

# Öppen mångfald

Rekommendationer för ömsesidig respekt i träningen



Svenska Budo & Kampsportsförbundet

# Öppen mångfald



[www.budokampsport.se](http://www.budokampsport.se)

# Öppen mångfald

Rekommendationer för  
ömsesidig respekt i träningen



Svenska Budo & Kampsportsförbundet

**Svenska Budo & Kampsportsförbundet** är ett specialförbund inom RF (Riksidrottsförbundet) som hyser en lång rad österländska och andra kampsporter. Förbundet bildades 1960.

*Omslagsbild:* Uppvisning i den kinesiska kampkonsten wushu vid Kampsportsgalan 2011. Foto: Hamid Shokatyan.

*Sida 1:* Sverigeläger i aikido. Foto: Per-Ola Olsson.



**[budokampsport.se](http://budokampsport.se)**

**Öppen mångfald. Rekommendationer för ömsesidig respekt i träningen**

Redaktörer: Stefan Stenudd och Daniel O. Norrgård.

© Svenska Budo & Kampsportsförbundet, 2011

Grafisk form: Stefan Stenudd

Svenska Budo & Kampsportsförbundet, Stockholm

Tryckt hos ScandinavianBook, Århus

ISBN 978-91-7894-049-3 (Arriba)

# Innehåll

## **Öppen mångfald**

Inledning 8

Förbundets arbetssätt 11

Träning 20

Seder och etikett 26

Klädsel 33

Faciliteter 42

Tävling 47

Träning utomlands 56

Föreningens första plikt 64

**SB&K:s etiska normer 66**

**Idrotten vill 71**

**FN:s Barnkonvention 75**

**Diskrimineringsgrunderna 82**

**Svenska Budo & Kampsportsförbundets strävan är att alla som vill utöva våra idrotter ska kunna göra det, med ömsesidig respekt och under säkrast möjliga former.**

*Fastställt 2011-06-04.*

## **Remiss**

Öppen mångfald har utarbetats av SB&K:s förbundsstyrelse och skickats på remiss till samtliga underförbund, SB&K:s juridiska nämnd, RF, Setterwalls Advokatbyrå, samt följande organisationer:

Barnombudsmannen

DHR

Diskrimineringsombudsmannen

Islamiska förbundet

JK

JO

Judiska Centralrådet

Katolska kyrkan

Pingströrelsen

RFSL

RFSU

SOKU, Syrisk-ortodoxa Kyrkans Ungdomsförbund

Svenska Kyrkan

Sveriges Muslimska råd

Inkomna remissvar har vägts in i dokumentets slutliga version.



*Kampsportsträning på klubben Fenix i Helsingborg. Foto: Sophia Sjölin.*

# Inledning

## **Idrott för alla**

I enlighet med idrottsrörelsens verksamhetsidé, fastställd av Riksidrottsförbundet, vill vi i Svenska Budo & Kampsportsförbundet (SB&K) på alla nivåer bedriva våra idrotter så att de utvecklar människor positivt såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt. Därför ska alla som vill, oavsett kön, könsidentitet eller könsuttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, sexuell läggning, ålder, social bakgrund, samt fysiska och psykiska förutsättningar, få vara med i vår föreningsdrivna idrottsverksamhet. Mångfald och möten mellan människor med olika bakgrund och erfarenhet är en stor tillgång i vårt förbund.

## **Tradition**

Våra idrotter har sina ursprung i många olika delar av världen, vilket vi sätter ett särskilt värde i att respektera och hålla levande. De flesta av våra idrotter har en historia som sträcker sig hundratals, ibland tusentals år tillbaka. Också detta är något som vi önskar ska genomsyra utövandet och ge våra medlemmar lärorika perspektiv.



## **Säkerhet**

All idrottsutövning innebär ett visst mått av risk, som kan hållas nere men inte helt uteslutas. I budo och kampsport är det särskilt angeläget att ombesörja största möjliga säkerhet för deltagarna. Bara när en allvarsam omsorg om säkerheten styr vår verksamhet kan skaderisken hållas på nuvarande låga nivå och bara genom att fortsätta med säkerheten i centrum kan vi finna lösningar för att ytterligare sänka skaderisken.

## **Gemenskap**

Våra idrotter betraktas som individuella, eftersom de inte är direkta lagsporter. Dock är den gemensamma aktiviteten med omsorg om alla deltagares utveckling och glädje precis lika angelägen som i lagsporter. Våra idrotter utövas i en anda av ömsesidighet, där alla deltar likvärdigt i ansvaret för samtligas gagn.

## **Respekt**

För att upprätthålla en hög säkerhet och för att värna om de traditioner som våra idrotter utgår ifrån och alltjämt bär med sig, är respekt av fundamental betydelse. Denna respekt omfattar:

- träningskamrater, så att idrotten kan utövas med ömsesidig omsorg,

- instruktörer, så att deras kunskaper är vägledande för hur idrotten utövas tillförlitligt,
- föreningen, så att medlemmarnas delaktighet och välmående är riktmärke, och
- idrotten, så att dess kulturbärande innehåll och ideal omhändertas.

Det är med värnande om denna mångfaldiga respekt som våra idrotter fortsätter att utveckla människor positivt, såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt.

## **Målsättning**

Det ovanstående sammanfattar vi i följande målsättning:

**Svenska Budo & Kampsportsförbundets strävan är att alla som vill utöva våra idrotter ska kunna göra det, med ömsesidig respekt och under säkrast möjliga former.**

# Förbundets arbetssätt

## Underförbunden

Svenska Budo & Kampsportsförbundet (SB&K) är organiserat i ett antal underförbund, som administrerar själva idrotterna och därför styr över alla aspekter av den rent idrottsliga verksamheten. Det är också hos dessa som de gedigna och aktuella kunskaperna om respektive idrott finns.

Av dessa skäl kan SB&K endast formulera rekommendationer för hur verksamheten ska bedrivas i de olika idrotterna. Underförbunden avgör själva hur de ska förhålla sig till dessa rekommendationer, och hur de eventuellt önskar modifiera dem för att passa den egna verksamheten – inom ramen för SB&K:s samt Riksidrottsförbundets stadgar.

## Distrikten

SB&K:s distriktsförbund är skyldiga att följa vad förbundets stadgar säger om deras organisation och verksamhet. Därför bör de eftersträva att ställa sig bakom dessa rekommendationer i sin helhet och verka för att de följs i den egna verksamheten.

Däremot har de lika lite som SB&K rätt att ålägga underförbunden eller föreningarna inom det egna distriktet att följa rekommendationerna vad gäller själva idrottsutövningen.

## **Föreningarna**

Den svenska föreningsfriheten innebär att föreningarna anslutna till SB&K är autonoma och själva avgör hur de väljer att följa förbundets rekommendationer. Detta är i enlighet med idrottsrörelsens demokratiska principer.

Vissa grundläggande villkor, formulerade i SB&K:s eller Riksidrottsförbundets stadgar och regelverk, måste uppfyllas av föreningar som önskar vara medlemmar i vårt förbund. Dessa krav är och skall vara behärskade och uppenbart motiverade. Detaljstyrning därutöver bör undvikas, så att föreningarna är garanterade friheten att utforma sin verksamhet som de själva i sina egna demokratiska beslut finner bäst.

Därför är SB&K förhindrat att utforma annat än rekommendationer för sådant som inte enligt idrottsrörelsens principer måste eller bör regleras. Dessutom, där det närmast berör hur våra idrotter utövas hos föreningarna är det underförbunden för dessa som framställer eventuella specifikationer och krav.

## Medlemmarna

Medlemmarna i SB&K:s alla föreningar är hela verksamhetens kärna. I sina föreningar fattar de gemensamt beslut i gängse demokratisk ordning om hur verksamheten på föreningen ska bedrivas och vilka regler som ska gälla. Föreningen består av och är till för sina medlemmar.

Dess beslut och regler har alla medlemmar i föreningen att följa, vilket bör klargöras även för nya medlemmar vid deras inträde. De bör då tydligt upplysas om vilka regler som gäller, eller var de står att finna. Att bli medlem i en förening innebär att man accepterar dess stadgar, regler och beslut vad gäller föreningens verksamhet, men också att man därmed har samma demokratiska möjligheter som alla andra medlemmar i föreningen att göra sin röst hörd och påverka dess beslut.

Alla som respekterar detta ska vara välkomna som medlemmar i föreningen och i hela verksamheten behandlas likvärdigt, oavsett kön, könsidentitet eller könsuttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, sexuell läggning, ålder, social bakgrund, samt fysiska och psykiska förutsättningar. Ej heller andra för verksamheten oväsentliga personliga omständigheter ska påverka hur medlemmen bemöts i föreningen.

En medlem har att rätta sig efter föreningens regler och ordning för verksamheten, men föreningen bör vara lyhörd för enskilda medlemmars behov och i möjligaste mån an-

passa verksamheten så att alla som vill delta i den ska kunna göra det utan onödiga personliga eftergifter.

Medlemmarnas direkta demokratiska inflytande gäller i första hand på deras föreningar. Därför ska SB&K vara återhållsamt med beslut och regler som kan träda in mellan medlemmarna och deras förening, på sådant sätt att deras egen demokratiska beslutsprocess sätts ur spel. Beslut som gäller föreningsmedlemmars verksamhet på den egna föreningen ska i största möjliga utsträckning fattas inom föreningen.

## **Barn**

SB&K, såsom hela idrottsrörelsen, ansluter sig till FN:s Barnkonvention, som reglerar barns rättigheter. Med barn menas där personer som inte nått myndig ålder, alltså i Sverige fram till 18 års ålder. Inom idrotten finns andra åldersindelningar, som anpassar verksamheten efter de växande barnens förändrade behov och förmågor, men det får på inget sätt inkräkta på de rättigheter som Barnkonventionen stipulerar.

Barnkonventionens grundprincip är att all aktivitet där barn involveras ska utformas för deras eget bästa. Det är inte alltid lätt att avgöra men samtliga vuxna i verksamheten åläggs att noga begrunda detta i samtliga situationer där barn deltar. Det innebär också att verksamheten ska ske med stor lyhördhet för de behov som barnen uttrycker såväl direkt som indirekt, tydligt eller antytt.



*Barnträning på Iyasaka Aikidoklubb, Stockholm. Foto: Magnus Hartman.*

I barnens rättigheter ingår hänsyn till såväl deras fysiska förutsättningar som deras mentala välmående, utveckling och uttryck. De har rätt till en verksamhet som är berikande och stimulerande för dem. Det är också av yttersta vikt att hänsyn tas till dem som individer, så att var och en får den uppmärksamhet och de möjligheter de har behov av.

Redan i hur man gör verksamheten tillgänglig råder stor skillnad på barn och vuxna. För att barnen ska ha reell tillgång behöver verksamheten vara uppsökande och i mesta möjliga mån utformas så att barn som så önskar ska kunna delta. Verksamhet specifikt avsedd för barn bör ha så få begränsningar som möjligt vad gäller villkor för deltagande.

Idrottsrörelsens demokratiska process ska utformas så att även barnens åsikter får komma till uttryck och bidrar till att bestämma verksamheten. De ska vara delaktiga i förningslivet efter sina förutsättningar, även utanför själva idrottandet.

En väsentlig skillnad mellan barn och vuxna är att de förra alltid befinner sig i beroendeförhållande till de senare. Därför är det ytterst angeläget att inte ställa oskäligen krav på dem eller begära omfattande prestationer av dem, vare sig i träning, tävling eller andra aktiviteter.

Barn är utsatta när det gäller gruppträck och mobbning.



Viss form av idrottsutövning kan ha den önskade effekten att väcka sådant, vilket med kraft måste motverkas av de vuxna i verksamheten. Barn kan inte förväntas att undvika, hantera eller lösa sådana situationer själva.

Även vad gäller andra former av övergrepp har barnen små möjligheter att värna sig själva, varför det är de omgivande vuxna som ska ha noga uppsikt över verksamheten och skyndsamt agera när de får signaler på att barn kan vara eller kan komma att bli utsatta för övergrepp.

Det är i alla delar av verksamheten de deltagande vuxnas ansvar att barnens rättigheter tillvaratas.

## **Rekommendationernas efterlevnad**

Det är SB&K:s förhoppning att samtliga som är involverade i verksamheten ska vara lyhörda för de synpunkter som framförs här och göra sitt bästa för att följa rekommendationerna, eller utarbeta egna riktlinjer som är följ samma med innehållet i detta dokument.

## **Regelverk utanför idrotten**

Även om idrottsrörelsen har sina egna organisationer och regelverk är den inte isolerad från det övriga samhället och måste följa de regler och lagar som där gäller. Idrottsrörelsens organisationer bör också medverka till att för-

verkliga de mål som på demokratisk väg har formulerats i vårt samhälle, där dessa på något sätt berör den idrottsliga verksamheten och dess former.

Vad gäller de frågor som behandlas i detta dokument är det närmast Diskrimineringslagen som har relevans och bör beaktas, likaså den praxis av denna lag som sker i domstolarna och hos myndigheter. Vad gäller omyndiga personer anknyter detta dokument till FN:s Barnkonvention och vad gäller alla åldrar utgör principerna om de mänskliga rättigheterna grunden.

SB&K:s rekommendationer ersätter inte på något sätt de samhälleliga reglerna och lagarna, ej heller presenterar de en tolkning som är det minsta förpliktigande för svenska domstolar. Dock har de utformats efter vad så långt SB&K kunnat utröna är samstämmigt med dessa regler och lagar, samt deras intentioner.

## **Uppföljning**

Detta dokument har skickats på remiss till samtliga SB&K:s underförbund och reviderats med stor hänsyn till deras synpunkter. Vi har också inhämtat yttranden och synpunkter från flera andra organisationer, exempelvis några centrala religiösa samfund, Diskrimineringsombudsmannen, RFSL, DHR, Barnombudsmannen, samt Riksidrottsförbundets sakkunniga.

Det är SB&K:s ambition att även framledes inhämta synpunkter på dessa aspekter av verksamheten och detta dokumentets innehåll, så att det vid behov kan revideras eller kompletteras. Vi lever i en föränderlig värld, som kräver särskild lyhördhet angående många av de aspekter som berörs i detta dokument. SB&K bör därför regelbundet se över dokumentet för att garantera att det bevarar sin aktualitet och relevans.

*Förbundsstyrelsen  
Svenska Budo & Kampsportsförbundet*

# Träning

## Ömsesidig utveckling

Träning i budo och kampsport kännetecknas av samarbete för ömsesidig utveckling, där det åligger samtliga tränande att anpassa sig till varandras förutsättningar under träningens förlopp. De som tränar med varandra ska alltid göra detta i samförstånd, värnande om varandras välmående. Det åligger instruktören att leda träningen så att samtliga deltagare kan genomföra den med glädje och gott utbyte av den.

Det är sällan nödvändigt att exkludera medlemmar från träningspass eller delar av dem. Om så sker ska det vara till deras gagn, exempelvis genom att de hänvisas till träningspass utformade efter deras färdighetsnivå, deras önskemål om träningsinriktning, eller förutsättningar avhängiga av deras ålder.

Oavsett hur medlemmarna eventuellt delas in i grupper i den ordinarie verksamheten ska den vara så utformad att samtliga får utbyte av sitt medlemskap. Det är också angeläget att verksamheten har inslag där alla medlemmar kan mötas.

## Kön och sexuell läggning

SB&K sätter stort värde i att våra idrotter tränas av män och kvinnor tillsammans, på lika villkor. Härigenom är budo och kampsport föredömen i idrottsrörelsen.

Det kan ändå hos tränande förekomma önskemål om köns-segregerad träning, för att de av olika skäl känner sig förhindrade att träna tillsammans med det motsatta könet.

Det måste respekteras men det betyder inte att föreningar är ålagda att åstadkomma sådan träning, varken genom att dela upp befintliga grupper eller skapa nya tränings-tillfällen exklusivt för det ena eller andra könet. Ändå kan en förening finna anledning att anordna könsspecifik träning för att därmed ge möjlighet till träning åt grupper som annars svårligen skulle kunna delta och just därför är särskilt angelägna att nå med vår verksamhet.

Det står föreningar fritt att efter eget gottbefinnande arrangera sådan träning i en eller annan omfattning, men det kan inte krävas av dem på annat sätt än via demokratiskt beslut i den egna föreningen.

Den könsintegrerade träningen ska vara jämställd, där hänsyn visas gentemot varje deltagares förutsättningar och behov.

Sexuell läggning ska självklart inte ha någon inverkan på träningen och dess utformning, varken så att den förutsätts

vara av viss art eller att jargong och annat på träning förmedlar en nedsättande attityd till viss sexuell läggning.

## **Ålder**

Budo och kampsport tränas alltifrån småbarnsåren till långt upp i ålderdomen, vilket är av stort värde i våra idrotter. Därför ska träningen anpassas så att detta fortsätter att vara möjligt till samtliga deltagares belåtenhet och efter deras förutsättningar.

I hög grad tränar unga och gamla tillsammans. Även detta är av högt värde för verksamheten och deltagarna, samt ett föredöme i idrottsrörelsen. Det är därför av stor vikt att träningen utformas så att detta upprätthålls och uppmuntras hos deltagarna. Träning i budo och kampsport ska befrämja ett möte och utbyte mellan generationerna.

Vad gäller barn är det av yttersta vikt att träningen anpassas efter deras förutsättningar och behov, såväl individuellt som i förhållande till deras ålder. Där vuxna och barn tränar tillsammans är det alltid de vuxnas ansvar att det sker så att barnens bästa bestämmer villkoren, såväl vad gäller deras hälsa och välmående som deras utveckling och glädje.



*Träning i Järfälla Aikidoklubb. Foto: Magnus Hartman.*

## **Funktionsnedsättning**

Träning i budo och kampsport har alla förutsättningar att följsamt kunna anpassas efter eventuella funktionsnedsättningar, så att medlemmar kan delta med fullgott utbyte oavsett deras förutsättningar. Därför finns det sällan anledning att avskilja personer med funktionsnedsättning från inslag i träningen. Om det ändå av någon anledning måste göras ska det ske i lyhört samförstånd med dessa personer, där de har möjlighet att föreslå alternativ.

Funktionsnedsattas erfarenheter i träningen och den anpassning som däri sker är lärorikt och givande för hela gruppen.

## **Etnisk tillhörighet**

SB&K:s idrotter har en rik representation av många etniska grupper, från nybörjare till de mest erfarna och framgångsrika utövarna. Dessutom är våra idrotters ursprung från många olika kulturer i världen, vilket de fortsätter att getyddligt uttryck för i den vardagliga träningen.

Denna spännvidd är en av de största tillgångarna i SB&K:s verksamhet. Människor med mångskiftande bakgrund träffas, tränar tillsammans och skapar vänskapsband. Detta är så välgörande för såväl medlemmarna själva som samhället i stort att inga hinder ska accepteras för denna process.



I träningen är det därför viktigt att stor hänsyn tas till de olika förutsättningar som kan gälla för medlemmarna, exempelvis vad gäller språkkunskaper. Det är också angeläget att erfarenheter som medlemmar kan ha med sig från andra verksamheter och andra kulturer tas tillvara på ett konkret sätt.

## **Religion**

Religion har inte någon inverkan på våra idrotters träningsformer, eftersom de inte har eget religiöst innehåll. I stället är det en stor tillgång att här kan alla tillsammans delta likvärdigt, oavsett deras religion eller trosuppfattning.

# Seder och etikett

## Traditioner

Flera av SB&K:s idrotter har mångåriga seder och traditioner, som är väsentliga delar av dessa idrotter. Dit hör bland annat etikettsregler, som ofta är direkt hämtade från de kulturer där idrotterna har sitt ursprung.

Exempelvis förekommer i budoarterna flitiga bugningar – vid inträde i träningslokalen, gemensamt vid träningens start och slut, med träningspartnern vid varje övnings inledning, och så vidare. Dessa bugningar utförs av alla deltagare i enlighet med seden i den specifika idrotten. Avsteg från detta anses ytterst respektlöst.

Vad bugningarna representerar, förutom idrotternas tradition, är hövlighet och respekt för de medtränande, vilket är angeläget för att skapa ömsesidig tillit i träningen.

Hövlighetsuttrycken har också en säkerhetsaspekt. Med bugningar och liknande markeringar visar de tränande tydligt för varandra när de är redo att börja och när de slutar. I våra idrotter är dylika tydliga markeringar nödvändiga för att upprätthålla en hög säkerhet i träningen.

Det är vanligt att olika uttryck för hövlighet gäller för instruktörer visavi medlemmar, seniorer visavi juniorer, samt i viss mån beroende på erhållen grad i idrotten. Även detta är förankrat i de seder som råder i idrotternas ursprungskulturer.

Flera av idrotterna har också tilltal som följer traditionen, särskilt vad gäller instruktören. I budoträning tilltalas instruktören ofta *sensei*, som betyder lärare. Andra termer med ungefär samma betydelse kan också användas, sammanlunda på andra språk i idrotter från andra länder. Att inte respektera detta i en förening som tillämpar sådant tilltal anses brista i respekt såväl mot instruktören som mot föreningens övriga medlemmar.

Överlag tränas budo och kampsport med stor omsorg om dylika seder och etikettsregler, som värnar om den ömsesidiga respekten. Det kan variera en del mellan idrotter och även från förening till förening hur dessa etikettsregler följs och omfattningen på dem – men det råder konsensus inom våra idrotter om deras betydelse.

## **Kön och sexuell läggning**

I SB&K:s idrotter gör etikettsreglerna och hövlighetsformerna ingen som helst skillnad på kön eller könsidentitet. Ålder, grad och position i föreningen kan göra viss skillnad i tilltal och andra etikettsregler, men aldrig kön. Det gäller med samma självklarhet personer med könsöverskridande identitet eller uttryck.

Det kan finnas personer som är ovilliga att bemöta män och kvinnor med identiska tilltal och samma grad av hövlighet, men i vårt förbund kan vi inte se något skäl att frånga detta. Våra idrotter är och ska vara jämställda. Detta markeras tydligt i etikettsreglerna, vilket är ytterligare en anledning att värna om dem.

De som önskar delta i våra förenings verksamhet ska alltså åläggas att följa de etikettsregler som råder där, utan att göra skillnad mellan könen.

Inte heller sexuell läggning ska medföra undantag från etikettsreglerna eller ändringar av inom idrotten rådande seder.

## **Ålder**

I de traditionella etikettsreglerna ingår ofta en skillnad i tilltal och hövlighetsformer beroende på ålder, så att yngre personer ska visa särskild hövlighet mot äldre. Skillnaderna är inte stora, men motsatt beteende vore ett grovt avsteg från traditionen. Dock är det ingen skillnad i ömsesidig respekt, som är oavhängig åldersskillnader.

Det normala i våra idrotter är att större skillnad i hövlighet än mellan åldrar görs vid olika erhållen grad i idrotten och i förhållande instruktör gentemot tränande. Även där ska dock alltid den ömsesidiga respekten vara likvärdig, oavsett sådana skillnader.

Det är angeläget att medlemmar i vår verksamhet får veta att skillnader i hövlighetsformer inte innebär någon skillnad i den ömsesidiga respekten. Oavsett ålder, grad och position i föreningen har alla samma rätt till respekt, värdighet och integritet.

Barn kan ha svårt att tillgodogöra sig våra idrotters etikettsregler och seder, i synnerhet de yngre och särskilt om de är vana vid andra seder. Mot detta ska visas stor hänsyn. Barns inläring ska få ta sin tid och tillkortakommanden på vägen ska bemötas med förståelse och tålamod. Inläringen ska även på denna punkt kännetecknas av lek och glädje.

## **Funktionsnedsättning**

Utövare med vissa funktionsnedsättningar kan vara oförmögna att använda de normala hövlighetsformerna, såsom exempelvis bugningar i enlighet med traditionen.

Det utgör inget hinder för att de ska kunna delta i verksamheten, eftersom etikettsreglerna sätter andan framför hur den uttrycks. Hövlighet och ömsesidig respekt kan visas på annat sätt, utan att det betyder något brott mot etikettsreglerna.

Föreningar som har medlemmar med funktionsnedsättningar av sådant slag att de inte förmår genomföra de

brukliga hövlighetsformerna kan tillsammans med dessa medlemmar komma överens om andra sätt att följa etikettsreglerna.

## **Etnisk tillhörighet**

Alla kulturer har sina seder och former för etikett. Ibland kan dessa vara annorlunda än de som tillämpas i budo och kampsport. För detta ska vi i vår verksamhet visa förståelse och tillmötesgående. Respekt och viljan att visa detta är universell, så formerna för hur det görs är sekundära. Det går alltid att finna lösningar för hur synbara skillnader går att förena med våra idrotters traditioner.

## **Religion**

Normalt sätter religion och andra trosuppfattningar inget hinder i vägen för de etikettsregler som förekommer i våra idrotter. Snarare brukar religioner innehålla förstärkta krav på att etikett och hövlighet uppfylls.

Vad som kan förekomma är att personer av religiösa skäl finner det svårt att genomföra vissa hövlighetsformer för att de är snarlika vad som ingår i deras religionsutövning och därför är reserverade för religiösa sammanhang. Här kan det vara svårt med en tydlig gränsdragning.

Det bör göras klart för alla utövare att inga av våra idrotters etikettsregler är av religiös natur. De rör hövlighet mel-



*Träning i iaido, japansk svärdskonst. Foto: Jöran Fagerlund.*

lan människor och respekt för traditionerna som är inslagna i idrotterna, men de har inget religiöst innehåll. Detta gäller också de bugningar mot träningslokalens huvudände (på japanska *shomen*), som förekommer i flera budoarter. Denna bugning är snarast ett sätt att med samling och allvar inleda eller avsluta ett träningspass.

I några av våra idrotter är det vanligt att ett porträtt på artens grundare hänger just i salens huvudände. Ändå är en bugning för detta porträtt endast ett uttryck av respekt för grundaren av idrotten, därmed för idrotten i sig, men inte alls med någon religiös överton.

För utövare av somliga religioner kan det ändå vara förenat med obehag att göra vissa bugningar. Det är då viktigt att de får utföra dem på sätt som skiljer från de religiösa motsvarigheterna. Så är redan fallet genom exempelvis att bugningarna i våra idrotter aldrig görs så djupt att någon del av ansiktet når golvet. Behövs ytterligare skillnader kan dessa diskuteras inom föreningen med de religiösa utövarna i fråga.



# Klädsel

## Träningsdress

Så gott som samtliga SB&K:s idrotter har strikta regler för klädsel vid utövning av idrotterna. Dessa regler har två huvudsakliga orsaker: tradition och säkerhet. Båda syftar till enhetlighet, varför det inom en idrott brukar vara ytterst små avvikelser i klädsel.

Traditionen väger tungt i många av våra idrotter vad gäller klädseln. Ofta är det plagg som har månghundraårig historia och ser likadana ut över hela världen när dessa idrotter utövas. Klädseln är därmed en identifierande och sammanhållande faktor för de flesta av våra idrotter. Det gäller ofta även klädesplaggens färger.

Säkerhetsaspekter har i regel varit inkluderade från början även vid klädsel av äldre ursprung. Exempelvis är de flesta munderingar i våra idrotter av tyg och saknar hårda delar. De är även i övrigt utformade så att de ska utgöra ringa risk i idrottsutövningen i fråga. Avsteg från den regelmässiga klädseln behöver därför först begrundas utifrån säkerhetsaspekterna.

Angående säkerheten ska understrykas att den inte bara gäller utövaren själv, utan också träningskamraterna. De kan utsättas för ökade risker när de tränar med någon som har olämplig klädsel. I vissa fall kan deras skaderisk till och med vara större än för den som bär olämpliga plagg. Vidare är det ytterst angeläget att inte utsätta utövare för ökad risk att råka skada någon av sina träningskamrater, oavsett vem som bär riskabel klädsel.

För att minska skaderisken är det i regel förbjudet att under träning av de flesta av våra idrotter bära smycken eller andra hårda eller vassa föremål. Utövarna får mestadels inte heller bära remmar eller annat som det finns risk att de eller deras träningskamrater fastnar i.

Somliga sådana föremål kan bäras om de t.ex. tejpas mot kroppen, men då behöver man noga begrunda ifall de ändå kan leda till skada i kontakt med träningspartnern eller om de trycks hårt mot kroppen på den som bär dem. Så långt det går bör dylika ting undvikas och om de innebär en tydlig skaderisk kan de inte tillåtas.

I våra barfotaidrotter kan normalt inte skor accepteras, eftersom de lätt leder till skada på medtränande, medan strumpor under vissa förutsättningar torde fungera. De kan dock medföra en ökad skaderisk för den som bär dessa, eftersom de ger sämre fäste på underlaget. En utövare som önskar bära strumpor bör därför först diskutera saken med sin förening.

De flesta av våra idrotter tränas mestadels med bara händer. Den som önskar bära handskar kan inte välja grova sådana, eftersom dessa kan leda till skador för andra – framför allt för att de minskar känsligheten hos dem som bär dem. Tunna handskar bör kunna fungera i de flesta av våra idrotter, men det kan bero på hur idrotten utövas på föreningen i fråga, så den bör konsulteras innan sådana handskar tas i bruk.

Huvudbonader används sällan i våra idrotter, bland annat av följsamhet med traditionerna. Huvudbonad kan innebära en säkerhetsrisk. Av stor betydelse är dess utformning och vilka moment som ingår i träning av idrotten i fråga. Tränande med huvudbonad bör uppmärksammas på att huvudbonaden kan komma att avlägsnas vid skada.

Ett pannband anses i de flesta av våra idrotter utgöra ringa eller ingen säkerhetsrisk. Det innebär inte att de är godkända plagg i träning. Sådant avgörs normalt av den enskilda föreningen.

Mer omfattande huvudbonader kan utgöra markant ökade risker i träningen – främst för bärare av dem men också för deras träningskamrater. Det går inte att generalisera om sådana plagg, då de kan ha olika utformning. Ej heller går det att kategoriskt fastställa idrotter där de är mer eller mindre säkra.

Bäst är att föreningen och utövaren går igenom saken noga innan träning med huvudbonad påbörjas. I vissa fall kan

det visa sig vara direkt olämpligt av säkerhetsskäl och därför inte kunna medges. Då är det föreningens skyldighet att klargöra detta för utövaren och försöka hitta alternativa lösningar som tillgodoser både säkerhet och utövarens intresse, där det är möjligt.

Inom de flesta av våra idrotter förekommer grepp, kast, slag och sparkar, antingen några av dessa tekniker eller samtliga. Vissa typer av huvudbonad kan medföra drastiskt ökad skaderisk, genom att tränande fastnar eller trasslar in sig i den och därmed råkar åsamka huvud- eller nackskada, alternativt skada på fingrar eller fötter som fastnar i plagget. Framför allt det förstnämnda kan få så allvarliga konsekvenser att risken inte kan accepteras.

Det finns speciellt framtagna huvudbonader för sportändamål som förmodligen reducerar risken betydligt. Säkerhetsaspekten är så angelägen och samtidigt så beroende av omständigheterna att detta bör avgöras i varje enskilt fall på föreningen i fråga.

En förening som finner att en viss sorts huvudbonad innebär en oacceptabel säkerhetsrisk i träningen, såsom den utförs där, ska förklara för utövaren varför de inte kan tillåta träning i detta plagg och föreslå eventuella alternativ. Det är endast föreningen som har kunskapen om de specifika omständigheter som råder där. Det är också föreningen som har det närmaste ansvaret för sina medlemmars säkerhet i träningen.

Också underförbundet för idrotten i fråga besitter omfattande kunskaper om idrotten och dess säkerhetsaspekter, så det kan tillfrågas om föreningen är osäker.

Inom flera av våra idrotter torde träning i vissa huvudbonader kunna ske utan ökad risk. Även när så är fallet är en huvudbonad anpassad till sportändamål att föredra.

Plagg som kan tillåtas i träning bör helst vara så utformade att de bryter av så lite som möjligt från den regelmässiga klädseln, till exempel i färg, material och form, så långt det låter sig göras. Detta för att inte onödigt försumma de traditioner som ligger bakom den gängse klädseln i idrotten i fråga.

## **Kön och sexuell läggning**

I våra idrotter är det så gott som aldrig skillnad på den regelmässiga klädseln för kvinnor och män, eller för personer med könsöverskridande identitet. Den är könsneutral. Dock förutsätter det att alla deltagare kan klä sig så att de skyler de delar av kroppen som de skulle uppleva obehag av att exponera. Det sker exempelvis med en tunn tröja (T-shirt och liknande) under en löst sittande jacka.

När det gäller plagg som adderas för att skylla kroppen ska dessa helst vara sådana att de inte avviker för skarpt mot den reglerade klädseln. Sålunda bör en vit T-shirt användas under en vit jacka, och så vidare. Hur noga detta ska

följas bör föreningen kunna komma överens med sina medlemmar om.

Sexuell läggning föranleder ingen som helst skillnad i klädsel.

## **Ålder**

Det finns så gott som ingen skillnad i klädsel för olika åldrar inom våra idrotter. Det kan hända att i vissa åldrar används skydd av annan sort, men det är i så fall accepterade variationer i den reglerade klädseln.

Barn ska inte klandras för hur de eventuellt brister i att följa klädregler, eftersom de inte själva styr över detta, i synnerhet inte i låg ålder. I stället bör dessa regler för barn vara få och lätta att uppfylla, där undantag medges generöst. Den speciella klädsel som förekommer i många av våra idrotter ska för barn introduceras lättsamt och lekfullt, som ett glädjeämne och inte som en plikt.

## **Funktionsnedsättning**

I de fall då personer med funktionsnedsättning antingen inte kan bära den regelmässiga klädseln eller behöver ytterligare plagg eller attiraljer, bör detta diskuteras med föreningen. Säkerhetsaspekterna bör begrundas omsorgsfullt, speciellt när det gäller utrustning som någon med funktionsnedsättning kan behöva använda.



*Shorinjikempo. Foto: Magnus Hartman.*

Det är viktigt att föreningen försöker gå den funktionsnedsatta medlemmens behov till mötes, så långt det kan göras utan oacceptabel risk för skada på den personen eller andra tränande. Det är också angeläget att övriga föreningsmedlemmar görs varse om situationen och sålunda kan medverka till gemensam träning med uppmärksamhet på de speciella omständigheterna.

## **Etnisk tillhörighet**

Olika kulturer har olika vanor och traditioner vad gäller klädsel, som ibland kan synas kollidera med klädreglerna inom SB&K:s idrotter. När det involverar säkerhetsaspekter måste de tas under noga övervägande. I annat fall kan allra oftast största hänsyn tas till sådana traditioner, utan att det innebär problem för idrotternas utövande.

## **Religion**

Flera religioner och andra trosuppfattningar har regler om klädsel. Dessa skiljer sig åt mellan religionerna i fråga. Det kan också vara fråga om seder kopplade till viss etnisk tillhörighet, som inte nödvändigtvis har religiösa anspråk. Där sådana klädregler inte avviker signifikant från de som råder i våra idrotter finns ingen anledning att ens begrunda dem, men i flera fall förekommer ganska stora avvikelser, som kräver eftertanke.



Sålunda varierar det betydligt mellan olika religioner – men också olika kulturer – hur mycket människor önskar skyla sig. En del av dessa önskemål kan knappast inverka på träningen eller störa någon väsentlig del av våra idrotters klädregler. Om någon föredrar att under en lössittande jacka bära en tröja som också täcker halsen torde det vara helt acceptabelt. Det borde också oftast vara problemfritt med ärmor som når till handlederna och byxor som räcker ner till vristerna.

Andra plagg kan behöva begrundas ur säkerhets- och träningssynpunkt. Se exemplen ovan, under rubriken Träningsdress.

# Faciliteter

## Ideella föreningars realitet

Det är inte alla föreningar som har samtliga de faciliteter som kunde önskas, vad gäller träningslokal, omklädning, duschar och dylikt. Ofta är de inhysta i kommunala anläggningar, som kan vara mer eller mindre lämpade för verksamheten, eller i egna lokaler som är begränsade av föreningens resurser.

I grunden är ideella föreningar sammanslutningar där medlemmarna bestämmer villkoren för verksamheten via en demokratisk ordning, som sedan både befintliga och kommande medlemmar har att rätta sig efter. Viktigt är att medlemmarna i föreningen är införstådda med dessa villkor och ges möjlighet att i god demokratisk ordning påverka dem. Det är också angeläget att behov hos olika grupper tillmötesgår i möjligaste mån, när representanter för dem blir medlemmar i föreningen.

## Kön och sexuell läggning

Alla har rätt att förvänta sig en fungerande könsuppdelning vad gäller omklädning och duschar. I de allra flesta fall är det enkelt ordnat med separata faciliteter för män och

kvinnor. Där bör det vara självklart att uppdelningen respekteras av alla.

Några föreningar kan ha gemensamma omklädningsrum eller duschar, som då bör göras tillgängliga för män och kvinnor på separata tider. Skulle inte heller detta vara möjligt måste det tydligt meddelas nykomlingar till föreningen innan de betalar medlemsavgift eller inleder sitt första träningspass.

Sexuell läggning ska över huvud taget inte leda till att utövare behandlas olika i verksamheten, ej heller vad gäller användningen av föreningens utrymmen.

När det gäller könsöverskridande identitet eller uttryck bör föreningen hänsynsfullt tillsammans med de tränande hitta en lösning på omklädningsrum och duschar.

I såväl omklädningsrum som duschar varierar vilken grad av nakenhet människor är komfortabla med. Stor hänsyn bör visas gentemot detta, även där det medför vissa hygieniska avigsidor. Generella tvång vore kränkande för samtliga medlemmar, men föreningen kan bestämma vad som är angeläget av hygieniska skäl. Detta bör göras i brett samförstånd med medlemmarna och utan att några pekas ut på ett sätt som besvärar dem onödigt.

## **Ålder**

Vad som ovan sagts om könsuppdelning i omklädningsrum och duschar gäller även barn som är stora nog att byta om utan föräldrars hjälp, samt ungdomar. I dessa åldrar är det särskilt viktigt att deras integritet respekteras på denna punkt, oavsett deras kön.

När det gäller små barn som får hjälp av sina föräldrar vid ombyte torde det lämpliga vara att de huserar i de utrymmen som avsetts för föräldrarnas kön, oavsett barnets. Även där är det viktigt att stor hänsyn visas mot andra tränande. Föreningen bör se till att enhetliga regler gäller, som samtliga tränande och föräldrar har att följa.

## **Funktionsnedsättning**

Det är självklart önskvärt att varje förening i SB&K är tillgänglig även för personer med funktionsnedsättning. Hos en ideell förening kan det dock i många fall vara utanför dess resurser att ombesörja. Det kan gälla hela lokalen eller blott delar av den och dess faciliteter.

Varje förening bör begrunda om rimliga förändringar skulle göra dess lokal och verksamhet tillgängligare för funktionsnedsatta, och i så fall försöka få dessa till stånd. Eventuellt kan de för sådana ändamål söka medel från kommunen eller andra bidragsgivande instanser.

Det är inte ideella föreningars skyldighet att tillhandahålla lokaler och verksamhet som passar alla former av funktionsnedsättningar, men föreningarna bör rimligen kräva av sig själva att försöka få lösningar till stånd när sådana behov uppträder. Enkelt avhjälpta hinder är det föreningens skyldighet att åtgärda.

Föreningar som planerar ett lokalbyte eller för någon del av sin verksamhet tar en annan lokal än den egna i anspråk bör då försöka hitta lokaler som är lämpade även för personer med funktionsnedsättning, oavsett om de för stunden har medlemmar med funktionsnedsättning eller ej.

## **Etnisk tillhörighet**

De skillnader som kan finnas mellan olika kulturer vad gäller gemensamma utrymmen och hur de nyttjas är sällan av annan karaktär än vad som kan råda mellan olika individer inom en och samma kultur. Det är självklart att respekt för sådana behov ska visas alla medlemmar, oavsett vilka skäl de har för dem.

Verksamheten inom SB&K och dess föreningar ska vara uppsökande, så att hela allmänheten, oavsett etnisk tillhörighet, blir lika välkomnad.



*Träning för strokepatienter på Iyasaka Aikidoklubb. Foto: Jonathan Broberg.*

## **Religion**

Religion och trosuppfattning torde spela ringa eller ingen roll vad gäller lokaler och deras utformning. Flera religioner betonar noga åtskillnad mellan könen i sammanhang, vilka kan betraktas som intima. Det ska kunna respekteras i vår idrottsverksamhet och hur dess lokaler är utformade.

# Tävling

## Tävlingsregler

I SB&K:s idrotter är tävling väsentlig men inte dominerande. Några av idrotterna saknar tävling helt. I de flesta andra är tävlingen en begränsad del av verksamheten, som involverar en minoritet av de tränande. Även de som aktivt tävlar ägnar långt ifrån all sin träningstid åt tävlingsinriktad aktivitet.

Där tävling förekommer ska självklart alla som så önskar få delta i sådan verksamhet, på det sätt som deras förening ger möjlighet till.

Tävlingar sker under bestämda regelverk, som har ringa eller ingen öppning för undantag och anpassning. Det betyder att en del av sådant som sagts i det ovanstående kompliceras eller omöjliggörs i tävling.

Exempelvis brukar tävlingar reglera detaljerat hur etikett ska utföras och hur klädseln ska se ut. Det beror på tradition, säkerhet och en nödvändig enhetlighet, så att alla tävlar på samma villkor.

Enskilda föreningar har så gott som inga möjligheter att ändra på tävlingsregler, eftersom de fastställs på nationell

eller internationell nivå. De kan möjligen införa vissa anpassningar när de bedriver tävling på den egna föreningen med enbart egna medlemmar som deltagare.

Vidare finns i Sverige en lagstiftning som reglerar hur tävlingar i vissa kampsporter (framför allt de med slag och sparkar riktade mot huvudet) får genomföras. Kampsportslagens intention är att maximera säkerheten och dess krav får ingen tävling i vårt land ignorera. Kampsportsdelegationen är den myndighet som via sin tillståndsgivning reglerar hur denna lag ska tolkas.

Föreningar med tävlingsverksamhet ska göra sina medlemmar uppmärksamma på de regler som gäller för tävling, i synnerhet när dessa kan komma i konflikt med enskilda medlemmars behov.

Om föreningen önskar ändring av reglerna för att tillmötesgå medlemmars behov, kan detta framföras till den aktuella idrottens underförbund och behandlas i sedvanlig demokratisk ordning. Det står underförbunden fritt att ändra sina tävlingsregler efter eget gottbefinnande, men dessa kan sedan behöva godkännas av Kampsportsdelegationen innan tävlingar enligt de ändrade reglerna får äga rum.

De flesta tävlingsreglerna inom våra idrotter är länkade till regler fastställda av de internationella förbunden för dessa idrotter, ofta så att varje medlemsland åläggs att följa dem även vid nationella och regionala tävlingar. Ändringar av



sådana regler kan endast ske i sedvanlig demokratisk ordning hos de internationella förbunden.

I vissa fall kommer internationella regler i konflikt med svenska önskemål, rentav med svenska regler som gäller både idrotten och utanför den. Där behöver i synnerhet underförbunden söka efter lösningar, eftersom de ansvarar för hur deras idrotter utövas.

Som läget är idag inom flera av våra idrotter kan det visa sig svårt just i tävling att uppfylla behov som enskilda utövare kan ha, vad gäller delar av det som berörs i detta dokument, men ansträngningar i den riktningen bör göras så långt det går.

## **Kön och sexuell läggning**

I SB&K:s idrotter tävlar kvinnor och män likvärdigt. Det förekommer även att de tävlar tillsammans, exempelvis i par eller i grenar utan könsuppdelning. Mäns och kvinnors tävlingsinsatser och framgångar värderas lika. Underförbundens landslagssatsningar är också jämställdhetsbaserade. Det har bland annat lett till mycket stora internationella framgångar för vår kvinnliga elit i många av våra idrotter.

Den jämställda tävlingssatsningen ska genomsyra vår verksamhet i såväl underförbund som distrikt och föreningar. Kapacitet och medaljchanser, ej kön, ska avgöra vid

riktad tävlingssatsning. Det ska dock inte hindra särskilda insatser i jämställdhetsavsikt, när det bedöms påkallat i en förening, ett distrikt eller ett underförbund.

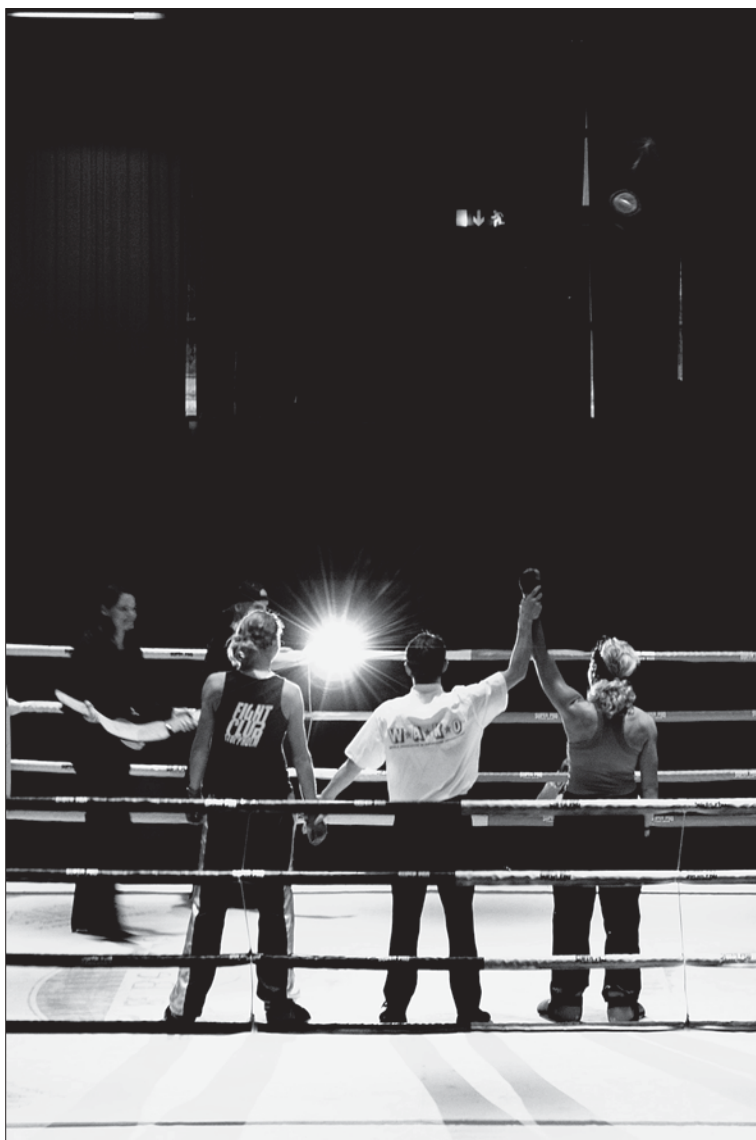
Vad gäller personer med könsöverskridande identitet eller uttryck kan det vara oklart hur de ska tävla i grenar som har separata tävlingar för män och kvinnor. Tävlingar i Sverige bör härvidlag eftersträva att följa de normer som appliceras i internationella sammanhang, där sådana finns. I fråga om könsbyte markerar i Sverige byte av personnummer en definitiv övergång till det kön som det nya personnumret anger, vilket bör respekteras i vår verksamhet.

Vid internationella tävlingar, såväl utomlands som i Sverige, råder de stadfästa internationella reglerna inom idrotten i fråga.

Sexuell läggning har ingen som helst relevans för hur tävling utövas.

## **Ålder**

I SB&K:s idrotter förekommer tävlingar i många åldrar, från barn till seniorer. I jämförelse med idrottsvärlden i övrigt har vårt förbund framför allt många aktiva och tävlande i hög vuxen ålder, vilket är mycket berikande för verksamheten.



*SM i kickboxning. Foto: Mika Korhonen.*

Ofta tävlar utövare av skiftande ålder med varandra, eftersom våra idrotter i hög grad integrerar deltagare från tonåren till pensionsåren. Detta är en väsentlig del av våra idrotters värde.

I tävling är det därför angeläget att hänsyn tas till äldre människors speciella villkor, så att de seniorer som vill fortsätta även med denna del av sitt idrottsutövande ska kunna göra det trivsamt och med bibehållen säkerhet.

När det gäller barn är det absolut nödvändigt att hålla hög säkerhet i deras tävlande. I våra idrotter sker det genom modifiering av tävlingsreglerna så att de anpassas till barns villkor. Barn ska inte förväntas tävla på samma villkor som vuxna, varken vad gäller tillåtna tekniker eller andra omständigheter som kan spela roll. Barns tävling ska framför allt kännetecknas av omsorg om deras hälsa och välmående.

Därför är det ytterst angeläget att de inte heller utsätts för sådan press i tävlingssammanhang, som ofta är ofrånkomlig för vuxna tävlande. Deras träning och tävling ska kännetecknas av lek, med blott sådana utmaningar som är rimliga och uppmuntrande för dem i respektive ålder. Det betyder att i tävlingar ska resultaten spela en underordnad roll, till förmån för barnens positiva upplevelse.

## Funktionsnedsättning

Det är en angelägen målsättning att utövare med funktionsnedsättning ska ha möjlighet att tävla i sin idrott, antingen jämte övriga tävlande eller i särskilda tävlingar, beroende på de specifika omständigheterna.

I idrotter med få utövare kan detta ställa sig svårt och resurskrävande att genomföra. Det kan också av olika skäl vara fallet i idrotter med betydligt fler utövare. Dock, när det är rimligt genomförbart är det angeläget att erbjuda funktionsnedsatta utövare någon form av tävling, om de uttrycker önskemål om detta.

Det kan förmodligen göras tillfredsställande på enskilda föreningar i tävlingar enbart för egna medlemmar, medan det för regionala och nationella tävlingar torde kräva förarbete av aktuellt underförbund eller distriktsförbund.

Arrangörer av sådana tävlingar i Sverige ska vara medvetna om att även dessa måste följa kampsportslagen och därför ha Kampsportsdelegationens tillstånd för sin tävlingsform, när idrotten i fråga omfattas av lagen.

Då tävlingar arrangeras utanför ordinarie klubblokaler är det angeläget att i möjligaste mån placera dem i lokaler anpassade för personer med funktionsnedsättning, såväl vad gäller deltagare i tävlingarna som åskådare.

## **Etnisk tillhörighet**

Alla som bor i Sverige och är medlemmar i föreningar anslutna till SB&K ska ha rätt att tävla i de idrotter de med sitt medlemskap tillhör. Detta gäller självklart även utövare som är födda i eller medborgare i andra länder.

Internationella tävlingar kan ha vissa restriktioner mot landslagsmedlemmar som inte är medborgare i det landet, men för svenska tävlingar ska inte detta göra någon skillnad.

Det kan förekomma att utövare beroende på sin etniska tillhörighet i internationella tävlingar föredrar att representera ett annat land än Sverige. Detta ska i möjligaste mån respekteras inom SB&K, även i fråga om landslagsuttagning och dylikt. Tävling ska alltid baseras på frivillighet hos deltagarna.

Däremot har SB&K inga möjligheter att verka för att andra nationer ska ge utövare i vårt land möjlighet att tävla för dem. Det är alltid de nationella förbunden själva som avgör vilka som ska representera dem i internationella tävlingar.

## **Religion**

Religion och trosutövning torde inte innebära några särskilda komplikationer för tävlingar och deras genomförande, utöver vad som sägs under andra rubriker i denna text. Om religiösa behov skulle inverka på tävlingars



*MMA, Mixed martial arts. Foto: Jöran Fagerlund.*

utformning bör de tillmötesgå så långt det är möjligt enligt fastställda tävlingsregler och, där det är aktuellt, Kampsportsdelegationens krav.

# Träning utomlands

## **Andra regler och villkor utomlands**

Förutom internationella tävlingar är det i SB&K:s idrotter mycket vanligt att utövare reser utomlands för att delta i träning och träningsläger, alltifrån några dagar till månader och rentav år. Detta beror på våra idrotters ursprung, som oftast är utländskt, samt att detta värdesätts inom idrotterna.

Sådana resor har stor betydelse för otaliga utövare av våra idrotter, såväl för deras utveckling i sin idrott som för de berikande upplevelserna av en annan kultur och mötet med utövare i andra delar av världen. Det är ofta ett omhuldat minne för livet.

Varken SB&K eller dess underförbund kan styra över hur våra medlemmar blir mottagna utomlands, eller på vilket sätt deras träning där utformas. Ej heller kan vi ålägga organisationer i andra länder att följa våra regler eller respektera våra rekommendationer som de uttrycks i detta dokument, även om vår strävan bör vara att försöka få det till stånd.



Vad vi bör göra är att informera våra medlemmar om kända villkor för deras träning utomlands, vad de bör begrunda redan före avresa och hur de ska agera i händelse av komplikationer vid utlandsträning.

Exempelvis har SB&K en försäkring som även gäller vid träning och tävling utomlands, under förutsättning att utövaren i förväg meddelar förbundet om sin utlandsvistelse. Observera att denna försäkring har begränsad giltighetstid, för närvarande (2011) högst 45 dagars utlandsvistelse.

Inom SB&K, i synnerhet i underförbunden, finns gedigna kunskaper och erfarenheter vad gäller träning utomlands. Det är viktigt att den tränande i förväg nås av angelägen sådan information.

I första hand faller det på den tränandes förening att informera om sådant som kan vara viktigt att känna till, samt att vid behov söka denna information hos aktuellt underförbund eller andra lämpliga instanser. Det är därför av värde om underförbund för idrotter med hög förekomst av utlandsträning ombesörjer insamling och spridning av erfarenheter till gagn för utövare som ämnar träna utomlands.

Därmed är det också angeläget att medlemmar i våra föreningar som vid utlandsträning fått erfarenheter av betydelse meddelar underförbundet detta – antingen genom sin förening eller i egen kontakt med underförbundet.

Även om såväl SB&K:s som underförbundens möjligheter att komma tillrätta med problem vid utlandsträning är begränsade, är det angeläget att informeras om dem. I vissa fall kan ageranden via internationella förbund eller andra kontaktnät göra skillnad, åtminstone för framtiden.

Medlemmar i våra föreningar bör vara införstådda med att vid egen utlandsträning är det upp till dem själva att ta ansvar för vistelsen. Om däremot en sådan utlandsvistelse organiseras av föreningen eller underförbundet, förväntas denna organisatör ta ansvar för deltagarnas säkerhet och komfort i möjligaste mån – i synnerhet och med största allvar om deltagarna ej är vuxna.

Skulle organisatörer ha skäl att antaga att komplikationer kan uppstå vad gäller något som behandlas i detta dokument, bör de omsorgsfullt begrunda detta före avresa. En förening eller ett underförbund som planerar en träningsresa utomlands får inte försumma att ta största hänsyn till eventuella sådana komplikationer – även om det innebär att resan bör ställas in för hela gruppen eller enskilda deltagare i den.

## **Kön och sexuell läggning**

Inom våra idrotter är det över hela världen vanligast att man tränar tillsammans oavsett kön och på lika villkor. Men det kan finnas undantag. I olika länder och kulturer förekommer stora skillnader i synen på könen och vad som

förväntas av män respektive kvinnor, samt vilka rättigheter de har. Likaså råder skillnader på hur man förhåller sig till olika sexuell läggning och till könsöverskridande identitet eller uttryck.

Dessa aspekter bör vägas in i beslut om resans genomförande och deltagarna vara informerade om i god tid före avresa.

## **Ålder**

Utlandsträning på egen hand är knappast rekommendabelt för andra än vuxna, åtminstone inte om trygga omständigheter och goda vuxenkontakter ej kan garanteras på plats.

När en förening eller ett underförbund arrangerar en utlandsresa med omyndiga deltagare är det ytterst angeläget att aspekter som berörs i detta dokument har begrundats nog, liksom självklart alla säkerhetsaspekter. Ju yngre de resande är, desto tryggare omständigheter ska vara en förutsättning.

Det bör beaktas vilka särskilda tryggheter för barn och ungdom som råder i landet i fråga, samt på vilka sätt träningen där har anpassats till deras åldrar. Det kan också finnas skäl att väga in vilken inställning som råder i värdlandet till frågor som behandlas i detta dokument. Barn och ungdomar ska inte behöva konfronteras med intolerans och diskriminering, även om det inte berör dem direkt.

De som är i myndig ålder ska själva få besluta om sitt deltagande på resan, när de är införstådda med eventuella komplikationer. Vad gäller barn och ungdomar bör deras föräldrar eller andra vårdnadshavare involveras och betros att fatta beslutet för sina barn.

## **Funktionsnedsättning**

Resa och andra omständigheter vid utlandsvistelse kan vara komplicerade för personer med funktionsnedsättning. De som själva genomför en träningsresa utomlands torde vara medvetna om detta och veta hur de skaffar erforderliga kunskaper i förväg.

Vid en gruppresa är detta organisatörens ansvar, så långt det låter sig göras. Förberedelserna görs bäst i samarbete med den funktionsnedsatta.

Fast det är önskvärt att de med funktionsnedsättning kan delta i verksamheten på samma vis som övriga tränande, är många behövliga anpassningar vid utlandsresa utanför en förenings och även ett underförbunds resurser. Därför är det viktigt att på ett tidigt stadium i planeringen involvera den funktionsnedsatta. Bäst är om gemensamma resor genomförs där alla deltagares behov kan tillgodoses.

## **Etnisk tillhörighet**

Det finns länder där viss etnisk tillhörighet kan medföra komplikationer och ökade risker. Utövare som planerar en

egen resa torde vara medvetna om detta, men när en gruppresa ordnas av en förening eller ett underförbund är det organisatörens ansvar att på förhand informera sig och gruppmedlemmarna om dylikt.

Om ett resmål innebär risk för så stora besvär för någon av de tänkta deltagarna att den personen hellre bör avstå från resan, är det rimligt att organisatören ifrågasätter om resan alls ska genomföras. Det vore olyckligt om någon medlem på grund av etnisk tillhörighet förhindrades att delta i en aktivitet som de övriga i gruppen har stort utbyte av.

En planerad resa som kan ha sådana komplikationer för någon av deltagarna bör först diskuteras av hela gruppen på ett så tidigt stadium att samtliga finner det lätt att avstå från den, om de väljer det.

Det är angeläget vid en gruppresa att visa förståelse och ge utrymme för deltagare att i möjligaste mån upprätthålla de vanor och seder som är väsentliga för dem, vare sig detta beror på etnisk tillhörighet eller andra omständigheter.

## **Religion**

Vad som sagts ovan om etnisk tillhörighet gäller också för religionstillhörighet och andra trosuppfattningar. Enskilda utöware på egen träningsresa kan förväntas känna till eventuella komplikationer gällande resmålet, medan det vid en gruppresa är organisatörens ansvar att begrunda dessa aspekter och i god tid agera på lämpligt sätt.

Det är människors självklara rätt att hålla sin religions-tillhörighet för sig själva. Därför är det säkrast att tidigt i planeringen av en gruppresa upplysa deltagarna om komplikationer på grund av religion kan förväntas – oavsett vad organisatören vet om deltagarnas religionstillhörighet.

Är läget i resmålet mycket allvarligt i förhållande till vissa religioner, behöver organisatören känna till om någon av deltagarna därmed är särskilt utsatt. Skulle detta av någon anledning vara svårt att utröna kan det vara skäl att pröva om resan ska ställas in för hela gruppen. För att inte skapa olägenheter för gruppen är det angeläget att sådana bedömningar görs på ett tidigt stadium.



*BJJ, Brasiliansk jiu-jitsu. Foto: Magnus Hartman.*

# Föreningens första plikt

## Dialog

Dessa rekommendationer är omfattande och i många fall långt ifrån okomplicerade. Därför kan de vara svåra för en förening att efterleva i varje detalj och med stor medvetenhet. Det har SB&K förståelse för och det torde även föreningens medlemmar ha klart för sig.

Det finns en metod med vilken de allra flesta av ovanstående omständigheter hanteras allra bäst: dialog. Om föreningen tar som princip att alltid behandla dessa frågor i lyhörd och respektfull dialog med medlemmarna, bör det mesta kunna lösas smidigt och tillfredsställande. Vad gäller barn bör denna dialog även inkludera föräldrarna eller andra vårdnadshavare.

Detsamma gäller för personer som ännu inte är medlemmar i föreningen men visar ett intresse för att delta i verksamheten. Föreningen bör redan vid första kontakten på ett tillmötesgående sätt redogöra för sin inställning i dessa frågor och förklara orsakerna.

Det räcker inte att bara hänvisa till de regler som föreningens medlemmar har att följa. Dessa behöver förklaras på ett



sätt som är begripligt för både medlemmar och personer som tar sin första kontakt med föreningen. De har också rätt att förvänta sig att föreningen lyssnar förutsättningslöst på deras synpunkter och är öppen för en dialog om huruvida det finns alternativa lösningar.

Sådana samtal är demokrati i praktiken, som skapar förståelse. Det är just i den förutsättningslösa dialogen som oanade lösningar dyker upp, så att föreningen kan fortsätta vara öppen för mångfald med ömsesidig respekt och under säkra former.

**För frågor om de aspekter som behandlas häri kan underförbund, distrikt och föreningar vända sig till vårt förbundskansli. Mer information om idrottsrörelsens syn på dessa och liknande frågor finns bland annat i Riksidrottsförbundets skrift *Idrotten vill*. För barns rättigheter, se *FN:s Barnkonvention*. Se även *FN:s deklaration om de mänskliga rättigheterna*.**

# SB&K:s etiska normer



Svenska Budo & Kampsportsförbundets stadgar, kapitel 10, innehåller förbundets etiska normer, som anger hur verksamheten ska bedrivas. Här är hela detta kapitel ur stadgarna (från år 2010):

## 1 § Syfte

1.1 Dessa normer avser att skapa förståelse och respekt för de etiska riktlinjer, som skall ligga till grund för all utövning av idrott inom Förbundet. Allt utövande av idrott skall ske i en anda av gott samförstånd och respekt mellan deltagarna.

1.2 Normerna utgör också ett led i den sociala och moraliska fostran, som är ett av idrottsrörelsens grundläggande ideal, och avser att bidra till kampen mot våld inom och utom idrotten.

## 2 § Tillämpningsområden

2.1 Reglerna gäller för samtliga utövare, instruktörer och ledare i anslutna UF.

2.2 Vid anlitanade av utländska instruktörer vilkas värderingar och tekniker kan avvika från de svenska normerna skall dessa instruktörer upplysas om vad som gäller för

svenska förhållanden och skall i undervisning och instruktion hålla sig därtill.

### **3 § Ansvar**

3.1 Föreningen skall ha godkänd eller godtagbar instruktör. Instruktörer och ledare bär ansvaret för att instruktion, träning och övrig utbildning sker i enlighet med UF:s regler och normer.

3.2 Det är varje instruktörs och ledares skyldighet att följa utvecklingen inom sin idrott och att med uppmärksamhet och fasthet tillse att utövarna följer idrottens regler och normer.

3.3 Brott mot dessa regler skall omedelbart påtalas och den enskilde utövaren skall ges klara direktiv om gällande regler.

3.4 Varje instruktör och ledare som undervisar i självförsvar har skyldighet att informera utövare i brottsbalkens bestämmelser om nödvärnsrätt.

### **4 § Instruktion och träning**

4.1 Instruktör och ledare skall i sin utbildning sträva efter att följa de framsteg som sker inom idrottslig forskning och utveckling.

4.2 Instruktör och ledare skall vara föredömen inom sin idrott och lära eleverna ett sportsligt uppträdande såväl inom som utom träningslokalen.

4.3 Vid undervisning skall instruktör:

1. Lära ut enbart tekniker och grepp som är godtagbara enligt sitt UF:s normer.
2. Noggrant välja de tekniker och grepp som är anpassade till elevernas färdighet, ålder och utveckling.
3. Ge utövaren god kunskap i idrottens etikettsregler.

4.4 Instruktör och utövare får inte:

1. Träna av UF ej godtagbara tekniker eller använda otillåtna redskap.
2. Använda förråande eller nedsättande metoder eller tekniker.
3. Utöva eller lära ut i övrigt olämpliga tekniker.
4. Tala nedsättande om eller på annat sätt förringa andra idrotter.
5. Uppträda på ett sådant sätt att UF:s anseende och goda rykte skadas.

## **5 § Tävling**

5.1 Vid tävling skall för varje idrott gällande tävlingsregler noggrant följas.

## **6 § Marknadsföring**

6.1 All marknadsföring, inklusive uppvisning av Förbundets idrotter, skall vara vederhäftig, saklig och sanningsenlig.

6.2 Alla skall vid marknadsföring av våra idrotter iakttaga god sportslig sed och vid kontakt med allmänhet, myndighet och massmedia främja UF:s anseende och goda rykte.

## **7 § Tillsyn och efterlevnad**

7.1 Det åligger FS, UF-styrelser, distriktsstyrelser och för-  
eningsstyrelser att övervaka att dessa regler följs.

7.2 I den mån FS beslutar om övergripande policy eller  
föreskrift rörande enskild fråga eller förhållningssätt och  
som inte i detalj styrs av stadgar, skall den tillämpas av alla  
i förbundet ingående UF, kommittéer, föreningar och med-  
lemmar, i den mån möjligt är, så snart beslut om sådan  
policy eller föreskrift trätt i kraft.



*Kyudo, japanskt bågskytte. Foto: Magnus Hartman.*

# Idrotten vill



Riksidrottsförbundet (RF) har utarbetat gemensamma riktlinjer för hela idrottsrörelsen, *Idrotten vill*, som finns i sin helhet på RF:s hemsida ([www.rf.se](http://www.rf.se)).

Idrottsrörelsen har satt upp fyra saker som är extra värdefulla i vår verksamhet:

- Glädje och gemenskap
- Demokrati och delaktighet
- Allas rätt att vara med
- Rent spel

Du som är med i idrotten, som aktiv, tränare, styrelseledamot eller funktionär har en viktig roll i att vara med i den ständiga utvecklingsprocessen som gör det möjligt för oss att gemensamt göra svensk idrott till världens bästa.

RF:s idé om och principer för verksamheten uttrycks också i RF-stadgarnas första kapitel:

# 1 kap Idrottsrörelsens verksamhetsidé, vision och värdegrund

## *Idrottens verksamhetsidé*

Idrott är fysisk aktivitet som vi utför för att kunna ha roligt, må bra och prestera mera.

Idrott består av träning och lek, tävling och uppvisning.

Idrotten ger fysisk, psykisk, social och kulturell utveckling.

Vi organiserar vår idrott i självständiga föreningar och förbund som tillsammans utgör en fri och frivillig folkrörelse förenad i Riksidrottsförbundet.

Vi delar in vår idrott efter ålder och ambitionsnivå. Med barnidrott avser vi i allmänhet idrott till och med tolv års ålder. Med ungdomsidrott avser vi idrott för tonåringar 13-20 år. Med vuxenidrott avser vi idrott för dem som är över 20 år.

I barnidrotten leker vi och ger barnen tillfälle att pröva på olika idrotter. Att ge barnen möjlighet till allsidig idrottsutveckling är normgivande för verksamheten. Tävling är en del av leken och ska alltid ske på barnens villkor.

I ungdomsidrotten och vuxenidrotten skiljer vi på breddidrott och elitinriktad idrott. I den elitinriktade idrotten är prestationsförbättring och goda tävlingsresultat vägledande. I breddidrotten är hälsa, trivsel och välbefinnande



normgivande, även om prestation och tävlingsresultat ofta tjänar som sporre.

Vi är en samlad idrottsrörelse som verkar för samma vision och värdegrund, den genomsyrar alla förbund och föreningar, såväl bredd som elit. Vi värnar om den svenska idrottsrörelsens tradition där elit- och breddverksamhet sker i nära samverkan, som ger inspiration, utveckling och livskraft. Inom idrottsrörelsen respekterar alla förbund och föreningar, såväl elit som bredd varandras roller och verksamhetsvillkor.

Idrotten följer FN:s deklaration om de mänskliga rättigheterna, FN:s konvention om barns rättigheter (Barnkonventionen) och FN:s internationella konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.

#### *Idrottens vision: Svensk idrott - världens bästa*

Svensk idrott vill vara bäst i världen för alla på alla nivåer. Vi vill ständigt utvecklas och förbättras både till form och innehåll. Det bygger på en självstyrande och samlad idrottsrörelse med starka förbund och föreningar samt en utbildningsverksamhet i världsklass.

#### *Idrottens värdegrund*

Glädje och gemenskap: Glädje och gemenskap är starka drivkrafter för att idrotta. Vi vill bedriva och utveckla all verksamhet så att vi ska kunna ha roligt, må bra och prestera mera.

Demokrati och delaktighet: Föreningsdemokratien innebär att alla medlemmars röst har lika värde. Delaktighet innebär att alla som deltar får vara med och bestämma om och ta ansvar för sin verksamhet. Demokrati och delaktighet ska utövas jämställt och oavsett bakgrund.

Allas rätt att vara med: Allas rätt att vara med innebär att alla som vill ska kunna vara med utifrån sina förutsättningar. Alla som vill, oavsett nationalitet, etniskt ursprung, religion, ålder, kön eller sexuell läggning samt fysiska och psykiska förutsättningar, får vara med i föreningsdriven idrottsverksamhet.

Rent spel: Rent spel och ärlighet är en förutsättning för tävlande på lika villkor. Det innebär att hålla sig inom ramarna för överenskommelser och en god etik och moral. Att verka mot fusk, doping och en osund ekonomi, mot mobbning, trakasserier och våld såväl på som utanför idrottsarenan.

# FN:s Barnkonvention



*FN:s konvention om barnets rättigheter* består av en inledning och 54 artiklar. Här är en förkortad version av den, från UNICEF:s svenska hemsida ([www.unicef.se](http://www.unicef.se)). Där finns även den oförkortade versionen. Barnkonventionen antogs av FN:s generalförsamling 1989, efter tio års arbete.

## **Artikel 1**

Ett barn är varje människa under 18 år.

## **Artikel 2**

Alla barn har samma rättigheter och lika värde. Ingen får diskrimineras.

## **Artikel 3**

Barnets bästa ska komma i främsta rummet vid alla beslut som rör barn.

## **Artikel 4**

Staten ska vidta alla lämpliga åtgärder för att genomföra konventionen. När det gäller barnets ekonomiska, sociala och kulturella rättigheter ska staten utnyttja det yttersta av sina resurser. Där så behövs ska man samarbeta internationellt.

## **Artikel 5**

Barnets föräldrar eller annan vårdnadshavare har huvudansvaret för barnets uppfostran och utveckling och ska vägleda barnet då han/hon utövar sina rättigheter.

## **Artikel 6**

Varje barn har rätt att överleva och utvecklas.

## **Artikel 7**

Varje barn har rätt till ett namn och en nationalitet. Barnet har rätt, så långt det är möjligt, att få veta vilka föräldrarna är och bli omvårdad av dem.

## **Artikel 8**

Varje barn har rätt att behålla sin identitet.

## **Artikel 9**

Ett barn ska inte skiljas från föräldrarna mot deras vilja, utom när det är för barnets bästa. Barn som är skilt från föräldrarna har rätt att träffa dem regelbundet.

## **Artikel 10**

Ansökningar från familjer som vill återförenas över statsgränser ska behandlas på ett positivt, humant och snabbt sätt.

## **Artikel 11**

Staten ska bekämpa olovligt bortförande och kvarhållande av barn i utlandet.

## **Artikel 12**

Varje barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör henne/honom. Barnets åsikt ska beaktas i förhållande till barnets ålder och mognad.

## **Artikel 13-15**

Varje barns rätt till yttrandefrihet, tankefrihet, religionsfrihet och föreningsfrihet ska respekteras.

## **Artikel 16**

Varje barns rätt till privatliv ska respekteras.

## **Artikel 17**

Staten ska ta ansvar för massmediers roll när det gäller varje barns tillgång till information.

## **Artikel 18**

Båda föräldrarna har gemensamt ansvar för barnets uppföstran och utveckling.

## **Artikel 19**

Varje barn har rätt att skyddas mot fysiskt eller psykiskt våld, övergrepp, vanvård eller utnyttjande av föräldrar eller annan som har hand om barnet.

## **Artikel 20**

Ett barn som berövats sin familjemiljö har rätt till alternativ omvårdnad.

## **Artikel 21**

Vid adoption ska staten säkerställa att barnets bästa främst beaktas.

## **Artikel 22**

Ett flyktingbarn har rätt till skydd och hjälp.

## **Artikel 23**

Ett barn med funktionshinder har rätt till ett fullvärdigt och anständigt liv som möjliggör ett aktivt deltagande i samhället.

## **Artikel 24**

Varje barn har rätt att åtnjuta bästa uppnåeliga hälsa och rätt till sjukvård. Traditionella sedvänjor som är skadliga för barns hälsa ska avskaffas.

## **Artikel 25**

Staten ska göra regelbunden översyn av situationen för ett barn som är omhändertaget av myndigheterna.

## **Artikel 26**

Varje barn har rätt till social trygghet.

## **Artikel 27**

Varje barn har rätt till skälig levnadsstandard.

## **Artikel 28**

Varje barn ha rätt till utbildning. Grundskolan ska vara gratis.

## **Artikel 29**

Undervisningen ska syfta till att utveckla barnets fulla möjligheter och respekt för mänskliga rättigheter.

## **Artikel 30**

Ett barn som tillhör en minoritet eller ursprungsbefolkning har rätt till sitt språk, sin kultur och religion.

## **Artikel 31**

Varje barn har rätt till lek, vila och fritid.

## **Artikel 32**

Varje barn har rätt att skyddas mot ekonomiskt utnyttjande och arbete som skadar barnet eller hindrar hans/hennes skolgång.

## **Artikel 33**

Varje barn har rätt att skyddas mot droger.

## **Artikel 34**

Varje barn har rätt att skyddas mot sexuella övergrepp och mot att utnyttjas i prostitution och pornografi.

## **Artikel 35**

Staten ska bekämpa handel med barn.

## **Artikel 36**

Varje barn ska skyddas mot alla former av utnyttjande.

### **Artikel 37**

Inget barn får utsättas för tortyr, annan grym behandling eller bestraffning eller dödsstraff. Frihetsberövande av ett barn ska ske i enlighet med lag och får endast användas som en sista utväg och för kortast lämpliga tid.

### **Artikel 38**

Inget barn får användas som soldat.

### **Artikel 39**

Ett barn som utsatts för övergrepp eller utnyttjande har rätt till rehabilitering och social återanpassning.

### **Artikel 40**

Ett barn som är anklagat för brott eller blivit dömt för en straffbar handling har rätt att behandlas respektfullt och rättssäkert.

### **Artikel 41**

Om det finns bestämmelser som går längre än innehållet i barnkonventionen, gäller de bestämmelserna i stället.

### **Artikel 42**

Staten ska göra konventionens innehåll känt bland vuxna och barn.

### **Artikel 43-45**

FN:s kommitté för barnets rättigheter övervakar och granskar att staterna följer barnkonventionen genom en särskild rapporteringsprocess.



## **Artikel 46-54**

En stat blir bunden av barnkonventionen genom att ratificera den.

# Diskrimineringsgrunderna



Nedan är grunderna för vad som kan utgöra diskriminering. Texten är hämtad från Diskrimineringsombudsmannens (DO) hemsida ([www.do.se](http://www.do.se)). DO-myndigheten är den sammanslagning av samtliga diskrimineringsombudsmän som gjordes 2009, efter att diskrimineringslagen hade modifierats en del. Hela lagtexten finns på DO:s hemsida.

## **Kön**

Kvinnor, män och transsexuella kan anmäla könsdiskriminering.

## **Könsidentitet eller könsuttryck**

I diskrimineringslagen står att diskriminering som har samband med könsöverskridande identitet eller uttryck är förbjuden. Med det menas personer med en könsidentitet eller ett könsuttryck som hela tiden eller periodvis skiljer sig från könsnormen, exempelvis transvestiter eller intersexuella.

Diskrimineringsombudsmannen har valt att använda sig av begreppen könsidentitet eller könsuttryck. Alla människor har könsidentitet och könsuttryck, inte bara trans-

personer. Med könsidentitet eller könsuttryck menar Diskrimineringsombudsmannen en persons identitet eller uttryck i form av kläder, kroppsspråk, beteende eller annat liknande förhållande med avseende på kön.

### **Etnisk tillhörighet**

Med etnisk tillhörighet menas enligt lagen en individs nationella och etniska ursprung, hudfärg eller annat liknande förhållande. Alla människor har en eller flera etniska tillhörigheter. Alla kan därför bli utsatta för etnisk diskriminering – samer, romer, personer med svensk, somalisk, bosnisk etnisk tillhörighet och så vidare. Den etniska tillhörigheten bygger på självidentifikation. Det är alltså individen själv som definierar sin eller sina etniska tillhörigheter.

### **Religion eller annan trosuppfattning**

Alla som har en religion eller en annan trosuppfattning omfattas av skyddet mot diskriminering, exempelvis muslimer, kristna, buddister och ateister.

### **Funktionsnedsättning**

I diskrimineringslagen står att diskriminering som har samband med funktionshinder är förbjuden. Med det menas enligt lagen varaktiga fysiska, psykiska eller begåvningsmässiga begränsningar av en människas funktionsförmåga. De kan bero på skador eller sjukdomar, som fanns vid födseln, har uppstått senare eller förväntas uppstå.

Diskrimineringsombudsmannen har valt att använda sig av begreppet funktionsnedsättning. Funktionsnedsättning beskriver nedsättning av fysisk, psykisk eller intellektuell funktionsförmåga. Det är alltså något som en person har, inte något som en person är. Diskrimineringsombudsmannen anser att ett funktionshinder snarare är något som uppstår i en miljö som ställer upp hinder för personer med funktionsnedsättning.

Funktionsnedsättning kan märkas mer eller mindre i olika situationer som till exempel allergier, dyslexi, hörsel och synskador med mera. Andra kan förväntas bli ett hinder i samhället i framtiden som till exempel HIV, cancer eller Multipel Skleros (MS). Graden av funktionsnedsättning har ingen betydelse. Du är alltså även skyddad av lagen även om du har en mindre omfattande funktionsnedsättning.

## **Sexuell läggning**

Homosexuella, heterosexuella och bisexuella kan anmäla diskriminering som har samband med sexuell läggning.

## **Ålder**

Alla människor, oavsett ålder, kan anmäla diskriminering som har samband med ålder.



**Svenska Budo & Kampsportsförbundets strävan  
är att alla som vill utöva våra idrotter ska kunna  
göra det, med ömsesidig respekt och under  
säkrast möjliga former.**