je aan draagvlak binnen de club en geef je ruimte voor vragen. Je kunt het onderwerp grensoverschrijdend gedrag op verschillende manieren aandacht geven:

- Organiseer een (buitengewone) ALV over grensoverschrijdend gedrag, waarin je bijvoorbeeld aankaart wat grensoverschrijdend gedrag is, hoe vaak het voorkomt, waarom een VOG nodig is, wat de gedragsregels en de meldplicht zijn en wie wil meewerken aan een risicoscan en de communicatie.
- Vraag de vertrouwenscontactpersoon om bij de start van het seizoen bij alle teams langs te gaan. De vertrouwenscontactpersoon kan dan zichzelf voorstellen en de gedragsregels oprispen.
- Geef **regelmatig aandacht** aan veiligheid en omgangsvormen in bijvoorbeeld de nieuwsbrief of het blad. Zet er altijd bij waar leden terecht kunnen met klachten.
- Communiceer via de website wie de vertrouwenscontactpersoon is en wat de werkwijze is.
- Hang posters over de gedragsregels op in de kleedkamers, de kantine en de hal.
- Deel een gadget uit met de contactgegevens van de vertrouwenscontactpersoon, bijvoorbeeld een sticker.
- Organiseer een informatieavond voor ouders over het beleid en de gedragsregels. Koppel dit eventueel aan een informatieavond over trainingen en competities.
 - Deel een folder uit over het beleid, de gedragsregels én het telefoonnummer van de vertrouwenscontactpersoon.
 - Zorg dat de vertrouwenscontactpersoon ook schriftelijk bereikbaar is (bijvoorbeeld Whatsapp of e-mail).
 - Geef kinderen en ouders een visitekaartje mee met naam, telefoonnummer en e-mailadres van de vertrouwenscontactpersoon.
 - Geef elk jaar aandacht aan het onderwerp in het jaarverslag.

Voorlichting helpt vervolgens om het breder bekend te maken. **Sociale media** kunnen hierbij helpen.

- **Verplichtingen voor een sociaal veilige club**
- **Social media op de club**
- **Communicatietips voor de vertrouwenscontactpersoon**

— Leer grensoverschrijdend gedrag herkennen

NOC*NSF biedt sportbegeleiders **de training Herkennen van grensoverschrijdend gedrag**. In deze training kunnen clubkaderleden meer leren over grensoverschrijdend gedrag en wat het inhoudt. Door kaderleden te stimuleren deze training te volgen, wordt het voor steeds meer mensen op de club duidelijk waar zij op moeten letten en wanneer het goed is om een melding te maken. Voor startende trainer-coaches is er de **e-learning Een Beetje Opvoeder**, waar ook het herkennen en voorkomen van grensoverschrijdend gedrag wordt besproken en hoe je als trainer-coach hiermee om kan gaan.

- **Training Herkennen en voorkomen van grensoverschrijdend gedrag**
- **E-learning Een Beetje Opvoeder**

— Maak leden actief

Je maakt leden actief door ze te laten meedenken en ze een taak te geven. Denk aan:

→ [Ga naar het Centrum Veilige Sport Nederland](#)

▪ Gebruik een positieve boodschap

Een positieve boodschap werkt beter dan een negatieve boodschap. Vertel dat de inzet is dat iedereen met plezier kan sporten. Vraag wie van je leden en vrijwilligers hieraan mee wil werken. Betrek leden bij de risicoscan en geef terug wat eruit is gekomen. Vraag mensen om zelf met ideeën te komen wat er beter kan. Is de parkeerplaats bijvoorbeeld goed verlicht? Zijn er plekken waar mensen zich onveilig voelen? Extra tip: Schrijf een wedstrijd uit. Zeg toe als bestuur dat het beste idee uitgevoerd wordt.

▪ Geef kinderen en jongeren een rol

Geef de kinderen en jongeren op de club een rol. Bijvoorbeeld bij het organiseren van een informatieavond of het opstellen van gedragsregels. Luister naar hun wensen. Het mes snijdt zo aan twee kanten. Ze kennen het beleid en ze weten wat de regels zijn als ze later zelf begeleider worden. Veel kinderen die op jonge leeftijd bij een sportclub beginnen, worden immers later zelf begeleider en soms zelfs bestuurslid.

▪ Vraag leden en ouders persoonlijk

Veel leden en ouders willen zich best inzetten voor de sportclub. Spreek ze persoonlijk aan als je aan de slag gaat met de preventie van grensoverschrijdend gedrag. Vraag wat hun talenten en voorkeuren zijn. Geef ze de ruimte om op hun eigen manier bij te dragen aan een veilige club.

▪ Bedank actieve leden en ouders

Bedank de leden die hebben bijgedragen. Dat kan met een spontaan applaus, bijvoorbeeld tijdens een borrel op de sportclub. Of reik een oorkonde uit met een persoonlijk tintje en enige humor. Veel leden en ouders zetten zich met plezier in voor een veilige sportclub en hoeven daar niets voor terug. Toch is het leuk om een bedankje te krijgen. Dit kan ook helpen om nieuwe leden te activeren.

Stap 4. Wat spreken we af?

Als sportclub kan je, door goede en heldere afspraken te maken, veel duidelijkheid creëren over de omgangsnormen. Zo weten leden, vrijwilligers en andere betrokkenen waar de club voor staat. Maar goede afspraken nemen ook twijfels weg. In deze stap wordt stilgestaan bij die afspraken én hoe je ze kunt communiceren.

— Afspraken over gedrag en concrete maatregelen

Het uitgangspunt zijn de door de bond opgestelde gedragscodes. De bond is verplicht deze gedragscodes op te hebben genomen in het beleid en zijn altijd afgeleid van de door NOC*NSF opgestelde **gedragscodes**.

Maar, iedere sport en iedere club is anders en dat betekent dat je, naast het overnemen van de geldende gedragscodes, ook eigen gedragsregels kunt formuleren. Door de **gedragscode en -regels** zelf af te stemmen met het bestuur, de vrijwilligers en de leden zorg je voor een groter draagvlak én krijg je de zekerheid dat de regels passen bij de sportomgeving.

Concrete maatregelen

Het bestuur kan concrete maatregelen nemen om de veiligheid binnen de sportclub te vergroten, door bijvoorbeeld gebruik te maken van het vier-ogenprincipe. Dat betekent dat een volwassene altijd moet kunnen meekijken of meeluisteren met een trainer-coach of vrijwilliger.

Check ook de veiligheid van het sportterrein. Hoe staat het met de verlichting? Zijn er delen van het terrein waar sporters zich onveilig voelen? Maak afspraken met de gemeente over de verlichting. Zorg dat één bestuurslid hiervoor verantwoordelijk is.

→ [Gedragscodes NOC*NSF](#)

→ [Gedragsregels opstellen als club](#)

— Zorg voor sportbegeleiders van onbesproken gedrag

Natuurlijk wil je als bestuur dat de sportbegeleiders van onbesproken gedrag zijn. Er zijn vier stappen voor het aanstellen van betrouwbare sportbegeleiders (betaald/vrijwilliger).

- Vraag aan alle sportbegeleiders, vrijwilligers en bestuursleden om een VOG (Verklaring Omtrent Gedrag). In het gesprek kun je aangeven waarom dit belangrijk is. Je kan ook gebruik maken van **de voorbeeldbrief** om aandacht te vragen voor een VOG onder vrijwilligers. **Voor sportclubs is het aanvragen van een VOG gratis**.
- **Check referenties** bij sportclubs waar de sollicitant actief was. Doe dit niet alleen bij het bestuur, maar ook bij een sportend lid of sportouders van de vorige sportclub van een sollicitant.
- Vraag alle vrijwilligers en betaalde krachten om hun handtekening te zetten onder het tuchtrecht. Dit schept duidelijkheid en maakt dat je iemand kan aanspreken op grensoverschrijdend gedrag.
 - Leden van de club zijn via hun lidmaatschap gebonden aan de bond en daarmee aan het sporttuchtrecht. Zij hoeven deze verklaring dus niet te ondertekenen; dat hebben zij al gedaan in het lidmaatschapscontract.
 - Let erop dat óók in de overeenkomst met begeleiders en trainer-coaches die worden ingehuurd, aangesteld of niet onder de sportbond vallen, de onderwerping aan tuchtrecht zijn opgenomen.
- Laat ook **de gedragscode en -regels** ondertekenen door de sportbegeleiders. Eventueel kan je één verklaring maken met zowel de onderwerping aan het tuchtrecht als de gedragsregels.

→ [Meer over het aanvragen van een VOG](#)

→ [Voorbeeldbrief VOG aanvraag](#)

→ [Voorbeeldbrief ondertekenen gedragscode](#)

→ [Referenties opvragen](#)

— Informeer leden en ouders

Ook leden én ouders van jeugdleden moeten de afspraken van de sportclub kennen. Zet de visie en gedragsregels bijvoorbeeld in de welkomstmail naar nieuwe leden en hun ouders. Of geef ze mee als iemand lid wordt.

Besteed er regelmatig aandacht aan via nieuwsbrieven en social media. Deel de regels uit bij de eerste kennismaking van leden/ouders met de sportclub. Je kunt je leden ook de **gedragscode en --regels** laten ondertekenen. Laat ouders die vrijwilliger zijn sowieso de **onderwerping aan het tuchtrecht** ondertekenen.

→ [Lees meer over de gedragscodes en -regels](#)

Stap 5. Hoe houden we elkaar scherp?

Het is belangrijk om een thema als sociale veiligheid regelmatig weer terug onder de aandacht te brengen. Zo blijven leden en vrijwilligers goed op de hoogte van het onderwerp en blijven jullie samen werken aan het voorkomen van grensoverschrijdend gedrag. Je kan het onderwerp als terugkerend agendapunt van de algemene ledenvergadering benoemen. Maar er zijn nog andere stappen die je kunt doorlopen.

— Wat werkt en wat niet?

Als bestuur wil je weten of jullie inzet werkt. Dat kan door te monitoren hoe de maatregelen uitpakken. Hoeveel is jullie beleid al uitgevoerd?

Met deze scan kun je elk jaar nagaan of je beleid nog leeft. Op welke punten staat je sportclub sterk? En waar is extra aandacht nodig? De scan kun je samen met de vertrouwenscontactpersoon uitvoeren. Door sportbegeleiders, leden en ouders erbij te betrekken, krijgen jullie verschillende perspectieven in beeld. Werken de nieuwe afspraken voor het aanstellen van vrijwilligers? Moet er een opfriscursus komen voor trainers? Worden er gedragsregels afgesproken in de teams?

→ [Checklist voor beleid en communicatie](#)

— Herhaal elk jaar de voorlichting

Geef elk jaar opnieuw voorlichting over hoe jullie sportclub grensoverschrijdend gedrag aanpakt. Wat is de visie van de sportclub en welke afspraken zijn er gemaakt? De voorlichting kun je bijvoorbeeld geven via een informatieavond, posters, de website van de sportclub, de nieuwsbrief en/of social media.

→ [Meer over de basiseisen sociale veiligheid](#)

— Investeer in sportbegeleiders en trainer-coaches

Sportbegeleiders en trainer-coaches spelen een centrale rol in de positieve sportcultuur binnen de sportclub. Zij zetten de toon en zijn pedagogisch betrokken bij sporters. Ze grijpen in als er tussen sporters grensoverschrijdend gedrag voorkomt. Ze hebben bovendien een voorbeeldfunctie. Startende trainer-coaches kunnen de e-learning **Een Beetje Opvoeder** volgen. Voor meer ervaren trainer-coaches zijn er andere e-learnings of opleidingen beschikbaar. Bijvoorbeeld via de sportbond of de **Academie voor Sportkader**.

Sta hier met het bestuur bij stil op vaste tijden van het jaar, bijvoorbeeld aan het begin van het seizoen of na de winterstop.

→ [Ga naar Een Beetje Opvoeder](#)
→ [Bekijk meer opleidingen via de Academie voor Sportkader](#)