

GHID RAPID PENTRU SPORTIVI ȘI PĂRINȚI

SIGURANȚA TA ÎN ATLETISM

Sport sigur, respect și performanță curată

Performanța și medaliile nu justifică niciodată frica, umilința sau violența.

1 Ce este Safe Sport? Un sport în care ești protejat.

Ai dreptul la demnitate și respect

Antrenorii și oficialii trebuie să te trateze cu respect, să te asculte și să îți ofere un mediu sigur.

Limitele și sănătatea ta contează

Limitele fizice și emoționale trebuie respectate. După accidentări, ai dreptul la recuperare medicală corectă.

2 Comportamente STRICT INTERZISE

Umilirea și jignirile

Jigniri, umilințe, porecle degradante sau comentarii care te fac să te rușinezi de corpul tău (body shaming).

Violența și pedepsele fizice

Pedepse fizice, epuizare forțată ca pedeapsă sau „demonstrație”, privare de apă ori hrană.

Abuzul sexual și mesajele secrete

Avansuri sexuale, mesaje secrete pe rețele sociale sau solicitarea de fotografii intime.

Încălcarea intimității

Încălcarea intimității în vestiare și cazarea minorilor fără supraveghere adecvată.

3 • Regula de aur: „Regula celor două persoane”

Un adult nu rămâne singur cu un minor într-un spațiu închis: cameră de hotel, vestiar, cabinet de masaj cu ușa închisă sau autoturism. Activitățile se desfășoară transparent, cu un alt adult responsabil prezent.

4 • Cere ajutor. Poți vorbi despre ce ți se întâmplă.

Contact FRA • Ofițer Național: Mihai Donisan

safeguarding@fra.ro

Contact independent alternativ • Catinca Nițu

catincamaria19@gmail.com

Informații și acces la raportarea online

fra.ro/atleti/safeguarding

Raportează cu bună-credință. Represaliile nu sunt acceptabile. Legea nr. 361/2022 protejează avertizorii care îndeplinesc condițiile legale, inclusiv obținerea informațiilor într-un context profesional.

119

Ajutor pentru copii

Abuz, neglijare, violență
Gratuit • 24/7

112

Urgență imediată

Pericol pentru viață
sau siguranță

Nu este vina ta. Dacă ceva te sperie sau te face să te simți nesigur, spune unui adult de încredere și cere ajutor.