



Välkommen till Sofia Gymnastikförening



Rörelseglädje och gemenskap

Sofia Gymnastikförening är en av Stockholms största gymnastikföreningar. Vår huvudverksamhet är trupp gymnastik och vi erbjuder träning från 5 års ålder och uppåt.

I Sofia GF står rörelseglädje och gemenskap i fokus. Hos oss får alla delta och utvecklas efter sina egna förutsättningar genom träning, tävling, uppvisning och sociala aktiviteter.

Vi erbjuder en trygg träningsmiljö där gymnasterna ges eget inflytande och ansvar. Träningen och gruppindelningen anpassas efter ålder och ambition, samt i de äldre tävlingsslagen även efter kunskapsnivå, för att bäst främja den individuella utvecklingen.

Sofia GF har ett aktivt värdegrundsarbete som inkluderar gymnaster, ledare, vårdnadshavare och styrelse. Detta innebär bland annat att vi har:

- Trygga och säkra träningar som följer Riksidrottsförbundets och Gymnastikförbundets riktlinjer.
- Engagerade och utbildade ledare.
- Löpande kommunikation om verksamheten till våra medlemmar.
- En styrelse och anställda som strävar efter att ständigt utveckla föreningen och verksamheten med gymnasternas bästa i fokus.



Samarbete

Sofia GF är en ideell förening som drivs av och med våra medlemmar. Punkterna nedan sammanfattar våra förväntningar på ledare, gymnaster och vårdnadshavare. Genom att samarbeta blir vi bättre!

Ledare

- Du är en god förebild och representant för föreningen.
- Du närvarar aktivt på träningarna och bidrar till en god gemenskap.
- Du vet vilka regler och licenser som gäller vid träning samt deltar i internutbildningar, ledarträffar och på föreningens arrangemang.

Gymnast

- Du närvarar aktivt på din grupps träningstillfällen.
- Du kommer förberedd och i tid till träning och andra föreningsaktiviteter.
- Du lyssnar på ledare samt följer instruktioner och regler.
- Du är en schysst kompis både i och utanför hallen, och peppar dina lagkompisar.
- På sociala medier är alla i gruppen välkomna och behandlas med respekt.

Vårdnadshavare

- Du är involverad i ditt barns idrott och ser till att hen kommer förberedd och i tid till träning och andra föreningsaktiviteter.
- Du hjälper ditt barn att planera sin tid för både skolarbete och träning.
- Du föregår med ett gott exempel och är vänlig mot barn, vårdnadshavare och ledare som du möter i hallen, i anslutning till föreningens aktiviteter och på sociala medier.
- Du är delaktig i ditt barns utveckling genom att ha en dialog med ledarna samt att du deltar på eventuella utvecklingssamtal och föräldramöten.
- Du har förståelse för att ditt barn idrottar i en ideell förening och hjälper till vid föreningens aktiviteter.
- Du läser information från föreningen och ser till att besvara förfrågningar och kallelser i tid.

Vår värdegrund bottnar i FN:s konvention om barnets rättigheter samt Riksidrottsförbundets och Bris initiativ för en tryggare barn- och ungdomsidrott, "Barnens spelregler".

Barnkonventionen

- Artikel 2: Alla barn är lika mycket värda och har samma rättigheter. Ingen får diskrimineras.
- Artikel 3: Vid alla beslut som rör barn ska i första hand beaktas vad som bedöms vara barnets bästa.
- Artikel 6: Barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling.
- Artikel 12: Barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Hänsyn ska tas till barnets åsikter, utifrån barnets ålder och mognad.

Barnens spelregler

- Alla barn är lika mycket värda, och ska behandlas med respekt.
- Alla barn har rätt att träna och utvecklas på sina villkor.
- Alla barn har rätt till stöttande vuxna.
- Inget barn ska bli utsatt för sexuella övergrepp.
- Inget barn ska bli utsatt för våld.
- Inget barn ska bli utsatt för mobbning eller trakasserier.
- Alla barn har rätt att känna sig delaktiga i sin förening.

