



**TREFPUNT  
HEILOO**  
WELZIJN DICHTBIJ

# **ALS GRENZEN OVERSCHREDEN WORDEN**

*Vertrouwenspersoon*

## **Stichting Trefpunt Heiloo**

Abraham du Bois-hof 2  
1852 EZ Heiloo  
(072) 533 12 97  
info@trefpuntheiloo.nl

[www.trefpuntheiloo.nl](http://www.trefpuntheiloo.nl)

## **Als grenzen overschreden worden**

*Overal waar mensen met elkaar in contact zijn, kunnen spanningen voorkomen in de omgang: een misverstand, een uit de hand gelopen ruzie, een dreigend conflict, ongewenste humor of een niet prettig aanvoelende aanraking. De beleving van gewenste en ongewenste omgang is voor iedereen verschillend. Jij bepaalt wanneer er een grens is overschreden. In deze folder wordt uitgelegd hoe het zit met ongewenste omgangsvormen en vooral wat je hier tegen kunt doen.*

## **Gewenst en ongewenst: jij trekt de grens**

Jij bepaalt wat gewenst en ongewenst is. Bij ongewenst gedrag gaat het om de aantasting van de persoonlijke integriteit. Ongewenst gedrag kan tot uiting komen in woord, gebaar en/of handeling. Veel voorkomende vormen zijn: (seksuele) intimidatie, discriminatie, fysieke en verbale agressie en psychisch geweld zoals pesten. Een situatie die in eerste instantie gewenst is, kan uitmonden in een ongewenste situatie. Zo kan een aanvankelijk goede samenwerking door een misverstand veranderen in vijandigheid of kan een vriendschap verstoord raken. Er hoeft dan geen sprake te zijn van een dader en een slachtoffer, maar het kan de sfeer negatief beïnvloeden. Veel van deze spanningen worden meestal in onderling overleg opgelost. Echter, niet in alle gevallen lukt het om de sfeer op eigen kracht weer prettig en ontspannen te krijgen. In die gevallen zal er meer moeten gebeuren dan elkaar aanspreken.

## **Stichting Trefpunt Heiloo ondersteunt jouw grens**

Ons beleid is erop gericht om gewenste omgang te stimuleren en ongewenst gedrag te voorkomen en aan te pakken. Stichting Trefpunt Heiloo wil je op deze manier ondersteunen in lastige situaties. Jij hebt tenslotte recht op prettig en ontspannen (vrijwilligers-)werk, beoefenen van een hobby of deelname aan een activiteit, waar je jezelf kunt zijn.

## **Wat kun je doen?**

Niemand hoeft te accepteren dat zijn of haar grenzen worden overschreden, maar het is belangrijk de ander dat te laten weten. Eerste stap is daarom dat je er zelf iets aan probeert te doen door de situatie en jouw gevoelens te bespreken met die ander. Als je dit niet zo makkelijk vindt of als het niet tot de gewenste verandering leidt kun je iemand inschakelen om jou hierbij te ondersteunen, zoals onze (vrijwillige) coach of een vertrouwenspersoon.

De coach en de vertrouwenspersoon zijn onafhankelijk, garanderen absolute vertrouwelijkheid en ondernemen alleen iets als je dat zelf wilt. Het kan enorm opluchten om niet in je eentje rond te lopen met spanningen of een naar gevoel.

## **De coach**

Bij de coach tref je een luisterend oor en iemand die je kan helpen de situatie duidelijker te maken waardoor je weer mogelijkheden gaat zien. Hij kan je ook begeleiden die mogelijkheden uit te proberen waardoor je uit de situatie komt. En als het nodig lijkt, zal hij je doorsturen naar de vertrouwenspersoon. Vrijwilligers kunnen via een van de medewerkers of de directeur in contact worden gebracht met de coach.

## **De vertrouwenspersoon**

Bij de vertrouwenspersoon worden al jouw opties en de gevolgen hiervan besproken. Hij is op de hoogte van de wettelijk eisen en de mogelijkheden van andere hulpinstanties. Ook kan hij helpen bij het opstellen van een klacht bijvoorbeeld aan de klachtencommissie of aan de directeur of, als dat nodig is, aan het bestuur van Stichting Trefpunt Heiloo.

De vertrouwenspersoon is er voor alle medewerkers, vrijwilligers en bezoekers van het Trefpunt. Je kunt altijd en direct contact opnemen. Zit je ergens mee, aarzel dan niet, neem contact op.

Bij Stichting Trefpunt Heiloo is Heiko Sportel onze (vrijwillige) vertrouwenspersoon. Je kunt contact met hem opnemen via e-mail [heiko.sportel@gmail.com](mailto:heiko.sportel@gmail.com).

Spreek je liever met iemand buiten onze organisatie, kun je contact opnemen de vertrouwenspersoon die voor de vrijwilligers in Bergen en Heiloo is aangesteld. E-mail en telefoonnummer van deze vertrouwenspersoon zijn te vinden op:

<https://www.trefpuntheiloo.nl/info-voor-vrijwilligers/info-algemene-vacatures/>