

Guía de buenas prácticas

PARA JUGAR AL FÚTBOL
CON BIENESTAR Y SEGURIDAD

adoles-
centes



PROYECTO VICTORIA
REAL **RACING** CLUB



Desarrollado por:

ederto
Infancia, deporte y bienestar

Autoría: Gonzalo Silió Sáiz (EDEX), Mari Mar Boillos Pereira y Eva Gómez Pérez.
Diseño y edición: Álvaro Pérez Benavente.
© de la presente edición:



Fundación EDEX, 2024 / Indautxu, 9. 48011 Bilbao www.edex.es
ISBN: 978-84-10275-30-0 DL: BI 00806-2024

Reservados todos los derechos. Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta obra sin la autorización previa por escrito de los autores o editores.

Una iniciativa de:



De conformidad con el artículo 14.11 de la Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, todas las denominaciones que, en virtud del principio de economía del lenguaje, se hagan en género masculino incluso en esta publicación y se refieran a miembros de órganos o a colectivos de personas, se entenderán realizadas tanto en género femenino como en masculino.

Índice

SALUDO DEL REAL RACING CLUB DE SANTANDER 4

1 DERECHOS DE LA INFANCIA 8

2 ADOLESCENTES, FÚTBOL Y VIOLENCIA 12

3 FÚTBOL SEGURO: ¡BUEN TRATO! 16

4 HERRAMIENTAS PARA PROTEGERTE 19

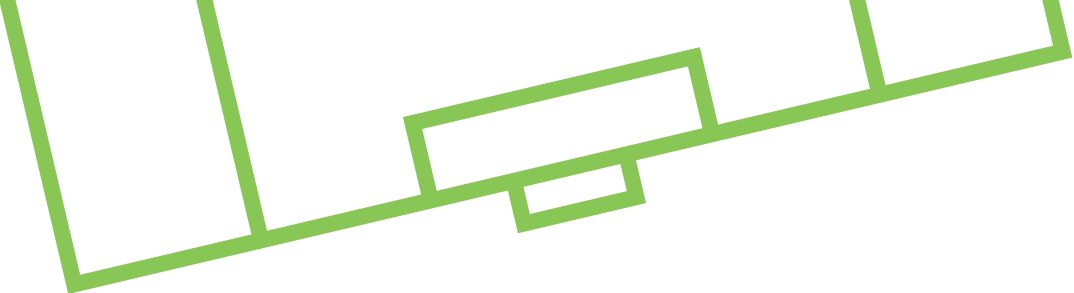
4.1 CÓDIGO DE CONDUCTA 19

4.2 PETICIÓN DE AYUDA 22

4.3 RECOMENDACIONES PARA PROTEGERSE 24

Saludo del
Real Racing Club
de Santander





Al ser parte del Real Racing Club, no solo formas parte de un equipo, sino que te integras en una comunidad que se preocupa profundamente por tu bienestar y desarrollo personal. En nuestro club, asumimos con responsabilidad el rol clave de acompañarte en tu educación, tanto en el campo como fuera de él.

Cada familia que confía en nosotros para cuidarte, enseñarte y protegerte nos otorga un privilegio que valoramos enormemente. Desde el Racing nos comprometemos a brindarte un entorno seguro, respetuoso e inclusivo, donde se respeten rigurosamente los más altos estándares éticos y legales. Queremos que cada adolescente sienta el apoyo necesario para potenciar su crecimiento tanto en lo personal como en lo deportivo.

El Racing es el equipo de nuestra casa, de nuestra tierra, de Cantabria. Aquí, en nuestro club, nos dedicamos a asegurarte la protección y la educación que te permitirán alcanzar tus metas y desarrollar al máximo tus talentos. Tu bienestar y desarrollo son nuestras principales prioridades.

Agradecemos profundamente tu confianza y compromiso con nuestra comunidad. Trabajaremos juntos para ayudarte a alcanzar tus sueños y convertirte en la mejor versión de ti mismo, dentro y fuera del campo de juego

MANUEL HIGUERA SANCHO
Presidente del Real Racing Club de Santander

En el Racing, nuestra prioridad es proteger y cuidar el talento de cada uno de nuestros jugadores y jugadoras. Entendemos que garantizar vuestro bienestar es crucial para que descubráis y desarrolleis vuestro potencial al máximo. Por ello, proporcionamos los mejores recursos profesionales, herramientas y oportunidades para vuestro desarrollo integral.

Ser parte del Racing implica recibir siempre un trato respetuoso y seguro, donde vuestra seguridad y bienestar son fundamentales. Reconocemos que no todos, ni todas alcanzaréis el nivel de futbolistas profesionales, por lo que nos comprometemos a brindar una educación excelente que os enriquezca como personas dentro y fuera del campo.

Queremos que os sintáis respaldados y seguros en cada etapa de vuestra trayectoria, tanto deportiva como personal. No permitiremos que ningún tipo de violencia se entrometa en vuestro desarrollo.

Es un honor teneros en nuestro club. Estamos aquí para apoyaros en la búsqueda de vuestros sueños y el desarrollo de vuestros talentos. Juntos, trabajaremos para que cada uno de vosotros alcance su máximo potencial y se convierta en la mejor versión de sí mismo.

SEBASTIÁN CERIA
Máximo accionista del Real Racing Club de Santander



Cada persona es protagonista de su propio desarrollo. Todas y todos tenemos la capacidad de influir en nuestro crecimiento de manera positiva o negativa. Nuestra labor en el fútbol base del Real Racing Club es guiarte para que tomes las mejores decisiones y alcances el éxito en todos los aspectos de tu vida.

Ganar siempre no se trata únicamente de acumular títulos, torneos o partidos ganados, ni de marcar muchos goles o jugar muchos minutos. Ganar siempre significa aprovechar todas las oportunidades para que cada persona desarrolle al máximo su talento y haga realidad sus sueños. El fútbol es más que un deporte, es un poderoso entorno para tu desarrollo personal.

A través del fútbol, en el Real Racing Club aprenderás valores esenciales y habilidades para la vida, como el autoconocimiento, el pensamiento crítico y la gestión de la tensión y el estrés. Estos aprendizajes te acompañarán más allá del campo de juego y serán fundamentales para tu crecimiento como persona.

No podemos garantizar ni predecir el nivel que alcanzará cada persona que juega en nuestro club. Pero sí podemos asegurarte que la educación que recibirás durante tu paso por el fútbol base del Real Racing Club te será útil para tu vida, independientemente de a dónde te lleve el fútbol.

Gracias por tu dedicación y esfuerzo. Cada paso cuenta para convertirnos en mejores personas y alcanzar nuestros sueños.

GONZALO COLSA ALBENDEA
Director de fútbol base
Real Racing Club de Santander

La violencia hacia la infancia y la adolescencia es una realidad presente en el mundo del fútbol. Por ello, debemos ser responsables para luchar contra ella en nuestro club. Desde el 2021, con la Ley Orgánica 8/2021, todos las personas adultas tenemos la obligación de proteger a los y las menores en todo momento, también cuando jugáis al fútbol.

Como club de fútbol con cantera, tenemos un compromiso doble: uno basado en principios éticos y otro en nuestras obligaciones legales. Es nuestro deber crear entornos seguros, inclusivos y llenos de bienestar para todos los niños, niñas y adolescentes que forman parte de nuestros equipos, compiten con nuestro club o visitan nuestras instalaciones.

En el Real Racing Club, nos tomamos vuestra protección y bienestar muy en serio. Como responsable del área de bienestar y educación, quiero que sepáis que nuestro mayor compromiso es ofrecer la mejor protección posible. Nos aseguramos de que todos y todas en el club os sintáis seguros y protegidos, y tomaremos las medidas necesarias contra cualquier tipo de violencia que pueda surgir en el fútbol.

El cuidado y la protección son fundamentales para que cada uno de vosotros y vosotras pueda alcanzar su mejor versión, desarrollar su talento y perseguir sus sueños. Esa es nuestra misión. Con vuestro apoyo y comprensión, será mucho más fácil. Juntos, podemos crear un entorno seguro y estimulante donde todas las personas puedan crecer y desarrollar su máximo potencial. ¡Un club donde el fútbol y el respeto van de la mano!

GONZALO SILIÓ SÁIZ
Delegado de protección a la infancia
Real Racing Club de Santander

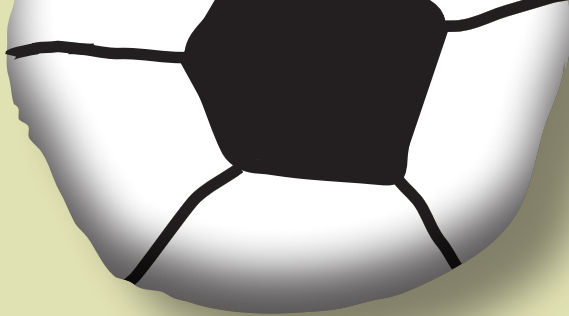


1 Derechos de la infancia

¿Sabías que en 1989 las Naciones Unidas aprobaron la *Convención Internacional de los Derechos del Niño*? España fue uno de los primeros países en ratificar dicha *Convención*. Estos derechos los tienes desde que naciste, simplemente por nacer, nunca los pierdes y son esenciales para garantizar la dignidad y el bienestar de todas las personas.

Los derechos de la infancia nacen para proteger a cualquier menor de edad contra toda forma de perjuicio o abuso físico o mental, descuido o trato negligente, malos tratos o explotación. Tales derechos pueden agruparse de la siguiente manera:





1

Todas las personas adultas, entidades y gobiernos estamos obligados a proteger y tratar bien a todos los niños, niñas y adolescentes.

2

Todos los niños, niñas y adolescentes tenéis derecho a vivir bien, sin miedo, con las personas a las que queréis y que os quieren. Y tenéis el deber de respetarlas y cuidarlas.

RESPECTO A
LA PROTECCIÓN,
DEBES SABER
QUE:



3

NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES TENÉIS DERECHO A RECIBIR BUEN TRATO Y QUE NADIE OS HAGA DAÑO. TAMBIÉN DEBÉIS TRATAR BIEN A TODAS LAS PERSONAS. EN ESPECIAL A OTROS MENORES, PORQUE TAMBIÉN ES SU DERECHO.

Al practicar fútbol todos tus derechos deben ser respetados. Eres niño, niña o adolescente antes que futbolista. Para ayudarte a reconocer tus derechos en el fútbol, hemos adaptado la propuesta de FAPMI-ECAT. Léelos y tenlos presentes cuando estés jugando o entrenando.

Tienes derecho...

1

...a que se respete tu Interés Superior. Es decir, a que tu desarrollo y bienestar sea considerado y respetado en todas las decisiones que te afecten.

2

...a practicar fútbol para aprender, desarrollarte y socializar con otras personas.

3

...a practicar fútbol sin discriminación alguna.

4

...a divertirte como un niño/a practicando fútbol.

5

...a disfrutar del fair play en un ambiente sano y saludable.

6

...a ser bien tratado, recibir un trato digno y tratar con dignidad a los demás.

7

...a recibir un entrenamiento efectivo, eficaz y eficiente y a que te entrenen personas competentes y cualificadas.

8

...a participar en entrenamientos y competiciones adaptadas a tus características individuales de desarrollo y crecimiento.

9

...a competir con otros niños, niñas y adolescentes con las mismas posibilidades de éxito.

10

...a jugar en condiciones de total seguridad.

11

...a jugar sin recibir ningún tipo de violencia.

12

...a ganar torneos y campeonatos, pero también a no ganarlos.



2 Adolescentes, fútbol y violencia

Por desgracia, en nuestras sociedades hay niños, niñas y adolescentes (NNA, en adelante) como tú que son objeto de violencia. Es decir, sufren situaciones que les dañan y lastiman. Desde las más leves a las más graves. El fútbol debe ser una oportunidad para protegerlos y cuidarlos más y mejor. Por ello, en él no tiene cabida ninguna situación de violencia de ningún tipo. No es aceptable que sufráis violencia alguna.

La práctica del fútbol os permite contar con un equipo educativo que os ayudará y asistirá cuando lo necesitéis, y que garantizará siempre que recibáis un buen trato y que se os proteja contra toda forma de violencia. Es nuestra responsabilidad y obligación.

¿QUÉ ES
LA VIOLENCIA CONTRA
NIÑOS, NIÑAS
Y ADOLESCENTES?

Son todas aquellas acciones en las que alguien, adulto o menor, te hace daño, te hiere o lastima y no respeta tus derechos. Insultos, menosprecios, golpes, decirte cosas que te duelen, castigarte físicamente, no respetar o tocar las partes privadas de tu cuerpo y otros abusos son algunas de las acciones violentas que reciben algunas niñas, niños y adolescentes.

Dejar de ayudarte, abandonarte o descuidarte en aquello que te permite vivir y crecer de forma saludable es también un acto de violencia. Por ejemplo, impedir que vayas a la escuela, que juegues o hagas deporte, que te alimentes correctamente, que descanses...

¿DÓNDE PUEDE DARSE LA VIOLENCIA CONTRA NNA?

Los actos violentos pueden darse en todos los campos de nuestra vida: la familia, la escuela, el deporte... y también en internet y en las redes sociales. En el fútbol puede darse violencia en los partidos, en los entrenamientos, en vestuarios y duchas, en salas de tratamiento o entrenamiento, en despachos, almacenes, en los viajes, transportes o concentraciones... en cualquier lugar.

¿QUIÉN PUEDE EJERCER VIOLENCIA CONTRA NNA?

Cualquier persona, mayor o menor de edad. En la mayoría de los casos, la violencia es cometida por una persona conocida de la víctima. Suele ser alguien que se gana su confianza con engaños y amenazas.

Si alguna vez vives alguna situación así o sabes de algún niño o niña al que le ocurra, puedes pedir ayuda. Guardar en secreto cosas así no ayuda a nadie. Estamos aquí para protegerte. En caso de emergencia, llama a los siguientes teléfonos:

112

EMERGENCIAS

942 20 77 76

ICASS Servicios sociales

900 20 20 10

Fundación ANAR

942 21 95 00

CAVAS



Si alguna vez
vives, ves o
sabes de
situaciones
violentas en el
fútbol,
debes
tener claro que
puedes pedir
ayuda.



EL FÚTBOL DEBE
SER UN ENTORNO
PROTECTOR, INCLUSIVO
Y DE BUEN TRATO,
LIBRE DE TODA
VIOLENCIA.





3 Fútbol seguro: ibuen trato!

Quizás no sepas que desde el año 2021 contamos en España con la *Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia (LOPVI)*. Dicha ley exige a todas las entidades y personas responsables de niños, niñas y adolescentes medidas para garantizar que el deporte sea un entorno seguro, inclusivo y de buen trato. En **el Real Racing Club**, estamos muy orgullosos y contentos de poder contar con todas estas medidas para ayudaros.

Buen trato

FORMA DE RELACIONARSE CON LOS NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES BASADA EN EL CUIDADO Y RESPETO DE VUESTROS DERECHOS FUNDAMENTALES.

PROMUEVE ACTIVAMENTE:

EL RESPETO MUTUO, LA DIGNIDAD DEL SER HUMANO, LA CONVIVENCIA DEMOCRÁTICA, LA SOLUCIÓN PACÍFICA DE CONFLICTOS, LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES Y LA NO DISCRIMINACIÓN.

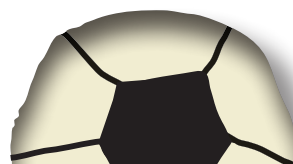
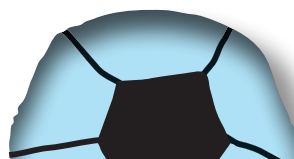
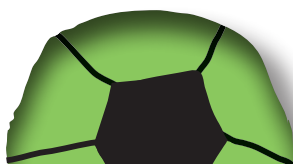
Medidas de protección y prevención de toda forma de violencia en el fútbol.

→ TODAS LAS ENTIDADES DEPORTIVAS ESTAMOS OBLIGADAS A:

- *Aplicar y medir cada año la eficacia de un protocolo para protegeros.*
- *Contar con medidas para no discriminaros por ninguna razón: edad, raza, discapacidad, orientación sexual, identidad sexual o expresión de género...*
- *Designar una persona Delegada de protección.*
- *Trabajar con vosotros/as, vuestras familias y las personas que os entrenan en el rechazo al uso de insultos y expresiones degradantes y discriminatorias.*
- *Exigir a todas las personas que os entrenan o ayudan formación en derechos fundamentales de la infancia y la adolescencia.*
- *Fomentar y reforzar las relaciones y la comunicación entre las organizaciones deportivas y vuestras familias y responsables.*
- *Construir un entorno seguro para que practiquéis fútbol sin situaciones de violencia.*
- *Fomentar vuestra participación activa en todos los aspectos de vuestra formación y desarrollo integral.*

→ TODAS LAS PERSONAS, VOLUNTARIAS O PROFESIONALES, QUE TRABAJAN EN **EL REAL RACING CLUB** Y TIENEN CONTACTO CONTIGO, ESTÁN OBLIGADAS A:

- *Ofrecerte un buen trato como elemento central de todas sus actuaciones.*
- *Ayudarte ante cualquier indicio o sospecha de violencia de cualquier tipo.*



LA PERSONA DELEGADA DE PROTECCIÓN EN EL REAL RACING CLUB ES UNA PERSONA QUE ESTÁ A TU DISPOSICIÓN PARA PROTEGERTE, ACOMPAÑARTE Y AYUDARTE A NOTIFICAR CUALQUIER SITUACIÓN DE VIOLENCIA QUE SUFRAS O CONOZCAS.

PUEDES CONTACTAR CON LA PERSONA DELEGADA DE PROTECCIÓN:

GONZALO SILIÓ SÁIZ // TFNO.: 657 13 86 18 // EMAIL: ayuda@realracingclub.es

→ LA PERSONA DELEGADA DE PROTECCIÓN EN EL REAL RACING CLUB TE PUEDE AYUDAR CUANDO:

- *Necesites expresar alguna inquietud sobre tu seguridad e integridad.*
- *Quieras conocer el protocolo o las medidas de protección.*
- *Necesites comunicar alguna situación de violencia que te afecte a ti o a otra persona.*
- *Necesites protección o ayuda de cualquier clase.*

¿QUÉ PUEDES
HACER TÚ PARA
PROTEGERTE?

*Acudir a la
persona Delegada de
protección para mani-
festar tus inquietudes
sobre tu seguridad
e integridad*

*Conocer
cuáles son
tus derechos*

*Conocer cómo
puedes notificar
cualquier indicio o
sospecha de violencia
propia o de otras
personas*

*Conocer y
seguir los códigos
de conducta y normas
de espacios y eventos*

*Ofrecer un buen trato
al resto de personas
mayores y menores.
No aceptar ningún tipo
de violencia*

4 Herramientas para protegerte

Disfrutar de un fútbol seguro que te trate bien y te proteja es nuestra responsabilidad ética como educadores. Además, como ya sabes, estamos obligados por ley a hacerlo. Por consiguiente, nos complace poner a tu disposición las siguientes herramientas para que puedas participar activamente en fomentar el buen trato y colaborar en crear un entorno protector, inclusivo y de bienestar.

4.1

CÓDIGO DE CONDUCTA

Además de derechos, tenemos deberes. Como ya conoces, disfrutar de nuestros derechos implica aceptar, asumir y cumplir con nuestros deberes. Estos deberes son las tareas que nos garantizan poder vivir bien en todos los ámbitos de la vida, tanto familiar, escolar, deportiva como social. Así lo recoge nuestro código de conducta.

Tu comportamiento y actitud son importantes para tu educación, desarrollo personal y deportivo, pero también para tu protección y seguridad. Nuestro código de conducta está pensado para que puedas practicar fútbol fomentando el buen trato y un entorno protector, inclusivo y de bienestar. Las pautas del código de conducta son como las normas de tráfico: si no las cumples te pones en riesgo tú y pones en riesgo al resto de los integrantes del **Real Racing Club**.

CÓDIGO DE CONDUCTA

para futbolistas menores de edad que desean desarrollarse de manera segura, protegida e inclusiva en el marco del buen trato dispensado por el Real Racing Club de Santander.

➔ **Para garantizar un entorno protector, inclusivo y propicio para el desarrollo integral de niños, niñas y adolescentes en el ámbito futbolístico, me comprometo a:**

- Manifestar respeto y educación hacia todas las personas participantes en las actividades deportivas, tanto a entrenadores/as y compañeros/as como a rivales, personas que arbitren, asistan u organicen los eventos.
- Cuidar, respetar y usar correctamente las instalaciones y/o el material, y permanecer en los lugares asignados para la práctica del fútbol.
- Asistir con el material necesario y la ropa adecuada para la práctica del fútbol.
- Comunicar a las personas adultas responsables mi llegada y mi salida de las instalaciones deportivas.
- Cumplir las reglas en vestuarios y duchas. Preguntar a entrenadores/as u otras personas de referencia en el caso de no entender alguna regla o norma.
- No fumar, no beber alcohol ni consumir drogas.
- No consumir sustancias dopantes de ningún tipo.
- Fomentar la deportividad, reclamar el juego limpio y aceptar con humildad y tranquilidad las victorias y las derrotas.
- Saludar y estimar a mis adversarios/as y a los/as árbitros/as (o juezas y jueces).
- Aceptar con deportividad y respeto cualquier decisión arbitral.

- 
- Garantizar la puntualidad en todos los eventos, desde entrenamientos hasta torneos y viajes.
 - Notificar cambios, retrasos e incidencias.
 - Mantener informadas a las personas responsables sobre mi condición médica, lesiones o necesidad de descanso.
 - Solicitar ayuda a las personas responsables cuando algo o alguien me haga sentir mal o me dañe.
 - No participar en comportamientos de acoso, *bullying*, discriminación, intimidación, humillación o menosprecio. En caso de conocer que alguien es objeto de estas violencias, pediré ayuda a las personas de referencia.
 - No acosar ni abusar sexualmente de nadie.
 - Pedir ayuda si tengo sospechas o certezas de que yo u otra persona pueda sufrir acoso o abuso sexual.
 - Proteger y cuidar a las personas más vulnerables o débiles, especialmente a quienes sean menores que yo.
 - Cooperar con las personas responsables para evitar conductas violentas.
 - Usar las redes sociales tal y como determine el **Real Racing Club** y nunca para insultar, menospreciar o minusvalorar a otras personas.

4.2

PETICIÓN DE AYUDA

Pedir ayuda para ti u otra persona es siempre una muestra de valentía. No tienes que enfrentarte a las cosas difíciles solo o sola. Mantenernos seguros y protegidos en situaciones difíciles es un reto muy grande para una sola persona. Ocurre como en los partidos: siempre cuentas con el apoyo de muchas personas para poder jugar y ganarlos.

Si te preocupa, alarma, asusta o hace sentir mal alguna situación o persona, puedes contar con nuestra ayuda. Sea quien sea, rompe el silencio. Peleas, amenazas, acoso, presiones, problemas en casa o en el colegio... Cualquier situación que sientas como una amenaza es motivo suficiente para pedir nuestra ayuda. Nadie tiene derecho a hacer sentir inseguro o infeliz a otra persona. Si conoces a alguien que vive una situación así, también puedes pedir ayuda para él o ella. Juntos podemos garantizar que juguemos siempre en un entorno seguro, saludable y protector.

Cuando hables con nosotros, buscaremos la mejor forma de ayudarte. Nadie más que nosotros sabrá que has pedido ayuda, y te acompañaremos en todo lo que necesites.

Puedes acudir directamente a la persona Delegada de protección del **Real Racing Club**, a una persona de confianza o comunicarte por los siguientes medios para pedir ayuda:

1 DELEGADO/A DE PROTECCIÓN	2 EMERGENCIAS	
 GONZALO SILIÓ SÁIZ 657 13 86 18  ayuda@realracingclub.es	 942 20 77 76	
	 ANAR Teléfono/chat ANAR de ayuda a niños, niñas y adolescentes 900 20 20 10	C A V A S [Cantabria] 942 21 95 00

¿Necesitas hablar?

¡ROMPE EL SILENCIO! TE ESCUCHAMOS

¿QUÉ HA
PASADO?

¿CÓMO TE
ENCUENTRAS?

¿QUIÉN O QUIÉNES LO
HAN HECHO?

¿DÓNDE Y CUÁNDO HA SIDO?

¿ALGUIEN MÁS LO VIO, LO
SABE O SE LO HAS CONTADO?

SEÑALA LO
GRAVE QUE ES:

LEVE



MUY GRAVE

4.3

RECOMENDACIONES PARA PROTEGERSE

Mantenernos seguros y sentirnos bien tratados es esencial para poder disfrutar al máximo de jugar y entrenar. Para ello, te pedimos que seas responsable con tu protección y con la del resto de personas que forman parte del Real Racing Club siguiendo las siguientes recomendaciones:

- Lee y reflexiona con tu familia sobre los Códigos de conducta del **Real Racing Club**.
- Cuenta siempre a tus personas de confianza (entrenadores, familia, delegado/a de protección) cualquier acto o situación que te haya hecho sentir inseguridad, miedo, daño o indefensión, por pequeña que sea.
- No humilles ni menosprecies a nadie por su esfuerzo, participación o rendimiento en un partido o entrenamiento.

En las gradas, entrenamientos, partidos o torneos:

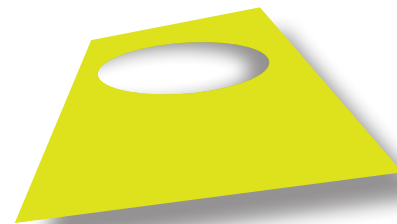
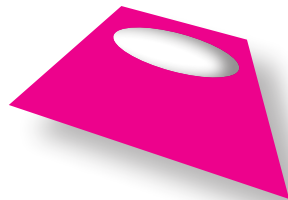
- Cuando estés en las gradas o viendo otros partidos o entrenamientos, nunca participes en insultos y expresiones degradantes, discriminatorias y violentas, especialmente cuando se trate de insultos machistas, homófobos y racistas. Si conoces a alguien que tenga tales comportamientos, puedes ponerlo en conocimiento del equipo de entrenadores o de la persona Delegada de protección.
- Si sientes que alguien te insulta o usa expresiones degradantes, discriminatorias o violentas hacia ti, ponlo en conocimiento del equipo de entrenadores, de la persona Delegada de protección o de los responsables de arbitraje o del torneo.

En las duchas y vestuarios:

- Respeta las normas de uso de duchas y vestuarios y la intimidad del resto de personas.
- Si alguien o algo te hace sentir inseguridad, miedo, daño o indefensión en las duchas y vestuarios ponlo en conocimiento del equipo de entrenadores o de la persona Delegada de protección.
- No uses duchas y vestuarios en presencia de adultos que no conozcas, y nunca lo hagas solo o sola con una persona adulta.
- No hagas ni participes en fotografías o vídeos en duchas, vestuarios o habitaciones, y comunícalo si alguien lo hace.
- Solicita usar instalaciones apropiadas para tu sexo.
- Si otro u otros menores te incomodan, te hacen sentir inseguridad, miedo, daño o indefensión en duchas y vestuarios, solicita ayuda inmediatamente.

En despachos, salas de entrenamiento o tratamientos, etc.:

- Cuando hayas de reunirte con cualquier persona adulta para charlas o tratamientos, solicita mantener las puertas abiertas, la presencia de otras personas y que nunca cierren con llave. En caso contrario, cuéntaselo a los y las responsables.



- Solicita el consentimiento de tus familiares o tutores antes de empezar tratamientos o entrenamientos específicos y su presencia en los mismos.
- *Informa a tu familia de cualquier charla o tratamiento que hayas recibido en privado.*

En transportes y desplazamientos:

- Usa los transportes oficiales y compártelos con otros niños, niñas o adolescentes.
- *Informa a tus familiares de los itinerarios, horas y paradas que se hagan en los desplazamientos.*
- No uses a solas ningún transporte con ningún adulto.
- *Cuenta a tus personas de confianza bromas, comentarios, tocamientos o juegos que no te parezcan normales o no te hagan sentir bien.*
- No aceptes nunca tabaco, alcohol u otras drogas.
- *No aceptes invitaciones para llevarte de personas que no estén autorizadas. Usa el transporte que te haya indicado tu familia.*

En viajes, pernoctaciones y concentraciones:

- No uses habitaciones a solas con ningún adulto, ni entres a solas en la habitación de un adulto.
- *No abandones los espacios de la expedición; comunica siempre a alguien si tienes que acudir a servicios, tiendas, etc.*
- Limita el uso de móviles y otros dispositivos a la normativa establecida.
- *Estate siempre localizado/a y comunicado/a, y lleva contigo acreditaciones y documentación.*
- Nunca des tus datos personales a ninguna persona desconocida.
- *Evita usar prendas con tus nombre impreso de forma pública.*
- Anticipa dónde y cómo poder solicitar ayuda en caso de emergencia.

NO PARTICIPES, NORMALICES, NI IGNORES NINGUNA SITUACIÓN DE VIOLENCIA;
NO TIENEN CABIDA EN EL FÚTBOL. FOMENTA EL RESPETO, LA EDUCACIÓN Y EL BUEN TRATO.



Protege tu bienestar como futbolista

- *Recuerda que no eres un jugador o jugadora profesional. El fútbol debe ser una fuente de alegría y no de estrés. Valora tu esfuerzo, dedicación y participación por encima de los resultados.*
- *No compares tus avances y mejoras con los de otras personas y menos con los y las profesionales. El desarrollo deportivo es un proceso a largo plazo. No te presiones para mejorar rápidamente. Valora quién eres, no solo lo que haces.*
- *Protege tu salud. Asegúrate de descansar y desconectar del fútbol; es clave para evitar lesiones y agotamiento. Fomenta otros hobbies y actividades. Fomenta otros intereses y participa en diversas actividades.*
- *No des mucha importancia a tus errores, ni a los análisis de personas ajenas al club o al equipo. Limita las grabaciones, análisis y reflexiones sobre tus entrenamientos y partidos para evitar que el fútbol te abrume.*
- *Eres un adolescente antes que un futbolista y necesitas educadores, no agentes deportivos. Evita situaciones donde te puedan explotar o exponerte a estrés innecesario por buscar oportunidades deportivas.*
- *El fútbol debe ser una experiencia enriquecedora y positiva, debe ser una fuente de disfrute y crecimiento personal, evita cualquier presión adicional que pueda afectar a vuestro bienestar físico y emocional.*

AGENTES, OJEADORES Y REPRESENTANTES:

- *Es importante que tengas cuidado con las personas que se te acercan prometiéndote cumplir tus sueños. Nadie, ni siquiera tú, sabe el nivel que vas a alcanzar.*
- *Según la FIFA y las leyes vigentes es ilegal tener un agente si eres menor de 16 años. Ojeadores y representantes sólo pueden contactarte con el consentimiento de tu familia o tutores legales.*
- *No necesitas un agente a una edad temprana para progresar en tu carrera deportiva.*
- *Si te molesta algún agente o te sientes presionado por otras personas adultas, ponlo en conocimiento del delegado de protección del club. Te ayudaremos.*
- *Si un ojeador o representante se acerca a ti, comunícalo en el club. Así podremos protegerte y asesorarte.*

TEN CUIDADO CON LOS AGENTES QUE TE PROMETEN UN ÉXITO INMEDIATO O UN CONTRATO PROFESIONAL.

LA POSIBILIDAD DE LLEGAR A SER PROFESIONAL ES MUY BAJA, ASÍ QUE NO DESCUIDES TUS ESTUDIOS NI TE ALEJES PREMATURAMENTE DE TU FAMILIA.



Toda violencia afecta al bienestar físico, social y psicológico de las personas. Además, puede dificultar o impedir el desarrollo de niños, niñas y adolescentes como tú, y tener consecuencias incluso a largo plazo.

La violencia hacia niños, niñas y adolescentes existe también en el fútbol. Por ello, debemos cuidarnos y protegernos para evitarla cuando lo practiquemos.

Si algo o alguien te hace sentir a ti, o a otra persona, inseguridad, miedo, daño o incomodidad, no tengas miedo de hablar. En el **Real Racing Club de Santander** siempre vas a tener a alguien dispuesto a ayudarte y protegerte.

Recuerda que el fútbol solamente será beneficioso y saludable cuando asegure tu bienestar y seguridad. Desde el **Real Racing Club de Santander** nos comprometemos a ofrecerte siempre el buen trato y el entorno protector e inclusivo que todos los niños, niñas y adolescentes os merecéis.

“Lo que se dé a los niños y niñas, los niños y niñas darán a la sociedad”.

Karl Menninger



PROYECTO VICTORIA
REAL **RACING** CLUB

