

## Twoja Kariera, Twoje Zasady. Standardy Bezpieczeństwa dla Młodych Profesjonalistów.

Jesteś na zaawansowanym etapie swojej sportowej drogi. Wiesz, że profesjonalizm to nie tylko gra, ale też postawa. Te standardy to część Twojego profesjonalnego wyposażenia – chronią Ciebie i budują zdrową kulturę w tenisie.

### Twoje Prawa i Obowiązki w Świecie Sportu:



#### **Prawo do partnerskich relacji.**

Relacja z trenerem musi opierać się na wzajemnym szacunku i zaufaniu, a nie na władzy czy strachu. Masz prawo kwestionować metody treningowe i rozmawiać o swoich celach.



#### **Prawo do ochrony danych i wizerunku.**

Masz kontrolę nad tym, jak wykorzystywane są Twoje dane osobowe i wizerunek w mediach społecznościowych czy publikacjach.



#### **Prawo do zdrowia psychicznego i fizycznego.**

Nikt nie ma prawa wywierać na Tobie presji, która niszczy Twoje zdrowie – ani przez przetrenowanie, ani przez presję psychiczną.



#### **Obowiązek reagowania.**

Jako starszy, doświadczony zawodnik/zawodniczka jesteś wzorem dla młodszych. Twoim obowiązkiem jest reagowanie na wszelkie formy przemocy, dyskryminacji czy niesprawiedliwego traktowania w Twoim otoczeniu.

### Zwróć Uwagę na Te Sytuacje (Red Flags):



#### **Nadużycie zaufania (grooming):**

Dorośli (np. trener, członek sztabu) buduje z Tobą zbyt bliską, "przyjacielską" relację, daje prezenty, prosi o utrzymanie tajemnicy, by później wykorzystać Twoje zaufanie.



#### **Niejasne granice:**

Prośby o spotkania poza treningami, zbyt osobiste wiadomości w mediach społecznościowych, komentarze dotyczące Twojego wyglądu lub życia prywatnego.



#### **Władza i kontrola:**

Trener, który podejmuje za Ciebie wszystkie decyzje, izoluje Cię od rodziny lub innych zawodników, uzależnia dostęp do gry od spełniania jego osobistych oczekiwań.

Jesteś Odpowiedzialny/a. Wiesz, Jak Działać.

Jeśli doświadczasz lub jesteś świadkiem którejkolwiek z powyższych sytuacji, masz do dyspozycji formalne i poufne kanały zgłoszeniowe. Działanie jest oznaką dojrzałości.

#### **Gdzie szukać pomocy lub zgłosić problem?**

- 1. Oficer ds. Ochrony Dzieci w Twoim klubie:** To Twój pierwszy, lokalny kontakt. Jest przeszkolony, by profesjonalnie zająć się sprawą.
- 2. Komisja Etyki PZT:** Możesz zgłosić sprawę bezpośrednio do centrali PZT, wysyłając poufną wiadomość na adres e-mail: [etyka@pzt.pl](mailto:etyka@pzt.pl). Zgłoszenie zostanie rozpatrzone zgodnie z oficjalną procedurą.
- 3. Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży – 116 111:** Jeśli potrzebujesz anonimowej porady, jak postąpić w danej sytuacji, specjaliści są dostępni 24/7.

**Twoja reakcja kształtuje przyszłość polskiego tenisa. Graj czysto, bądź czujny/a i nie wahaj się działać.**