

## Kære børn og unge, forældre, foreninger, kommunen, GIF og politikere.

Grønlands Idrætsforbund har startet børnerådet PEQATAASA for at give os unge en stemme i, hvordan idrætten skal udvikle sig. Vi vil gøre sport sjovere og mere inkluderende for alle.

På vores møde talte vi om vigtige emner som online grooming, grænsesætning og hvordan vi får flere unge til at være aktive. Vi lærte, hvordan vi beskytter os selv online og sætter grænser for uønsket kontakt.

Vi kom også med idéer til, hvordan vi kan gøre sport sjovere og mere tilgængelig, så flere har lyst til at være med.

### Derfor anbefaler vi:

#### Kære børn og unge

- **Invitér vennerne med!** Jo flere vi er, jo sjovere bliver det – så få dine venner med til træning eller få dem til at melde sig ind i klubben. Sport og fællesskab er dobbelt så sjovt, når man gør det sammen!
- **Vær den, der tager godt imod de nye!** Vi har alle prøvet at være nye – lad dem føle sig velkomne og vær med til at gøre det sjovt for alle fra dag ét.
- **Sæt gang i den gode velkomst.** Vis de nye, hvorfor det her er stedet, hvor vi alle kan hygge os og blive bedre sammen.
- **Tænk over, hvem du skriver med.** Vær forsigtig online – del kun personlige ting med folk, du kender og stoler på.
- **Kend dine grænser – og husk, det er helt okay at sige nej!** Hvis du ikke er tryk ved noget, så sig nej. Dine grænser er vigtige, også selvom nogen presser dig.
- **Blokér dem, du ikke kender.** Hvis en fremmed skriver til dig eller sender ubehagelige beskeder, så blokér dem straks og hold dig til folk, du kender.

#### Kære kommuner

- **Gør det nemt at finde aktiviteter i byen!** Fortæl om alle de muligheder, der er – med tilmeldingsinfo, tider og kontaktoplysninger, så vi ved, hvor vi kan være med.
- **Renoverer hallerne.** Giv os nogle gode steder at træne og hænge ud!
- **Anerkend dem, der hjælper os.** Anerkend de frivillige, som gør alt det her muligt, og vis dem frem på de sociale medier!

#### Kære politikere

- **Lad være med at spare på børn og unge.** Vi har brug for støtte til at kunne dyrke sport og fællesskab uden økonomiske forhindringer.
- **Giv alle mulighed for at deltage - uanset økonomi.** Sporten skal være for alle, så ingen føler sig udenfor.
- **Skab tryghed i sporten.** Det er vigtigt, at trænere har børneattester og skaber et trygt sted for os.

#### Kære Grønlands Idrætsforbund

- **Giv børnetrænerne mere viden og inspiration.** Vi lærer bedst, når trænerne er godt klædt på til opgaven.
- **Hold øje med, hvad der rører sig.** Vær nysgerrig på foreningerne og hvad der sker rundt omkring – det kan gøre sporten bedre for os alle!

#### Kære forældre

- **Vær med i vores verden!** Spørg os om, hvordan det går til træning, og bak os op – det betyder så meget!
- **Giv en hjælpende hånd, når der er kampe og træning.** Vi sætter pris på, at I også er der, når vi har brug for lidt opbakning!
- **Sæt holdet først.** Vær der for os alle, og husk, at vi har det sjovt, når alle kan være med – det er mere end bare resultaterne.

#### Kære foreninger

- **Hav trænere, der giver plads og tryghed til alle.** Når nye starter, skal de føle sig velkomne, så vi alle kan lære, vokse og have det sjovt sammen.
- **Giv trænerne redskaber til at gøre os bedre.** Gode trænere betyder sjovere træning, hvor vi får endnu mere ud af at være her.
- **Vis, hvad vi laver, på sociale medier.** Lad verden se, hvor meget fællesskab og sjov vi har her – og hvorfor flere skal være en del af det!
- **Lav træning, der både er sjov og styrker fællesskabet.** Vi er her for at lære og have det sjovt sammen – så sørg for, at træningen også er fyldt med energi og fællesskab.
- **Få flere frivillige trænere med ombord** Når vi har nok trænere, kan vi alle få mest muligt ud af træningen.
- **Lad os tale åbent om grænser.** For at alle kan føle sig trygge, er det vigtigt, at vi taler om grænser i foreningen, så både medlemmer, forældre og trænere ved, hvad der er okay.
- **Trænere og medlemmer – vi holder os til foreningen, ikke Facebook.** Trænere og medlemmer behøver ikke at være venner på FB. For at holde det trygt og professionelt.





## Asasagut meeqqat, inuusuttut, angajoqqaat, peqatigiiffiit, kommunit, Timersoqatigiit Kattuffiat politikerillu.

Timersoqatigiit Kattuffiata meeqqat siunnersuisoqatigiit PEQATAASA pilersippaat, uagut inuusuttuusugut timersorneq qanoq ineriartortinneqassanersoq pillugu oqariartuuteqarniassagatta. Timersorneq nuannernerulersikkusupparput aammalu tamanut peqataanerulersitserusuppugut.

Ataatsimeersuarnitsinni sammisat pingaarutillit oqaluuserivagut soorlu online grooming, killiliisarneq aammalu inuusuttut amerlanerusut qanoq ilillutik timiminnik aalatitsinerulersinnaanersut. Online-ikkut qanoq immitsinnut illersorsinnaanerluta ilinniarpaput aammalu attaveqatigerusunngisatsinnut qanoq killiliisnaanerluta.

Aamma timersorneq qanoq ililluta nuannernerulersissinnaanerlugu peqataatitserpalaartunngorlugu isumassarsiorpugut, taamaalilluta amerlanerusut peqataarusulersissinnaanngorlugit.

### Taamaattumik uku ilissinnut innersuussutigaaqut:

#### Asasagut meeqqat inuusuttullu

- **Ikinngutitit ilaserikkitt!** Amerlagutta nuannernerussaaq – taamaammat ikinngutitit sungiusariaqatigikkitt imal. klubbimut ilaasortanngorteqqukitt. Timersorneq ataatsimoornerlu peqatigiilluni marloriaammik nuannernerulersarpoq!
- **Nutaanut tikilluaqqusigitt!** Nutaanut takkunneq tamatta misilinnikuupput – tikilluaqqusaasutut misigititsigitt aallaqqaataaniillu tamanut nuannersunngortitseqataagitt.
- **Tikilluaqqusineq aallartiguk.** Nutaanut takutiguk sooq peqatigiiffik tamatsinnut nuannisarfiusinnaasoq qanorlu pikkorinnerulersinnaanersugut.
- **Kikkut allaqatiginerlugit eqqarsaatigisaruk.** Onlinemiikkaangavit mianersortarit – nalunngisatit tatigisatillu kisiisa ilinnut tunngasunik avitseqatigisakkit.
- **Killissatit ilisimakkit – naaggaarsinnaanerpillu pissusissamisoornera eqqaamajuk!** Arlaat sunaluunniit toqqissisimananngippat naaggaarit. Pinngitsaalinierneqaraluaruilluunniit killissatit pingaaruteqarput.
- **Nalusatit piikkitt.** Nalusavit allaffigippatit imaluunniit nuanniisunik nassiussivigineqaruit ingerlaannaq piikkitt nalunngisatillu kisiisa attavigikkitt.

#### Asasagut kommunit

- **Illoqarfimmi sammisassarsiorsinnaanissaq ajornannginnerulersilli!** Sumi peqataasinnaaneq oqaluttuarlugit, periarfissat tamakkerlugit suoneri –peqataaniarluni nalunaarnissamut paasissutissat, piffissat attavissallu ilanngullugit.
- **Timersortarfiit nutarterlik.** Sungiusarfissanik sumiiffissanillu ajunngitsunik tunisigut!
- **Sungiusaasugut akuersaarsigitt.** Nammeneq kajumissutsiminnik sulisut timersuuterpassuarnut periarfissisut akuersaarsigitt social mediakullu nittarsaallugit!

#### Asasagut politikerit

- **Meeqqat inuusuttullu sipaarfigineqassanngillat.** Aningaasat akornutaatinnagitt timersorsinnaanermut ataatsimoornermullu tapersersorneqarnissaq pisariaqartippaput.
- **Peqataanissaq tamanut periarfissiissutigisiuk.** Aningaasat apeqqutaatinnagitt – avataaniittutut misigisoqqaqunagu, timersorneq tamanut periarfissaassaaq.
- **Timersornermi toqqissinermik pilersitsigitt.** Sungiusaasut meeqqanik pinerliisimannginnermut uppernarsaateqarnissaat toqqissisimanissatsinnut pingaaruteqarpoq.

#### Asasarpit Kalaallit Nunaanni Timersoqatigiit Kattuffiat

- **Meeqqanik sungiusaasut ilisimasaat annertusarsigitt isumassarsisillugillu.** Sungiusaasut piginnaaneqarluaangata ilikkagaqarnerusarpugut.
- **Susoqarnera malinnaaffigisiuk.** Peqatigiiffiit- sumilu tamaani susoqarnera alapernaasarsigitt – taamaaliornikkut timersorneq tamatsinnut pitsaanerulersinnaavoq!

#### Asasagut angajoqqaat

- **Silarsuatsinni peqataagitt!** Sungiusarnerput qanoq ingerlanersoq aperisigut – tapersersortigullu - isumalerujussuuvoq!
- **Unammisoqarnerani sungiusarnernilu ikiuttaritsi.** Tapersersorneqarnissaq pisariaqartikkaangatsigu ilissi aamma maaniinnissarsi pingaartippaput!
- **Holdi salliussiuk.** Tamatta pilluta maaniigitt, eqqaamasarsiuk tamatta peqataasinnaagaangatta nuannisarnerusarnerput – angusat kisimik apeqqutaatinnagitt.

#### Asasagut peqatigiiffiit

- **Tamanut inissaqartitsisunik toqqissisimanartunillu sungiusaasoqaritsi.** Tamatta ilikkagaqarsinnaanissaagatta, ineriartorluta ataatsimullu nuannisaqatigiilluta. Aallarlerlaat tikilluaqqusaasutut misigitittarsigitt.
- **Pikkorinneruleqqulluta sungiusaasut sakkusaqartissigitt.** Piginnaanilinnik sungiusaasoqarneq isumaqarpoq sungiusarnerit nuannernerusut annertunerusumillu pissarsiaqarfiusartut.
- **Sulerisarnerput social mediakut takutissiuk.** Qanoq ataatsimoorluta maani nuannisarnerput – sunalu pillugu peqataasoqarnerunissaa avataaniittunut takutissiuk!
- **Nuannersumik ataatsimoornermillu nukittunerulersitsisumik sungiusaagitt.** Ilikkagaqarniarluta nuannisaqatigiinniarlutalu maaniippugut – taamaammat sungiusarnerup nukissanik ataatsimoornermillu annertuumik tunisinnissaa isumagisiuk.
- **Nammeneq kajumissutsiminnik sungiusaasut amerlisissigitt.** Naammattunik sungiusaasoqalerutta tamatta pissarsiaqarnerussaagut.
- **Killissat ammasumik oqaluuserisigitt.** Kikkulluunniit toqqissisimaqqullugit, ilaasortanit, angajoqqaanit sungiusaasuniillu suut akuerineqarnerat ilisimaneqaleqqullugu, peqatigiiffimmi killissat oqaluuserinissaat pingaaruteqarpoq.
- **Sungiusaasut ilaasortallu – Facebook pinnagu peqatigiiffik ukkappaput.** Sungiusaasut ilaasortallu FB-ikkut kammagiittariaqanngillat. Toqqissisimanartuunissaa pitsaassusillimillu ingerlanissaa anguniarlugu.

