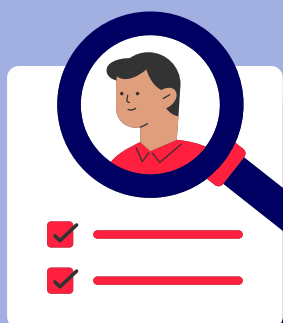


# Veilig en respectvol kleedkamerbeleid

## Waarom een duidelijk kleedkamerbeleid opstellen?



- Creëert duidelijkheid voor spelers, trainers en ouders.
- Vergroot het gevoel van veiligheid.
- Voorkomt misverstanden, klachten en grensoverschrijdend gedrag.
- Draagt bij aan een warm en veilig sportklimaat en een club waar iedereen zich thuis voelt.

## Basisprincipes voor een veilige kleedkamer



### Privacy is een prioriteit

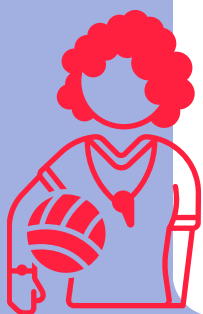
- Respect voor ieders grenzen.
- Open dialoog.
- De jonge sporter staat centraal. Regels en afspraken rond douchen moeten vertrekken vanuit hun welzijn en comfort.

### Geen gsm's

- Maak duidelijke afspraken in overleg met de ploeg.
- Mobiele telefoons zijn verboden in de kleedkamer of wegsteken tijdens het omkleden/douchen.
- Gsm's opbergen in de sporttas of veilig bewaren in gemeenschappelijke doos bij bvb. de trainer.



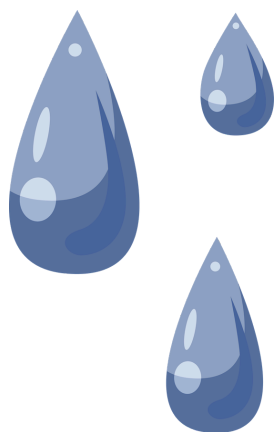
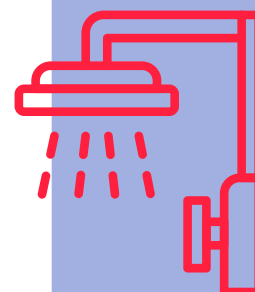
## Toezicht



- De trainer is nooit alleen met één sporter in de kleedkamer.
- Personen die niets te maken hebben met de ploeg horen niet in de kleedkamer.
- Kinderen tot 8 jaar hebben begeleiding nodig. Daarna kunnen ze zich normaal zelfstandig omkleden.
- Toezicht kan aanwezig zijn in de buurt van de kleedkamer. De begeleider respecteert altijd de privacy van sporters (kloppen, niet langer blijven dan nodig).

## Douchen mag aangemoedigd worden, maar nooit verplicht.

- (Naakt) douchen verplichten is af te raden (ongeacht de leeftijd). Laat jongeren gerust douchen met ondergoed of zwembroek als dat hen helpt zich comfortabel te voelen.
- Wees alert voor gevoeligheden. Kinderen en jongeren vinden het niet altijd makkelijk om hun grenzen te verwoorden. Let dus op (non-verbale) signalen.
- Er is geen wet die douchen regelt. De Grondwet en het VN-Kinderrechtenverdrag bieden juridisch houvast om douchen niet te verplichten.
- Voelt iemand zich ongemakkelijk bij de doucheregels? Dan mag deze dat zeker bespreken met de aanspreekpersoon integriteit of het clubbestuur.



## Wat kan je als club doen?

- Jongeren uitleg geven over het belang van douchen na het sporten.
- Draagvlak creëren door de algemene beslissing goed toe te lichten en te beargumenteren.
- Goede infrastructuur voorzien, met respect voor privacy.
- Douchen aanmoedigen, niet verplichten.
- Duidelijk maken wie aanspreekbaar is bij vragen of bezorgdheden.



## Verschillende groepen

### Gender:

- Vanaf 8 jaar wordt aangeraden om gescheiden kleedkamers te voorzien. Communiceer hierover goed met sporters en ouders. Het belangrijkste is dat de integriteit en grenzen van kinderen worden gerespecteerd.

### Leeftijdsverschil:

- Kinderen < 8 jaar: samen omkleden kan.
- Kinderen van 8 tot 12 jaar: samen omkleden kan ook.
- Vanaf 12 jaar: maximaal 3 jaar verschil tussen jongeren van hetzelfde geslacht.
- Volwassenen: idealiter aparte kleedkamers.

### Sporters met diverse noden (privacy, gender, geloof, welzijn):

- Afhankelijk van de context zal je op basis van dialoog tot een creatieve oplossing moeten komen.
- Het belangrijkste: de focus ligt altijd op inclusie, respect en comfort voor álle sporters. Bied dus waar mogelijk alternatieven:
  - Afzonderlijke omkleedhoek
  - Andere doucheruimte
  - Douchen op ander tijdstip
  - Communiceer transparant en niet-stigmatiserend

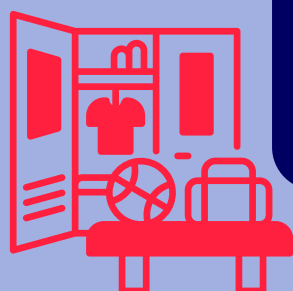


## Infrastructuur

- **Kleedkamers en douches zijn** proper, verlicht, goed onderhouden en duidelijk aangeduid.

### Wat als gescheiden kleedkamers niet mogelijk zijn?

- Overweeg creatieve oplossingen:
  - Gordijnen
  - Verschuifbare wanden
  - Verschillende omkleedmomenten: bijvoorbeeld eerst meisjes, dan jongens
  - Thuis omkleden en douchen



# Truitjeswissel voor de start van de wedstrijd

Niet iedereen voelt zich comfortabel bij het wisselen van opwarmshirt naar wedstrijdshirt op het veld, zeker jongeren in de puberteit. Sommige jongeren maken zich ook zorgen dat ze gefilmd kunnen worden. Willen bepaalde sporters liever even naar de kleedkamer gaan? Groepsdruk kan het moeilijk maken om dit te uiten.

Vraag daarom individueel aan sporters wat voor hen oké is en geef altijd de keuze om zich in de kleedkamer om te kleden. Ga niet automatisch uit van comfort, maar praat erover en durf vaste gewoontes in vraag te stellen.

## Wat bij een incident?



### Duidelijke meldprocedure

- Sporter → (Trainer) → Club-API → Federatie waar nodig
- Incidenten noteren (wat, wanneer, wie, acties)
- Respectvolle, discrete opvolging

### Maak het beleid zichtbaar

- Hang posters op: "Geen gsm's", "Respect voor privacy"
- Communiceer het beleid in:
  - Huishoudelijk reglement
  - Startdag voor ouders
  - Website en infoborden

## Bronnen

Sportieq: (Naakt) douchen verplichten in de sportclub? Slecht idee!  
Sportieq: Adviezen voor jouw kleedkamerbeleid





## Je afdrogen met een Mood!t handdoek in de kleedkamer?

50% korting met de code:

**BEACH50**

[Naar de webshop](#)

Met meer dan 125 jaar expertise is De Witte Lietaer uitgegroeid tot een gevestigde waarde in hoogwaardig huislinnen. Het Belgische textielbedrijf staat bekend om zijn kwalitatieve bed-, bad-, keuken- en tafellinnen, waarin vakmanschap, duurzaamheid en tijdloos design centraal staan.

Enkele jaren geleden lanceerde De Witte Lietaer ook MOOD!T, een jong en speels merk dat een kleurrijke en energieke twist geeft aan home textiles. Met invloeden uit retrodesign en hedendaagse trends brengt MOOD!T een collectie die persoonlijkheid, creativiteit en een sportieve vibe uitstraalt.

Die dynamische en positieve energie sluit perfect aan bij de identiteit van Volley Vlaanderen. Met deze samenwerking willen de partners mensen inspireren om te genieten van alles wat het leven leuk maakt, zowel thuis als op het strand.

**MOOD!T**



**VOLLEY**  
V L A A N D E R E N

