

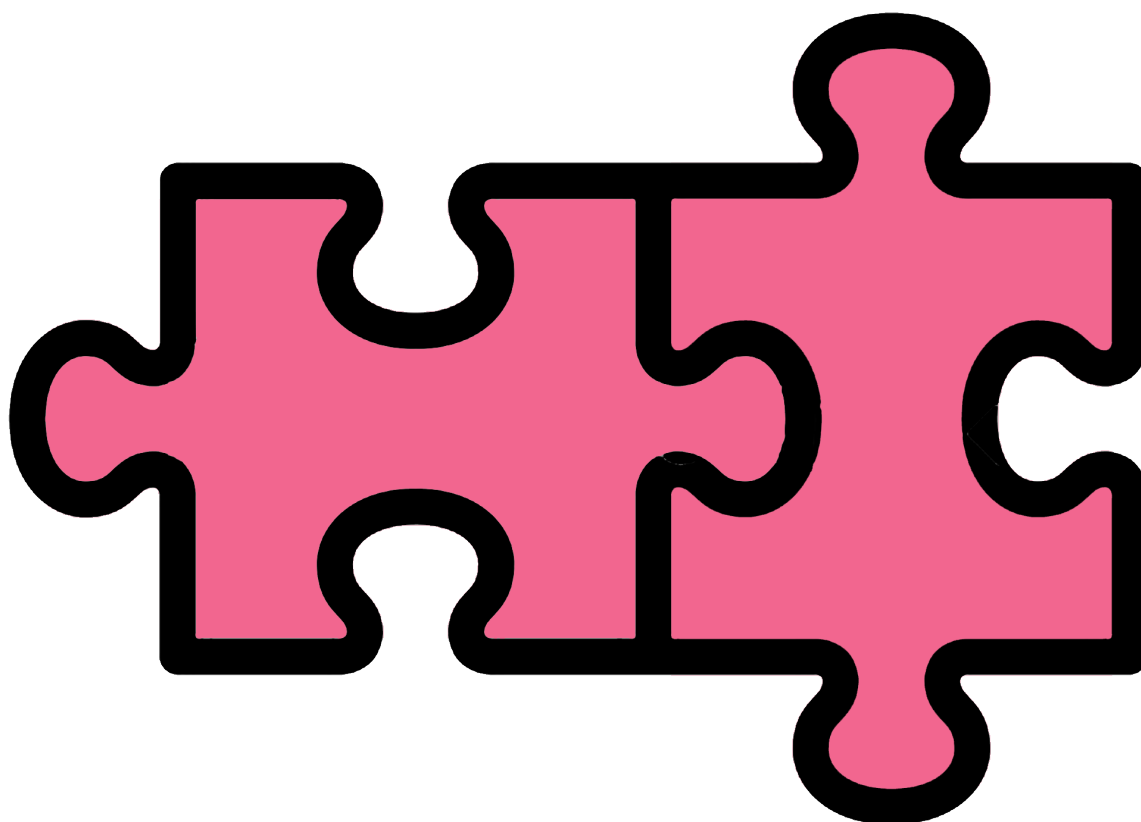


**Hälsa och säkerhet i ungdomsföreningars aktiviteter**

**Health and Safety in Youth NGO Activities**

**Terveys ja turvallisuus nuorisjärjestöjen toiminnassa**

På svenska sida 2 / In English page 6 / Suomeksi sivulla 10



## Hälsa och säkerhet i ungdomsföreningars aktiviteter

### **Varför hälsa och säkerhet bör beaktas i ungdomsföreningars aktiviteter**

Hälsa och säkerhet för deltagare och ledare som är engagerade i ungdomsorganisationernas aktiviteter är viktigt för att:

- undvika att någon får fysisk eller psykisk skada, eller ekonomiska konsekvenser som följd av detta,
- erbjuda säkra, jämlika och högklassiga inlärningsmöjligheter för både deltagare och ledare, och
- se till att aktiviteten följer lagar och förordningar.

### **Typiska risker och hur man undviker dem**

Det är relevant för alla ungdomsorganisationers aktiviteter att bedöma riskerna och planera hur man undviker dem. Här nedan följer en lista som kan användas som mall för att göra riskbedömning för din aktivitet, och du är välkommen att bidra med ytterligare ämnen som kan tänkas läggas till på listan. Du får även gärna titta på den inspirerande videon om riskbedömning, som finns i en annan kursmodul.

### Lagar och Regler

Det är viktigt att ha kännedom om lagar och regler i det land/region där verksamheten hålls för att kunna följa den. Var även uppmärksam på oskrivna kulturella/religiösa regler för att inte provocera någon oavsiktligt. Lagen kan studeras på nätet, medan förståelse för det kulturella/lokala reglerna får man bäst genom att kommunicera med lokalbefolkningen, och därför är det värdefullt om lokala personer är med som ledare i aktiviteten.

### Naturlig och Bebyggd Miljö

Miljön kan orsaka risker både på landsbygden och i städerna, till exempel finns det risk för att:

- drunkna i floder/sjöar/bassänger,
- falla från klippor/byggnader/trappor eller på ojämn mark,
- skadas av djur eller infekteras av sjukdomar burna av djur,
- skadas av säsongsmässiga faror så som starkt solsken, kallt väder eller storm.

Riskerna kan sänkas genom att bekanta gruppen med miljön, eventuellt komma överens om gränserna för vistelse på området, och man kan t.ex. komma överens om vilken tid på dagen det är tillåtet att simma. Vissa risker kan undvikas genom god förberedelse, till exempel genom att ha solskärm tillgänglig om solen är stark och genom att be deltagarna att ta med varma kläder om vädret är kallt.

### Fysisk hälsa

Det finns en risk att någon i aktivitetsgruppen insjuknar, blir förkyld eller skadad under aktiviteten. Riskerna kan till viss del sänkas genom att:

- minimera risken för att bli smittad och sprida virus genom att uppmuntra deltagarna att hålla god hygien samt att hålla avstånd från andra under aktiviteten, och under veckan innan ankomst till aktiviteten,
- säkerställa god mathygien,
- arrangera det praktiska så att deltagarna inte hamnar i omständigheter där de blir kalla eller våta,
- planera programmet så att risken för olyckor minimeras, till exempel genom att använda lämplig utrustning om man utför idrott, och genom att tillämpa riktlinjerna nämnda i avsnittet Natur och Bebyggd Miljö.

Om någon, trots försiktighetsåtgärderna, blir sjuk eller skadad är det viktigt att ha en plan för hur man går tillväga och tillhandahåller lämplig vård:

- Ha första hjälp material tillgängligt och försäkra dig om att någon i gruppen som har kompetens att ge första hjälp.
- Ta i förväg reda på hur man snabbt kan ordna vård och hur man tar sig till sjukhus både i brådskande och mindre brådskande fall.
- Uppmuntra deltagarna att alltid bära identitetsbevis, och att ha en täckande sjukförsäkring. Nationella folkhälsomyndighetens försäkringskort är tillräckligt i det egna landet, medan det inom EU och i länderna Island, Liechtenstein, Norge, Schweiz och Storbritannien är värt att ha ett [europeiskt sjukförsäkringskort](#), vilket kan erhållas gratis.
- Det är dessutom en bra idé att antingen värden har en försäkring som täcker hela gruppen (om tillgänglig) eller att deltagarna har individuella försäkringar. Dessa bör helst täcka kostnader relaterade till, utöver sjukvårdskostnader som överstiger den offentliga sjukförsäkringen, permanent eller tillfällig arbetsförmåga på grund av sjukdom/skada och till och med dödsfall (inklusive repatriering, om projektet genomförs utomlands).

### Människa till Människa

Det uppmuntras inte att vara kontinuerligt misstänksam, men i sällsynta fall kan människor både i gruppen och externt vara en risk för andra, under själva aktiviteten och under resan till eller från aktiviteten. Det är bra att vara medveten om möjliga risker för stöld, trakasserier, våld, sexuella övergrepp eller helt enkelt olyckor orsakade av andra människor. Dessa risker kan minimeras genom att:

- välja en lugn ort för aktiviteten och göra resan dit så säker som möjligt,
- arrangera så att deltagare och ledare inte är ensamma i offentliga rum, särskilt nattetid,
- be deltagarna att inte ta med sig värdefulla saker och be dem låsa in de värdesaker som tagits med,
- ha värden att underteckna en försäkring som täcker egna och möjligen också deltagarnas värdesaker som finns på plats (om en sådan går att teckna) eller genom att uppmuntrar deltagarna att ha en reseförsäkring som också täcker förlust av bagage, och
- uppmuntra alla i gruppen att rapportera allt misstänkt till ledarna.

Någon i gruppen kan även avsiktligt eller i misstag orsaka skada av en extern person. För detta är det bra om värden eller deltagarna/ledarna själva har en försäkring som täcker ansvarsskyldighet gentemot tredje part (inklusive yrkesansvarsförsäkring eller ansvarsförsäkring, ifall det är relevant).

### Inkludering och Exkludering

Det är viktigt inom ungdomsorganisationer att arbeta för att inkludera alla i gruppen. Några förslag för hur ledargruppen kan göra detta är att:

- ge deltagarna tid att lära känna varandra i en avslappnad atmosfär,
- välja gruppdynamikövningar som fokuserar på att finna gemensamhet,
- blanda deltagarna i många olika gruppstorlekar under programmets gång,
- uppmuntra deltagarna till att variera med vem de sitter bredvid under måltider och fritid,
- betona värdet på mångfald och uppmuntra deltagarna att lära känna varandra utan fördomar, och
- ta hänsyn till deltagarnas behov och preferenser (hälsa, förmåga, kön, sexuell läggning, kultur, religion etc.) och ordna både det praktiska och programinnehållet på

ett sätt så alla kan aktivt delta, utan att behöva känna sig obekvämt eller frångå sina centrala värderingar.

Om någon trots alla inkluderingsåtgärden verkar vara exkluderad, bör en ledare prata med den här personen för att ta reda på hur han/hon/hen känner om situationen. Om personen känner sig exkluderad bör åtgärderna ovan ökas och/eller justeras, men det är också möjligt att personen själv väljer att ha mer egen tid, vilket bör respekteras.

### Kommunikation

Samarbete vid aktiviteten bygger på kommunikation, men kommunikation medför också risk att avsiktligt eller oavsiktligt kränka någon annan i gruppen. För att minimera risken kan det vara en bra idé att i början av aktiviteten påminna gruppmedlemmarna om några bra tumregler för hänsynsfull kommunikation, som till exempel:

- Lyssna dubbelt så mycket som du talar och anta aldrig att du vet vad den andra personen försöker säga utan att lyssna.
- Ställ öppna frågor med nyfikenhet och intresse. Öppna frågor kan inte besvaras med endast ett ord, varpå det uppmanar den andra personen att ge en längre förklaring.
- Kommunicera från din egen position utan att döma andra, vilket innebär att du kan tala om dina egna känslor och uppfattningar i stället för vad (du tror att) andra tycker och känner.
- Du kan ge konstruktiva förslag på förbättring, men kritiserar inte andra.
- Försök finna gemensamma nämnare hellre än att fokusera på de ämnen där era åsikter skiljer sig.

### Alkohol

Bestämmelserna om alkohol vid aktiviteten beror främst på nationella lagar och för det andra på värdens och samarbetspartners regler. Om deltagarna har tillåtelse att dricka alkohol under aktivitetens fritid är det relevant för ledargruppen att följa situationen och ingripa om det finns en risk att:

- deltagare överskrider egna eller andras gränser när de inte är nyktra,
- någons hälsa är i fara,
- någons bedömningsförmåga sänks så att andra risker ökar, och
- deltagarna får nedsatt förmåga att delta i aktivitetens programmet.

### Romantiska och/eller sexuella relationer

Det är naturligt att förälskelser kan uppträda bland ungdomar vid aktiviteten och det är vanligtvis inte upp till arrangören att blanda sig i sådana personliga frågor, såvida de romantiska eller sexuella relationerna inte strider mot värdens eller partners regler. Ledargruppen bör dock ta itu med situationen om någons mentala eller fysiska hälsa riskeras, och därför vara särskilt uppmärksamma om:

- ena eller båda parterna är mycket unga,
- den ena parten är en ledare/expert och den andra är en deltagare,
- ena eller båda parterna inte är i ett tillstånd att fatta kontemplativa beslut på grund av alkohol, droger eller en sjukdom, eller
- det finns tecken på att den ena parten agerar mot den andra partens vilja.

Om ledargruppen upptäcker hälsorisker relaterade till romantiska/sexuella relationer är det första steget att diskutera med de inblandade parterna. Om en av personerna betraktar sig som ett offer för trakasserier eller övergrepp bör ärendet rapporteras till polisen.

### Slutligt råd

Se till att alla i gruppen känner till nödnumret och dela ut ledarnas kontaktuppgifter till alla deltagare och eventuellt deras föräldrar. Det är också bra för ledarna att ha deltagarnas vårdnadshavares kontaktinformation, och det är absolut nödvändigt om deltagarna är minderåriga.

## Health and Safety in Youth NGO Activities

### ***Why health and safety should be considered at youth NGO activities***

Health and safety of participants and team members involved in the youth NGO activities is important to:

- avoid that anyone get physical or mental harm, or financial consequences this might cause,
- offer safe, equal and good quality learning opportunities for both participants and team members, and
- ensure the activity is held according to laws and regulations.

### ***Typical risks and how to avoid them***

It is relevant for any youth NGO activity to assess the risks and plan how to avoid them. Here follows a list that can be used as template when doing risk assessment for your activity, and you are welcome to contribute with additional topics that could be added to the list. You are also welcome to watch the inspirational video about risk assessment, which is another module of this course.

### **Law and Rules**

It is important to know the basics of the laws and rules of the country/region where the activity is held, to be able to follow it. Pay also attention to unwritten cultural/religious rules in order not to provoke anyone unintentionally. The law can be studied online, but understanding of the cultural/local context is best gained by communicating with locals, and therefore involvement of local people as team members is valuable.

### **Natural and Built Environment**

The environment might cause risks at both rural and urban settings, for instance risk of:

- drowning in rivers/lakes/pools,
- falling from cliffs/buildings or on uneven ground or in stair cases,
- being injured by animals or infected by diseases they may carry, and
- seasonal dangers such as strong sunshine, cold weather or storm.

The risks can be lowered by familiarise the group with the environment, possibly agree on boundaries of where to stay, and for example at what time of the day it is allowed go swimming. Some risks can be avoided by good preparation, for example provide sun screen if the sun is strong and ask participants to bring warm clothes if it is cold weather.

### **Physical Health**

It is a risk that someone in the activity group get ill, sick or injured during the activity. The risk can to some extent be lowered by:

- minimising the risk of catching and spreading contagious viruses by encouraging participants to keep good hygiene and social distance during the activity and the week before arrival,
- ensuring good food hygiene,
- good practical arrangements avoiding circumstances where participants would get cold or wet,
- planning the programme so that danger of accidents is minimised, for example by using appropriate equipment if doing sports and applying the guidelines given under the section Natural and Built Environment.

If, despite the precautions, someone gets ill or injured it is important to have a plan to follow for how to provide appropriate care:

- Keep a first aid kit available and ensure someone in the group have the competences of giving first aid.
- Find out in advance how to quickly arrange medical care if needed, and how to get to a hospital both in urgent and less urgent cases.
- Encourage the participants to keep identification with them at all times and have appropriate health insurance. National public health insurance card is sufficient in the own country, while within the EU and the countries Iceland, Lichtenstein, Norway, Switzerland and United Kingdom it is worth having a [European Health Insurance Card](#), which can be obtained for free.
- Additionally, it is a good idea that either the host has an insurance for the whole group (if available) or that the participants have individual insurance. These should preferably cover costs related to, in addition to health care costs exceeding the public health insurance, permanent or temporary incapacity due to illness/injury, and even death (including repatriation, if the project is carried out abroad).

### People to People

It is not encouraged to be continuously suspicious, but in rare cases people both within the group and externally can be a risk during the activity itself and during the travel to/from the activity. It is good to be aware of possible risk of theft, harassment, violence, sexual abuse or simply accidents caused by other people, so these risks can be minimised by:

- choosing a calm venue for the activity and making the travel there as safe as possible,
- arranging so that participants and team members are not alone in public spaces, especially in night-time,
- asking participants to not bring very valuable things and keeping those that are brought locked in,
- host signing an insurance that cover own and possibly also the participants' valuables kept at the venue (if available) or encouraging participants to have travel insurance that also cover loss of luggage, and
- encouraging everyone in the group to report anything suspicious to the leader team members.

Also, someone in the group may, intentionally or by accident, cause harm to an external person. For that it is good if the host or the participants/team members themselves have an insurance that cover third party liability (including professional indemnity or insurance for responsibility, whenever appropriate).

### Inclusion and Exclusion

It is important in youth NGO activities to work towards inclusion in the group. Ways to do this is that the leader team:

- give participants time to get to know each other in relaxed atmosphere,
- choose group dynamics exercises that focuses on finding commonalities,
- mix the participants in many sizes of groups during the programme,
- encourage participants to vary to whom they sit next to at meal times and free time,
- emphasise the value of diversity and encourage participants to get to know each other without prejudges, and
- take participants' needs and preferences (health, ability, gender, sexual orientation, culture, religion etc.) into account and arrange both practicalities and programme

content so everyone can actively participate without having to compromise themselves or their central values.

If someone despite the inclusion measure seem to be excluded, a leader should talk with this person to find out how he/she/they feel about the situation. If the person feel excluded, the measures above should be increased and/or adjusted, but it is also possible that the person by own will choose to get more own time, which should be respected.

### Communication

The interaction at the activity build on communication, but communication also comes with the risk of intentionally or unintentionally offend someone else in the group. To minimise the risk it can be a good idea in the beginning of the activity to remind the group members of some good thumb rules for considerate communication, for example:

- Listen twice as much as you speak and never assume you know what the other person is trying to say without listening.
- Ask open questions with curiosity and interest. Open questions are sentences that cannot be answered with one word but invites the asked person to provide a longer explanation.
- Communicate from your own court without judgement of others, meaning that you speak about your own feelings and perceptions instead of what (you think) others believe.
- You can post constructive suggestions for improvement, but don't criticise others.
- Try to find things you have in common, rather than focusing on the issues on which you disagree.

### Alcohol

The regulations regarding alcohol at the activity depend firstly on national laws and secondly on the host's and partners' rules. If the participants are allowed to drink alcohol during the free time of the activity it is relevant for the leader team to follow the situation and interfere if there is a risk that:

- participants cross own or others' boundaries when they are not sober,
- somebody's health is at risk,
- somebody's ability of judgement is lowered so other risks increase, and
- participants get lowered ability to participate in the activity programme.

### Romantic and/or Sexual Relations

It is natural that romances may appear among young people at the activity and it is usually not up to the organiser to interfere in such personal issues, unless romantic/sexual relations are against the host's or partners' rules. The leader team should however address the situation in case somebody's mental or physical health is at risk, and therefore be especially observant if:

- one or both parts are very young,
- one part has a leader/expert role and the other is a participant,
- one or both parts are not in a state to make contemplative decisions due to alcohol, drugs or illness, or
- there are signs of that one part is acting against the other part's will.

If the leader team recognise health risks regarding romantic/sexual relations a first step is to discuss with the involved parts. If one of the persons consider being a victim of harassment or abuse, the case should be reported to the police.

### Final advice



Ensure everyone in the group knows the emergency phone number, and share contact details of the leader team members with the participants and possibly also their parents. It is also good for the leaders to have contact details of the participants' next in kind, and it is absolutely necessary if the participants are minors.

## **Terveys ja turvallisuus nuorisojärjestöjen toiminnassa**

### ***Miksi terveys ja turvallisuus tulee ottaa huomioon nuorisojärjestöjen toiminnassa?***

Nuorisojärjestön toimintaan osallistuvien sekä ryhmänvetäjien terveys ja turvallisuus on tärkeää:

- välttääkseen fyysistä tai psyykkistä sairautta tai vammaa tai siitä johtuvia taloudellisia seurauksia,
- tarjotakseen turvallisia, tasa-arvoisia ja korkeatasoisia oppimismahdollisuuksia niin osallistujille kuin myös ryhmänvetäjille, ja
- turvatakseen, että järjestön toiminta noudattaa lakeja ja määräyksiä.

### ***Tavallisimmat riskit ja niiden välttäminen***

Jokaiselle nuorisojärjestölle on olennaista arvioida toimintaan liittyvät riskit ja suunnitella, kuinka nämä riskit vältetään. Seuraavassa osiossa käydään läpi erilaisia riskejä liittyen järjestön toimintaan. Voit käyttää listaa apunasi tehdessäsi riskien arviointia toimintaasi varten. Voit myös ehdottaa lisää aiheita, jotka voitaisiin lisätä listaan. Voit sen lisäksi katsoa inspiroivan videon riskien arvioinnista, joka löytyy toisesta kurssimoduulista.

### **Lait ja määräykset**

On tärkeää tuntea järjestön toimintaan sijoittuvan valtion/alueen lait ja määräykset, jotta niitä voidaan noudattaa. Kirjoittamattomat kulttuuriset/alueelliset säännöt tulee myös huomioida välttääkseen tahatonta provosointia. Voit ottaa selville maan/alueen laeista verkossa, mutta ymmärrys kulttuurisista/alueellisista säännöistä saadaan parhaiten kommunikoimalla paikallisten kanssa. Siksi paikallisten osallistuminen järjestön toimintaan ryhmänvetäjänä onkin arvokasta.

### **Luonnonympäristö ja rakennettu ympäristö**

Ympäristöön liittyy riskejä niin maaseudulla kuin myös kaupungissa, esimerkiksi..

- jokiin/järviin/uima-altaisiin hukkuminen,
- vuorelta/rakennuksista/portaista putoaminen tai epätasaisella maalla kaatuminen,
- eläimestä johtuva loukkaantuminen tai sairastuminen tartuntaa kantavasta eläimestä,
- vuodenaikoihin liittyvät riskit, kuten voimakas auringonvalo, kylmä keli tai myrsky.

Ympäristöön liittyviä riskejä voidaan vähentää tutustuttamalla ryhmä ympäristöön, jossa toiminta järjestetään, mahdollisesti sopimalla alueen rajoista, missä saa oleskella tai esimerkiksi sopimalla, mihin aikaan päivästä saa uida. Osa riskeistä voidaan välttää hyvällä valmistelulla, esimerkiksi tarjoamalla aurinkovoidetta, kun aurinko paistaa kirkkaasti tai pyytämällä osallistujia tuomaan lämpimiä vaatteita kylmää keliä varten.

### **Fyysinen terveys**

On mahdollista, että joku toimintaan osallistuvista sairastuu tai loukkaantuu toiminnan aikana. Tätä riskiä voidaan vähentää esimerkiksi:

- vähentämällä virusten leviämisen ja tarttumisen riskiä kannustamalla hyvään käsihygieniaan sekä sosiaalisen etäisyyden ottamiseen (social distancing) toiminnan aikana sekä viikko ennen toiminnan alkamista,
- varmistamalla hyvä elintarvikehygienia,
- käytännön järjestelyillä, joilla vältetään tilanteita, joissa osallistujat kastuisivat tai paleltuisivat,
- suunnittelemalla ohjelma niin, että tapaturmien riski on vähäinen. Esimerkiksi käyttämällä sopivia urheiluvälineitä sekä noudattamalla suosituksia, jotka on aiemmin lueteltu kohdassa "luonnonympäristö ja rakennettu ympäristö".

Jos osallistuja sairastuu tai loukkaantuu varotoimenpiteistä huolimatta, tulee olla suunniteltuna, kuinka asianmukainen hoito järjestetään:

- Pidä ensiapulaukku saatavilla ja varmista, että joku ryhmään kuuluvista hallitsee ensiavun antamisen.
- Selvitä etukäteen, kuinka järjestää hoitoa nopeasti sekä kuinka päästä sairaalaan hätätilanteessa sekä vähemmän kiireellisissä tapauksissa.
- Kannusta osallistujia pitämään henkilöilystodistusta aina mukanaan sekä omistamaan kattava sairausvakuutus. Kansallinen sairausvakuutuskortti riittää omassa maassa, kun taas EU:ssa sekä Islannissa, Liechtensteinissa, Norjassa, Sveitsissä ja Iso-Britanniassa tarvitaan eurooppalainen sairaanhoitokortti. Eurooppalaisen sairaanhoitokortin voi tilata ilmaiseksi.
- Joko isäntätaholla kannattaa olla vakuutus koko ryhmälle (jos mahdollista) tai jokaisella osallistujalla kannattaa olla oma vakuutus, joka kattaa julkisen sairausvakuutuksen ylittävien terveydenhoitokustannuksen lisäksi pysyvän tai väliaikaisen työkyvyttömyyden sairaudesta/onnettomuudesta johtuen sekä kuoleman (mukaan lukien kotiuttaminen, jos projekti järjestetään ulkomailla).

### Ihmiseltä ihmiselle

Ei kannata olla jatkuvasti epäluuloinen, mutta ryhmään kuuluvat tai siihen kuulumattomat henkilöt voivat harvoissa tapauksissa luoda riskejä joko toiminnan tai sinne/sieltä matkustamisen aikana. Onkin tärkeää olla tietoinen mahdollisista riskeistä liittyen varkauksiin, häirintään, väkivaltaisuuksiin, seksuaaliseen hyväksikäyttöön tai ihmisten aiheuttamiin onnettomuuksiin. Näitä riskejä voidaan vähentää esimerkiksi:

- valitsemalla rauhallinen paikka toiminnalle ja tekemällä sinne matkustamisen mahdollisimman turvalliseksi,
- järjestämällä toiminta niin, että osallistujat ja ryhmänvetäjät eivät ole yksin julkisilla paikoilla, erityisesti yöaikaan,
- pyytämällä, että osallistujat eivät tuo mukanaan arvoesineitä ja pitämällä tuodut arvoesineet lukittuina,
- hankkimalla vakuutus, joka on isäntätahon allekirjoittama ja joka kattaa niin omat kuin myös mahdollisesti osallistujien arvoesineet, joita pidetään tapahtumapaikalla (jos sellainen vakuutus on saatavilla) tai kannustamalla osallistujia omistamaan matkavakuutus, joka kattaa myös kadonneet matkatavarat,
- kannustamalla osallistujia ilmoittamaan epäilyttävistä asioista ryhmänvetäjille.

Ryhmään kuuluva voi myös tarkoituksella tai vahingossa aiheuttaa vahinkoa ryhmään kuulumattomalle henkilölle. Isäntätaholla tai osallistujilla/ryhmänvetäjillä olisikin hyvä olla vakuutus, joka kattaa myös vahingonkorvausvelvollisuuden kolmatta osapuolta kohtaan (mukaan lukien ammattivastuuvakuutus tai vastuuvakuutus, jos tarpeellista)

### Mukaan ottaminen (inclusion) ja poissulkeminen (exclusion)

Nuorisojärjestöjen toiminnassa on tärkeää pyrkiä siihen, että kaikki kuuluvat ryhmään. Alla on lueteltu ehdotuksia, kuinka ryhmänvetäjät voivat saada toimintaan osallistuvat osaksi ryhmää:

- anna osallistujille aikaa tutustua toisiinsa rennossa ilmapiirissä,
- valitse ryhmäharjoituksia, jotka keskittyvät yhteisöllisyyden luomiseen,
- muodosta erikokoisia ryhmiä ohjelman aikana,
- kannusta osallistujia istumaan eri ihmisten vieressä ruokailun aikana ja vapaa-ajalla,
- korosta monimuotoisuuden arvoa ja kannusta osallistujia tutustumaan toisiinsa ennakkoluulottomasti, ja

- huomioi osallistujien tarpeet ja mieltymykset (terveys, kyky, sukupuoli, seksuaalinen suuntautuminen, kulttuuri, uskonto jne.) ja järjestä toimintaa, johon jokainen voi osallistua aktiivisesti joutumatta tuntemaan oloaan epämukavaksi tai luopumaan omista keskeisistä arvoista.

Jos joku osallistujista vaikuttaa jääneen ryhmän ulkopuolelle kaikista osallistamistoimenpiteistä huolimatta, tulee ryhmänvetäjän keskustella kyseisen henkilön kanssa selvittääkseen, kuinka tämä henkilö kokee tilanteen. Jos henkilö kokee jääneensä ryhmän ulkopuolelle, tulee yllä mainittuja toimia lisätä ja/tai muuttaa tilanteeseen sopivaksi. On myös mahdollista, että henkilö haluaakin enemmän omaa aikaa, mitä tulee myös kunnioittaa.

### Vuorovaikutus

Yhdessä tekeminen toiminnan aikana perustuu vuorovaikutukseen, mutta vuorovaikutukseen liittyy myös riski tahallisesta tai tahattomasta loukkaamisesta. Ryhmän jäseniä kannattaakin muistuttaa muutamasta hyvästä nyrkkisäännöstä toiminnan alussa vähentääkseen vuorovaikutukseen liittyviä riskejä, esimerkiksi:

- Kuuntele kaksi kertaa niin paljon kuin puhut, äläkä koskaan oletat tietäväsi, mitä toinen henkilö yrittää kertoa kuuntelematta häntä.
- Esitä avoimia kysymyksiä: ole kiinnostunut ja utelias. Avoimet kysymykset ovat kysymyksiä, joihin ei voi vastata vain yhdellä sanalla, vaan ne antavat henkilölle mahdollisuuden antaa pidempi vastaus esitettyyn kysymykseen.
- Kommunikoi omista lähtökohdistasi tuomitsematta muita. Tämä tarkoittaa sitä, että voit puhua omista tunteistasi ja käsityksistä sen sijaan, että puhut siitä, mitä luulet muiden ajattelevan ja tuntevan.
- Voit antaa rakentavaa palautetta, mutta älä kritisoi muita.
- Yritä löytää yhtäläisyyksiä sen sijaan, että keskittyisit asioihin, joista olette eri mieltä.

### Alkoholi

Alkoholia koskevat säännöt riippuvat ennen kaikkea maan lainsäädännöstä mutta myös isäntätahon sekä kumppanin säännöistä. Jos osallistujat saavat juoda alkoholia toiminnan vapaa-aikana, on tärkeää, että ryhmänvetäjät seuravat tilannetta ja puuttuvat alkoholin käyttöön, jos..

- osallistuja ylittää joko omat tai jonkun toisen rajat päihtyneenä ollessaan,
- jonkun terveys on vaarassa,
- jonkun arviointikyky on heikentynyt niin, että muut riskit lisääntyvät, ja
- osallistujilla on heikentynyt kyky osallistua ohjelmaan.

### Romanttiset ja/tai seksuaaliset suhteet

On luonnollista, että nuorten välille syntyy romanttisia suhteita toiminnan aikana. Järjestäjä ei yleensä puutu tällaisiin henkilökohtaisiin asioihin, ellei romanttiset/seksuaaliset suhteet ole isäntätahon tai kumppaneiden sääntöjen vastaisia. Ryhmänvetäjien tulee kuitenkin huomioida tilanteet, joissa psyykinen tai fyysinen terveys on vaarassa, ja erityisesti huomioida tilanteet, joissa:

- jompikumpi osapuolista tai molemmat osapuolet ovat erittäin nuoria,
- kyse on ryhmänvetäjän/asiantuntijan ja osallistujan välisestä suhteesta,
- jompikumpi osapuolista tai molemmat osapuolet ovat tilassa, jossa he eivät voi tehdä harkitsevia päätöksiä alkoholista, huumeista tai sairaudesta johtuen, tai
- on merkkejä, jotka viittaavat, että toinen osapuolista toimii ilman toisen suostumusta.

Jos ryhmänvetäjät huomaavat terveysriskejä liittyen romanttiseen/seksuaaliseen suhteeseen, tulee ryhmänvetäjien jutella molempien osapuolten kanssa. Jos jompikumpi osapuolista kokee olevansa seksuaalisen hyväksikäytön tai väkivallan uhri, tulee tapauksesta ilmoittaa poliisille.

Lopuksi

Varmista, että jokainen ryhmässä oleva tietää hätänumeron. Jaa ryhmänvetäjien yhteystiedot osallistujille sekä mahdollisesti myös heidän vanhemmilleen. Ryhmänvetäjillä kannattaa myös olla huoltajien yhteystiedot. Huoltajien yhteystiedot täytyy olla, jos osallistujat ovat alaikäisiä.

## **Källor/ Sources /Lähteet**

[https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/book/export/html/300\\_en](https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/book/export/html/300_en)

<https://www.ilo.org/public/english/protection/socsec/step/download/96p1.pdf>

[https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox\\_tool\\_download-file-1620/Youthworker%202.0%20-%20Guide%20on%20Social%20Inclusion%20in%20International%20Voluntary%20Projects.pdf](https://www.salto-youth.net/downloads/toolbox_tool_download-file-1620/Youthworker%202.0%20-%20Guide%20on%20Social%20Inclusion%20in%20International%20Voluntary%20Projects.pdf)

**The production and/or Nordic dissemination of this text is done in cooperation with members and partners, and with support by:**



**Regional management and dissemination in south-west of Finland:**



**The content of this text may not reflect the opinions of the funders and partners.**