



Een inclusief sportteam: samen aan de slag!

Lhbt+ personen sporten minder of helemaal niet door een gesprek aan acceptatie en veiligheid. Het is van belang dat sportverenigingen hier aandacht aan besteden. Dit zijn enkele simpele zaken die trainers en andere mensen binnen een sportvereniging kunnen doen:



1. Vragen wat sporters prettig vinden

Veel sporters hebben verschillende ervaringen betrekking tot lhbt+. Daarom is het voor de sporters prettig als ze kunnen aangeven wat zij fijn vinden. Denk bijvoorbeeld aan vragen of ze zich op hun gemak voelen binnen het team, of met welke voornaamwoorden ze aangesproken willen worden.



2. Gesprek aan het begin van het seizoen

Tijdens dit gesprek kan de trainer het hele team vragen naar de ervaringen met betrekking tot lhbt+ in de sport. De trainer start het gesprek en zal het gesprek moeten leiden. Het is afhankelijk van de openheid en belangstelling van de sporters hoe het gesprek verloopt.

3. Flexibel met kledingvoorschriften omgaan

Vaak is er bij sporten in teamverband bepaalde kleding voorgeschreven. Het komt voor dat sporters zich niet prettig voelen in de voorgeschreven kleding. Vraag de sporters wat zij prettig vinden en probeer dit samen te regelen. Zeker transgender personen stoppen vaak met sporten als ze in transitie gaan. Het is belangrijk hen te ondersteunen.



4. Genderneutrale toiletten en individuele omkleed- en douchemogelijkheden

Voor transgender en non-binaire personen geeft samen douchen en op man/vrouw gescheiden toiletten stress. Deze problemen zouden opgelost kunnen worden door genderneutrale toiletten en individuele omkleed- en douchemogelijkheden te faciliteren. Luister hier goed naar de behoeften van de personen in kwestie.



5. Een vertrouwenspersoon binnen de sportorganisatie instellen

Zorg ervoor dat er een vertrouwenspersoon is binnen de sportorganisatie die beschikbaar is voor haar sporters. Dit is niet enkel prettig voor lhbt+ personen, maar voor alle sporters. Als trainer of bestuur is het belangrijk om sporters ook te informeren over het bestaan van deze vertrouwenspersoon.