

# Et ole yksin kahoot

Tämän kahoot peli on tarkoitettu yli 12-vuotiaille tavoitteellisesti harjoitteleville ja kilpaileville voimistelijoille. Pelissä käsitellään epäasiallista käytöstä, siihen puuttumista sekä Et ole yksin -palvelua. Tätä nuorempien voimistelijoiden kohdalla voi käydä suullisesti läpi millaista on epäasiallinen käytös, kuinka tärkeää on aina puhua siitä aikuiselle ja kuinka toisia tulee kohdella, jotta ei itse aiheuta muille pahaa mieltä.

## Ohjeet pelin käyttöön:

Tutustu pelin kysymyksiin etukäteen, kaikki kysymykset ja vastaukset on kuvattuna tässä ohjeessa.

Klikkaa Et ole yksin kahoot auki tästä linkistä: <https://create.kahoot.it/share/et-ole-yksin/c8ece6fc-ef67-41c7-aa76-d68bd7a67c34>

Sivun oikeasta yläreunasta valitse ”Play as guest”, jonka jälkeen valitse ”continue as a guest”. Valitse classic. Game pin ilmestyy ruudullesi. Ohjaa osallistujat osoitteeseen kahoot.it, jonne he kirjoittavat Game pin numerokoodin. Peliin voi sen jälkeen aloittaa. Osallistujien tulee nähdä sinun ruutusi, sillä kysymykset ja vastaukset näkyvät siinä. Voit testata peliä myös itse, tarvitset silloin kaksi eri laitetta (toisella aloitat pelin ja toisella osallistut game pin koodilla).

Kysymysten välissä käykää läpi kysymykseen ja vastausvaihtoehtoihin liittyviä asioita. Alla on kerrottu jokaisen kysymyksen kohdalla tärkeät asiat, jotka voimistelijoiden kanssa tulee käydä suullisesti läpi. Anna voimistelijoille myös mahdollisuus kysyä omia kysymyksiä, jos sellaisia herää.

1. Epäasiallista käytöstä on...
  - 1) Kiroilu, huutaminen, nimittely ja haukkuminen
  - 2) Syrjiminen ja valta-aseman väärinkäyttö
  - 3) Vitseille nauraminen
  - 4) Kaikki, millä voi loukata toista

*Jokaisella on vastuu siitä, ettei loukkaa sanoillaan tai teoillaan toista. Muistathan, että joku mikä ei loukkaa sinua voi loukata toista.*

2. Mitä voin tehdä, jos kohtaan epäasiallista käytöstä
  - 1) Puhun valmentajalle
  - 2) Puhun vanhempien kanssa
  - 3) Otan yhteyttä Et ole yksin -palveluun
  - 4) Kirjoitan päiväkirjaan

*Kun kohtaa epäasiallista käytöstä, kannattaa aina tuoda asia jonkun luotettavan aikuisen tietoisuuteen. Mikäli asiasta ei uskalla puhua tutulle aikuiselle tai haluaa ammattilaisen apua, voi olla yhteydessä Et ole yksin -palveluun. Voit ottaa yhteyttä palveluun myös nimettömästi.*

*Et ole yksin -palvelu auttaa ja tukee epäasiallista käytöstä ja häirintää kohdanneita urheilijoita, valmentajia, vanhempia sekä seurojen ja urheilujärjestöjen toimijoita ja vapaaehtoisia.*

3. Millaisista asioista voit ottaa yhteyttä et ole yksin palveluun?
  - 1) Jos koet kiusaamista urheilussa
  - 2) Jos haluat uusia urheilukavereita
  - 3) Jos koet seksuaalista häirintää urheilussa
  - 4) Jos koet muuta epäasiallista käytöstä urheilussa

*Palveluun voi ottaa yhteyttä urheilua harrastavat tai urheiluharrastuksen lopettaneet lapset ja nuoret, myös täysi-ikäiset, valmentajat, seuratoimijat, urheilevan lapsen tai nuoren vanhemmat, nuorten parissa työskentelevät ammattilaiset*

*Jos pystyt kertomaan epäasiallisesta käytöksestä asiayhteyteen kuuluville henkilöille, on se paras tapa saada asia selvitettyä. Mikäli se ei kuitenkaan tunnu hyvältä ajatukselta, kerro asiasta jollekin aikuiselle; huoltajalle, valmentajalle, seuran toiminnanjohtajalle, opettajalle tai ole yhteydessä Et ole yksin -palveluun*

4. Miksi et ole yksin palvelu on perustettu?

- 1) Uusien kaverien löytämiseksi
- 2) Urheilussa tapahtuvan kiusaamisen vähentämiseksi
- 3) Edistämään yhdenvertaisuutta ja turvallisuutta urheilussa
- 4) Jotta urheilun epäkohtiin voitaisiin puuttua

*Kaikelle kiusaamiselle, seksuaaliselle häirinnälle ja muulle epäasialliselle käytökselle on nollatoleranssi urheilussa. Jokaisen tulee saada olla oma itsensä ja olla osana turvallista urheiluympäristöä.*

5. Miten voin itse edistää turvallista urheiluympäristöä

- 1) Kerron aikuiselle, jos kohtaan epäasiallista käytöstä
- 2) En kohtele muita epäasiallisesti
- 3) Kannustan ja tuen muita
- 4) Näytän muille esimerkkiä

*Jokainen meistä on mukana luomassa turvallista urheiluympäristöä. Kaikki voivat omalla käytöksellään varmistaa, ettei ainakaan itse aiheuta toiselle pahaa mieltä. Suurin vastuu on kuitenkin aina aikuisilla, joten kerro aina aikuiselle kohtaamastasi epäasiallisesta käytöksestä.*

6. Millaista seksuaalinen häirintä voi olla?

- 1) Asiatonta fyysistä koskettelua
- 2) Seksuaalisesti sävytteisiä viestejä
- 3) Ehdotuksia tai vaatimuksia sukupuoliseen yhteyteen
- 4) Vartaloa tai pukeutumista koskevia huomautuksia

*Kaikki teot, ilmeet, eleet ja puheet, jotka koet epäasialliseksi ei ole ok. Pahimmillaan seksuaalinen häirintä voi olla raiskaus tai raiskaus yritys, josta voi jäädä pysyvät jäljet. Muista, että sinun ei tarvitse koskaan suostua sellaiseen mihin et itse halua.*

7. Miten voit ottaa yhteyttä Et ole yksin -palveluun?

- 1) Soittamalla
- 2) Kävelemällä heidän toimistolle
- 3) Chatissa
- 4) Kirjelaatikon kautta

*Puhelin ja chat ovat auki tiettyinä aikoina viikosta, mutta etoleyksin.fi sivuilta voi jättää viestin myös kirjelaatikon kautta ja näin sinuun ollaan yhteydessä. Mikäli mahdollista, käykää tutustumassa sivustoon osoitteessa etoleyksin.fi*