



FRIVILLIGA RÄDDNINGSTJÄNSTENS TRYGGA FRIVILLIGVERKSAMHET

Förebyggande och hantering av osakligt bemötande och trakasserier i Frivilliga räddningstjänstens verksamhet

Godkänd av: Frivilliga räddningstjänstens centralkommitté 3.9.2026
Uppdateras senast: December 2029

Arbetsgrupp utsedd av Frivilliga räddningstjänstens
centralkommitté

Raisa Kaukonen, Saara Koivunen, Erkki Pulkkinen, Tapio Toivola och Mari Rantio

Innehåll

Frivilliga räddningstjänstens värderingar och trygg frivilligverksamhet	2
Trakasserier och osakligt beteende – identifiera och ingrip i situationen	3
Skyldighet att ingripa	3
FRT:s medlemsorganisationer ansvarar för sina egna aktörer	3
Osakligt beteende eller trakasserier av en ansvarig frivillig, utbildare eller anställd	3
Alla anmälningar ska göras via kanalen för anmälan om trakasserier	4
Utredning av händelser	5
Ingripande i och begränsning av en ansvarig frivilligs verksamhet	6
Stödåtgärder för den som har utsatts för trakasserier eller osakligt bemötande	7
Definition av osakligt beteende	8
Principer för en tryggare verksamhet	10
Ibruktagande av anvisningen	13

Frivilliga räddningstjänstens värderingar och trygg frivilligverksamhet

I all frivilligverksamhet, även inom Frivilliga räddningstjänsten (FRT), kan man stöta på osakligt beteende och trakasserier. FRT:s värderingar – frivillighet, samarbetsförmåga och ansvar – finns inskrivna i Frivilliga räddningstjänstens verksamhetsstrategi¹. Dessa värderingar styr hur vi agerar i FRT:s hjälpuppdrag, utbildningar, övningar och överlag i all vår verksamhet. Verksamheten bygger på frivillighet, egen motivation att agera och hjälpa dem som behöver hjälp och en vilja att vara en del av hjälpkedjan. I frivilligverksamheten arbetar vi med stort engagemang och ibland så intensivt att vi utan att tänka på det kan såra våra medaktörer. Samarbetsförmåga ska synas i verksamheten genom inbördes tillit och öppenhet. Samarbetsförmåga syns i hur vi möter varandra med uppskattning och respekt, skapar och värnar om en god atmosfär samt agerar fördomsfritt och flexibelt.

FRT:s värderingar och principer styr vår verksamhet¹. För att vi ska kunna agera effektivt och må bra när vi utför de uppgifter som vi tilldelats, både inom organisationsverksamheten och i uppgifter där vi stöder myndigheterna, behöver aktörerna ha en bra och trygg verksamhetsmiljö. Därför accepterar vi inte någon form av osakligt beteende, sexuella trakasserier, ofredande eller utnyttjande i FRT:s verksamhet. Vi åtar oss att FRT-nätverket ska vara en trygg miljö för frivilliga, ansvariga frivilliga, utbildare, anställda, personer som får hjälp och tredje parter att agera i.

I denna anvisning beskrivs FRT:s principer för tryggare verksamhet, som vi följer i all FRT:s verksamhet. I anvisningen beskrivs hur man ska agera när osakligt beteende förekommer i verksamheten. Alla fall av trakasserier och osakligt beteende som förekommer i verksamheten rapporteras via FRT:s egen kanal för anmälan om trakasserier.²

Trakasserier som förekommer inom nätverkets verksamhet hanteras i första hand enligt den praxis som gäller i den organisation som trakasseraren representerar. Om medlemsorganisationen inte har någon sådan process för hantering av trakasserier, följs denna anvisning. Anvisningen gäller personer som deltar i FRT-nätverkets verksamhet.

¹ [Frivilliga räddningstjänstens verksamhetsstrategi 2030](#)

² [FRT:s kanal för anmälan av trakasserier](#)

Trakasserier och osakligt beteende – identifiera och ingrip i situationen

FRT:s värderingar samt principerna och värderingarna hos de medlemsorganisationer vi representerar vägleder oss att agera ansvarsfullt. I FRT-nätverkets verksamhet kan det förekomma trakasserier och osakligt beteende som kräver att man ingriper. För att vi ska kunna ingripa i eventuella trakasserier och osakligt bemötande måste vi först identifiera detta. Begreppen osakligt beteende och trakasserier är vida samt omfattar både uteslutning från gruppen och sexuella trakasserier. Alla konfliktsituationer inom socialt umgänge är dock inte osakligt beteende eller trakasserier, vilket också är bra att tänka på.

Som osakligt beteende och trakasserier avses allt beteende som inte kan anses allmänt accepterat och som kränker eller underkuvar någon annan. Sådant beteende påverkar hela föreningsgemenskapen och verksamhetsmiljön och kan få allvarliga konsekvenser både för den som utsätts för osakligt beteende och för hela gemenskapen. Det finns ingen entydig definition av osakligt bemötande och trakasserier, och de kan förekomma i många olika former och i olika grad.

Skyldighet att ingripa

Varje aktör, frivillig och anställd har både skyldighet och rätt att rapportera eller ingripa vid verksamhet som strider mot FRT:s principer och värderingar eller den egna medlemsorganisationens regler, samt vid bristande efterlevnad av anvisningarna och vid osakligt beteende. En oro eller misstanke ska tas upp så snart som möjligt och situationen ska börja utredas utan dröjsmål. Situationerna ska utredas så nära den frivilliga verksamheten som möjligt. Anmälan kan göras muntligt och/eller via FRT:s kanal för anmälan av trakasserier.³ Om anmälan görs muntligt ska den som tar emot anmälan och/eller den som ansvarar för situationen göra en anmälan via kanalen för anmälan om trakasserier. Anmälan ska göras även om situationen har klarats upp på plats, för statistikens skull. Vid misstanke om brott ska en polisanmälan göras.

FRT:s medlemsorganisationer ansvarar för sina egna aktörer

Varje medlemsorganisation i FRT-nätverket ansvarar i första hand för att hantera fall som gäller de egna aktörerna. Efter en eventuell händelse som rör trakasserier, osakligt beteende eller bristande efterlevnad av reglerna hanteras utredningen i första hand enligt den organisations process som den misstänkta personen representerade vid tidpunkten för händelsen.

Om medlemsorganisationen inte har någon färdig process för att ingripa, behandlas ärendet av en arbetsgrupp som utsetts av FRT:s centralkommitté. Om ärendet inte kan lösas genom arbetsgruppens arbete, används Finlands Röda Kors process. De flesta fall av osakligt beteende kan hanteras av frivilliga, eller vid behov med stöd av en anställd i medlemsorganisationen eller distriktets beredskapschef.

Osakligt beteende eller trakasserier av en ansvarig frivillig, utbildare eller anställd

Ärendet ska anmälas via anmälningskanalen om det gäller osakligt beteende från en utbildare, ett distrikt, en anställd inom FRT:s samordning eller i en medlemsorganisation. Detsamma gäller om ärendet är allvarligt eller om du inte har fått stöd eller hjälp med att hantera det på annat sätt. Se avsnittet om konsekvenser längre fram.

³ [FRT:s kanal för anmälan av trakasserier](#)

Alla anmälningar ska göras via kanalen för anmälan om trakasserier

Anmälningarna sammanställs till en översiktlig statistik över osakligt beteende och typiska situationer i FRT-nätverkets verksamhet. Statistiken och typerna av fall kan användas för att utveckla förebyggande åtgärder och utbildningar. Därför är det viktigt att alla anmälningar görs via kanalen för anmälan om trakasserier.

När en anmälan kommer in via kanalen för anmälan om trakasserier får två anställda inom FRT:s samordning en avisering via e-post. Ärendet börjar utredas av en arbetsgrupp som utsetts av FRT:s centralkommitté senast två veckor efter att anmälan har lämnats in. Arbetsgruppens uppgift är att behandla de uppgifter och anmälningar som kommit in via anmälningskanalen samt att fastställa och säkerställa hur ärendet ska hanteras och vilka fortsatta åtgärder som behövs. Arbetsgruppen består av FRT:s koordinatörer samt medlemmar som föreslagits av medlemsorganisationerna. Tre representanter från medlemsorganisationerna väljs till arbetsgruppen. FRT:s beredskapsexpert sammankallar arbetsgruppen och fungerar som dess sekreterare. Arbetsgruppen sammanträder vid behov om det kommer in anmälningar.

FRT:s beredskapsexpert skickar en uppföljnings- och responsenkät till de berörda parterna för att följa upp hur behandlingen av ärendet fortskrider. På så sätt säkerställs att ärendet har hanterats på ett korrekt sätt. Om ett ärende som kommit in via kanalen för anmälan om trakasserier hanteras enligt en enskild medlemsorganisations process, ska medlemsorganisationen kort rapportera om utredningen, konsekvenserna för den som agerat och beslutet i ärendet, så att ärendet kan avslutas.

Du upptäcker eller utsätts själv för osakligt beteende eller trakasserier i FRT:s verksamhet.



Berätta i första hand för den person som ansvarar för händelsen.

- 1. Ingrip omedelbart**
- 2. Avbryt eventuellt evenemanget**
- 3. Informera arrangören om det som har hänt och gör en anmälan via anmälningskanalen**

Ingrip omedelbart

- Diskutera ärendet med parterna och kom överens om fortsatta åtgärder
- Vi strävar efter att lösa konfliktsituationen på plats
- Ring 112 om situationen kräver detta
- Vid behov kan du få hjälp genom att ringa FRK:s bakjour på tfn:

Avbryt evenemanget

- Överväg beroende på hur allvarlig störningen är om evenemanget ska avbrytas eller avslutas.
- Om den som orsakar störningen är en ansvarsperson, kan denna person bytas ut?

Anmälan

- Om ärendet inte har kunnat lösas på plats kan du anmäla det via kanalen för anmälan om trakasserier
- Anmälan ska alltid göras om
 - om offret är en hjälpmottagare
 - det rör sig om ett evenemang eller en verksamhet där myndigheter deltar
 - man har ringt 112

Misstanke om brott

- Din egen säkerhet först
- Ring 112 om situationen kräver detta
- Gör en brottsanmälan om du misstänker att ett brott kan ha begåtts

FRT:s kanal för anmälan av trakasserier

Vapepan toiminnassa esiintyneen häirinnän ja epäasiallisen käytöksen ilmoituskanava



Ingripande i och begränsning av en ansvarig frivilligs verksamhet

Utbildningstillfälle

I FRT-nätverkets anvisningar för tryggare verksamhet förbinder vi oss till ett sakligt bemötande och uppmuntrar vid behov till att ingripa i osakligt beteende och ingriper själva när det behövs. Utbildningstillfällen är ofta den första kontakten med FRT:s verksamhet för personer som är intresserade av frivilligverksamhet. Därför är utbildarens ansvar för att utbildningen blir lyckad särskilt viktigt.

För att förebygga osakligt beteende från utbildare och utbildningsansvariga ska utbildare alltid utbilda och arbeta i par. På så sätt behöver en utbildning inte avbrytas helt på grund av eventuellt osakligt beteende, utan kan fortsätta efter ett avbrott och nödvändigt ingripande.

Ingrip omedelbart om osakligt agerande eller beteende upptäcks under utbildningen. Om en deltagare i utbildningen står för beteendet ska utbildningen avbrytas tillfälligt medan situationen utreds. Det är viktigt att göra detta på ett sådant sätt att de andra deltagarna inte märker vad som har hänt. En paus läggs till i utbildningen, och under pausen diskuterar utbildarna situationen med den eller de berörda och kommer överens om omedelbara fortsatta åtgärder.

Om en beredskapsutbildare står för det osakliga beteendet, har FRT:s koordinators efter att ärendet har utretts rätt att återkalla beredskapsutbildarens behörighet. Denna rättighet grundar sig på att FRT:s samordning beviljar utbildarbehörighet efter att kandidaten till beredskapsutbildare har genomfört alla tre delar av utbildarutbildningen: den gemensamma delen, utbildningen i handledning och innehållsdelen för den egna utbildningslinjen. Dessutom ska kandidaten ha genomfört ett godkänt undervisningsprov på grundkursen inom sin egen utbildningslinje (första omsorgen, sökning, kommunikation). FRT:s samordning ansvarar för nivån och innehållet i FRT:s grundkurser samt för utbildarnas kompetens. Om en utbildare betar sig osakligt (inklusive användning av olämpligt utbildningsmaterial) och/eller har hälsoskäl som försämrar hans handlingsförmåga, har koordinators skyldighet och rätt att ingripa i utbildarbehörigheten.

En utbildares behörighet kan återkallas av följande skäl

- Hälsoskäl (t.ex. en minnessjukdom som försämrar handlingsförmågan eller fysiska begränsningar när utbildningen till exempel genomförs i terräng)
- Osakligt beteende eller trakasserier under utbildning och/eller annan verksamhet
- Att upprepade gånger använda utbildningsmaterial som innehåller olämpligt innehåll (t.ex. rasistiskt eller könsrollsbundet innehåll)

Operativ verksamhet

Man ska alltid ingripa i osakligt beteende i operativa situationer omedelbart. Diskutera ärendet med parterna och kom överens om fortsatta åtgärder. Konfliktsituationer försöker man lösa på plats. Om det inte är möjligt och/eller om det behövs ytterligare stöd, kan man kontakta den ansvariga personen i området (beredskapschef eller anställd inom FRT:s samordning). Ring 112 om situationen kräver hjälp från myndigheterna för att reda ut saken på plats (t.ex. vid hot eller fara eller vid sjukdomsfall). Osakligt beteende i verksamhet som stöder myndigheterna ska alltid anmälas via anmälningskanalen, så att vi också säkerställer att ärendet hanteras efter händelsen.

Anmälan görs även via anmälningskanalen när offret är en hjälpmottagare.

En myndighet kan förbjuda en aktör att delta i verksamheten. Det innebär att myndigheten har grund för att utfärda ett sådant förbud.

FRT-koordinators befogenheter i ärenden som gäller rätten att delta i verksamheten

FRT-koordinatör har, efter diskussion med arbetsgruppen i de ovan nämnda situationerna, rätt att tillfälligt, tills vidare eller permanent frånta en FRT-aktör rätten att utföra frivilliguppdrag. Längden på ett tillfälligt eller tills vidare gällande verksamhetsförbud fastställs av arbetsgruppen från fall till fall.

Rätten att utfärda verksamhetsförbud grundar sig på samordningens ansvar för att ordna riksomfattande utbildningar och gäller särskilt beredskapsutbildare och FRT-ledare. Ett verksamhetsförbud kan utfärdas omedelbart om en ansvarig frivillig bryter mot lagen eller om verksamheten inom FRT och/eller agerandet medför fara för personer som får hjälp och/eller för andra aktörer.

Efter att ett verksamhetsförbud har utfärdats får den frivilliga inte delta i FRT:s frivilligverksamhet under den angivna perioden. Den frivilligas profiler i informationssystemen för frivilliga raderas.

En frivilligs eventuella brottsliga bakgrund

Oavsett personens bakgrund förväntas hen agera sakligt och på det sätt som uppgiften kräver. Om avvikelser uppstår i verksamheten hanteras ärendet enligt processen eller, i en akut situation eller under en operation, rapporteras det till den ansvariga myndigheten.

Stödåtgärder för den som utsätts för trakasserier eller osakligt bemötande

Om en aktör utsätts för osakligt beteende eller trakasserier i FRT-nätverkets verksamhet ska man se till att hen vid behov får psykosocialt stöd för att hantera situationen. Detta ska senast säkerställas genom den responsenkät som görs efter att händelsen har utretts.

Den främsta kanalen för psykosocialt stöd är det stöd som den egna medlemsorganisationen ger aktören. Om stöd inte finns att få via den egna medlemsorganisationen hänvisas aktören till stöd inom den offentliga hälso- och sjukvården.

Definition av osakligt beteende

Det finns ingen entydig definition av osakligt bemötande och trakasserier, och de kan förekomma i många olika former och i olika grad.

Nedan några exempel på osakligt bemötande och trakasserier:

Diskriminering

En person i en jämförbar situation behandlas sämre än andra på grund av en eller flera personliga omständigheter. Enligt diskrimineringslagen är diskrimineringsgrunder bland annat ålder, ursprung, nationalitet, språk, religion, övertygelse, åsikt, politisk verksamhet, fackföreningsverksamhet, familjeförhållanden, hälsotillstånd, funktionsnedsättning, sexuell läggning eller någon annan omständighet som gäller den enskilde som person.

Mobbning

Upprepat, regelbundet och långvarigt beteende som är negativt, kränkande, förtryckande eller aggressivt mot en eller flera personer. När ett osakligt beteende pågår länge övergår det i mobbning.

Social isolering och uteslutning

Att utesluta en person från gemenskapen. Man till exempel pratar inte med hen, lyssnar inte på hen eller beaktar hens åsikter, hälsar inte på hen, ger inte hen nödvändig information, eller bjuder inte in hen till gemensamma möten.

Svartmålning

Man sprider obefogad, negativ information och skvaller om en person eller pratar illa om hen bakom hens rygg.

Trakasserier på grund av kön Någon form av icke önskvärt beteende som har samband med en persons könstillhörighet, könsidentitet eller könsuttryck och som inte är av sexuell natur, men vars syfte är eller som leder till en kränkning av personens psykiska eller fysiska integritet. Sådant beteende är till exempel nedvärdering av eller nedsättande tal om ett visst kön.

Sexuella trakasserier

Med sexuella trakasserier avses någon form av icke önskvärt verbalt, icke-verbalt eller fysiskt beteende av sexuell natur vars syfte är eller som leder till en kränkning av en persons psykiska eller fysiska integritet. Sexuella trakasserier inkluderar också fräckt tal och antydningar, material, meddelanden eller samtal som anspelar på sex, fysisk beröring, könsumgänge, eller andra förslag eller krav som gäller sexuellt umgänge.

En negativ verksamhetskultur

En negativ verksamhetskultur innehåller allt osakligt beteende, skvaller och osaklig humor, ogrundad maktutövning med hänvisning till eller för att stärka ens egen ställning samt hemlighållande, eller att avsiktligt låta bli att berätta om viktiga saker eller dölja upptäckta förseelser på grund av vänskapsförhållanden.

Osaklig användning av sociala medier

För användningen av sociala medier samt till exempel möten och frivilliguppdrag på nätet gäller samma spelregler som vid möten ansikte mot ansikte. Det är också bra att komma ihåg att aktörer i FRT-nätverket inte ska publicera eller kommentera något i sociala medier som strider mot den egna medlemsorganisationens eller FRT:s värderingar och principer.

Som osakligt bemötande kan man till exempel betrakta förödmjukelse, öknamn, förringande, hån, elaka och antydande meddelanden, hot, skrämstaktiker, ifrågasättande av någons anseende eller ställning samt psykiskt och fysiskt våld.

Alla meningsskiljaktigheter är inte osakligt beteende eller trakasserier

I varje aktionsgrupp förekommer då och då konflikter och problem i samarbetet. Ibland kan det vara svårt att identifiera osakligt beteende och trakasserier, eftersom människor upplever saker och situationer på olika sätt. Till exempel harmlösa, enstaka handlingar, sporadiskt osakligt tal eller meningsskiljaktigheter om verksamheten är inte direkta trakasserier. Det är dock viktigt att också hantera dessa situationer och hitta en gemensam lösning på dem.

Till exempel följande är inte osakligt beteende eller trakasserier:

- Det förekommer meningsskiljaktigheter om verksamheten.
- Problem som gäller verksamheten hanteras, trots att någon kanske tycker att det känns otrevligt att göra det.
- Det uppstår meningsskiljaktigheter om något som gjorts, beslut som fattats eller tolkningar av något, och detta leder till att parterna i fråga känner osäkerhet eller ångest.
- En frivillig tilldelas en motiverad disciplinär anmärkning eller varning.
- Det görs motiverade ändringar i verksamhetssätten och saken har diskuterats tillsammans med de frivilliga.

Ansvarslöst beteende

Ansvarslöst beteende är beteende som stör eller försvårar andra frivilligas arbete samt orsakar missnöje, irritation och försämrad arbetsmotivation bland andra frivilliga, men som inte är egentligt osakligt beteende. Förutom handlingar har också attityder, miner, gester och vad man säger betydelse.

Ansvarslöst beteende är bland annat att

- vägra följa gemensamt överenskomna rutiner och verksamhetssätt
- inte följa de gemensamma avtalen, föreskrifterna och spelreglerna för frivilligverksamheten
- utebli från gemensamt överenskomna uppgifter och inte fullfölja sina ansvar utan att meddela om det på ett lämpligt sätt
- överskrida sina befogenheter, bete sig egenmäktigt
- försumma sina uppgifter, slarvighet och annan ansvarslöshet
- ta sig och kräva särskilda rättigheter
- obefogat anklaga andra eller ifrågasätta andras kompetens
- ha upprepade dramatiska känsloutbrott
- göra osakliga inlägg på sociala medier
- Missbruk av en medlemsorganisations egendom eller lokaler
- Använda rusmedel medan man utför frivilliguppdrag och använda för mycket rusmedel under nätverkets evenemang

Störande beteende kan också vara att

- politisk verksamhet blandas med frivilliguppdraget
- ett parförhållande blandas med frivilliguppdraget på ett belastande sätt
- klä sig opassande för situationen eller ha dålig hygien.

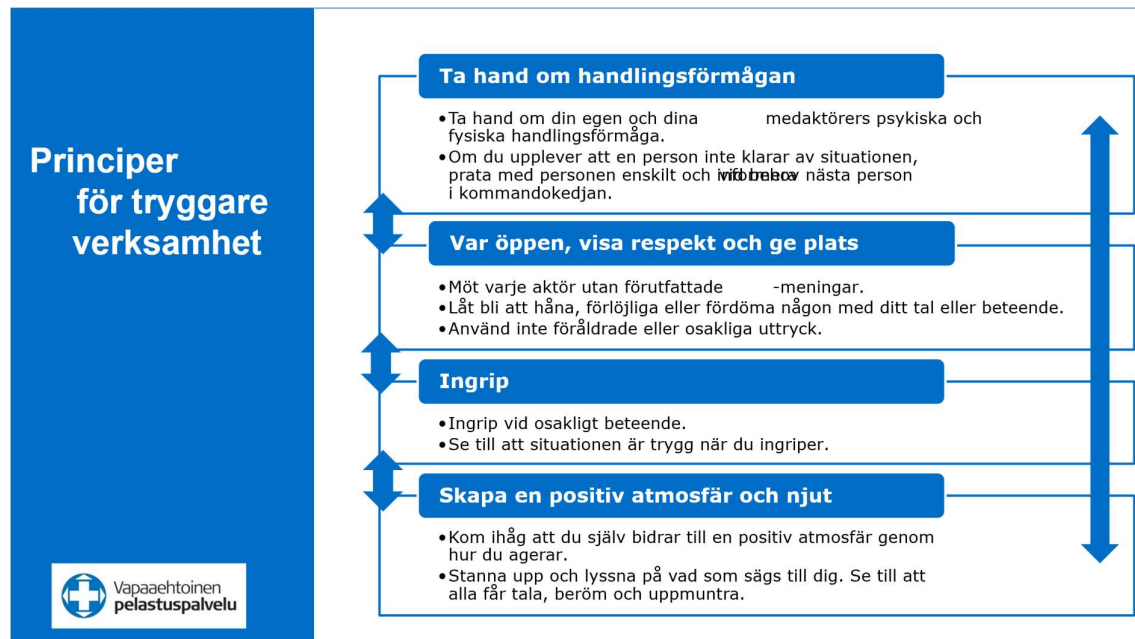
Även i ovanstående beteenden ska man ingripa om de sker kontinuerligt eller orsakar betydande olägenheter för frivilliggemenskapen eller organisationens rykte. Ibland kan ett genuint

missförstånd eller obetänksamhet ligga bakom. Personen har inte tänkt på hur hens handlingar påverkar andra samt frivilliggemenskapen och -verksamheten.

Definitionerna är hämtade från anvisningen [I god anda inom Röda Korset](#).

Principer för en tryggare verksamhet

Alla som deltar i FRT:s verksamhet ska känna sig trygga och välkomna när de utför värdefull frivilligverksamhet. Grunden för FRT:s verksamhet är principerna för tryggare verksamhet, som gör det möjligt att bemöta andra med respekt i all verksamhet.



Medlemsorganisationerna och deras aktörer som deltar i nätverkets verksamhet följer sina egna organisationers samt Frivilliga räddningstjänstens värderingar och principer. Principerna för tryggare verksamhet ger gemensamma spelregler för all verksamhet, bland annat vardaglig verksamhet, övningar, gruppträffar, webinarier, utbildningar och larmuppdrag till stöd för myndigheterna.

Pidä huolta toimintakyvystä

- Pidä huolta omasta ja kanssatoimijan henkisestä ja fyysisestä toimintakyvystä.
- Jos koet, että henkilö ei ole toimintakykyinen tilanteessa, keskustele hänen kanssaan kahden kesken ja ilmoita tarvittaessa komentoketjussa seuraavalle henkilölle.

Grunden för frivillig- och larmgruppsverksamheten är välmående frivilliga. Du ansvarar själv för din psykiska och fysiska handlingsförmåga. Livssituationen varierar och ibland är den privata

situationen mer belastande, vilket påverkar hur mycket man orkar. Särskilt vid larmuppdrag är det viktigt att också vara uppmärksam på medaktörernas handlingsförmåga. Vissa larmuppdrag kan vara mer psykiskt belastande än andra. Då behöver man kunna tacka nej till uppdraget eller dra sig tillbaka under uppdraget och be om att få byta uppgift samt få ett avlastningssamtal efter uppdraget.

- Om du blir orolig för en annan persons handlingsförmåga, prata med personen enskilt. Berätta att du är orolig för hur hen mår och fråga om allt är bra.
- Genom att fråga visar du att du bryr dig. Om du inte frågar kan du riskera att förvärra din medaktörs välmående.
- Berätta om din oro om du fortfarande är orolig för personen efter att ha pratat enskilt med hen.
 - Vid ett larmuppdrag ska informationen eller oron föras vidare till den frivilligledare som ansvarar för situationen.
 - Vid utbildningar meddelar man den som ansvarar för utbildningen. Om oron gäller den som ansvarar för utbildningen ska informationen föras vidare till en högre nivå i den ansvariga organisationen eller till distriktets beredskapschef och/eller samordningens utbildningsplanerare.
 - Vid gruppverksamhet och övningar ska informationen föras vidare till den ansvariga frivilliga i gruppen. Om oron gäller den ansvariga frivilliga ska informationen föras vidare till en högre nivå i den egna organisationen.

Ole avoin, kunnioita ja anna tilaa

- Kohtaa jokainen toimija ilman ennakko-oletuksia.
- Älä pilkkaa, nolaa tai tuomitse ketään puheillasi tai käytökselläsi.
- Älä käytä vanhentuneita tai epäasiallisiksi koettuja termejä.

Bemöt nya människor och frågor utan fördomar och öppet. Se varje möte som en möjlighet och se till att alla blir hörda.

- Gör inga antaganden utifrån yttre egenskaper, hudfärg, etnicitet, religion, kön, bakgrund, sexuell läggning, ålder, sätt att tala eller andra faktorer.
- Ge alla en möjlighet att lära sig något nytt och utvecklas.
- Ge utrymme för andras tankar. Lyssna för att förstå, inte för att svara. Avbryt inte.
- Ge alla möjlighet att uttrycka även svåra tankar eller känslor.
- Var försiktig när du skämtar – skämten kan uppfattas som sårande.
- Undvik både oavsiktliga och avsiktliga missförstånd. Om du är osäker på om ett ordval är lämpligt, använd det inte.
- Respektera en annans personliga rum, integritet och självbestämmanderätt.
- Ge andra en chans att utföra sin uppgift, stötta dem och döm dem inte för deras misstag.

Puutu

- Puutu asiaan kohdatessasi epäasiallista käytöstä.
- Huolehdi puuttuessasi tilanteen turvallisuus.

Ingrip när du stöter på osakligt beteende eller andra trakasserier.

- Om möjligt, ingrip när en annan person är närvarande som ”vittne”. Man kan alltid lugna ner situationen och därefter diskutera saken i lugn och ro med de berörda parterna. Man får inte skylla på någon. Det är bra att inleda ingripandet med att fråga: Vad hände?
- Om det inte är möjligt att ingripa medan situationen pågår kan du göra en anmälan om osakligt beteende eller trakasserier som förekommit i FRT:s verksamhet via anmälningskanalen.
- Om det rör sig om en våldssituation ska du ringa 112 om situationen är farlig. Tänk på din egen säkerhet. Bedöm noggrant om det är lämpligt att ingripa själv eller man bör tillkalla myndigheterna.

Luo myönteistä ilmapiiriä ja nauti

- Muista, että vaikutat itse omalla toiminnallasi myönteisen ilmapiirin muodostumiseen.
- Pysähdy ja keskity kuuntelemaan, mitä sinulle puhutaan. Huolehdi, että kaikki saavat puhua, kehu ja kannusta.

Var och en av oss ansvarar för välmåendet i vår verksamhetsmiljö. I frivillig- och larmgruppsverksamheten utför vi frivilligarbete med motivation, lär oss nya saker och får nya erfarenheter genom utbildningar. Vid larmuppdrag möter vi olika hjälpbehövande och andra som hjälper, samt situationer som kan vara både utmanande och belastande. Ju bättre och tryggare vår verksamhetsmiljö är, desto effektivare och mer handlingskraftiga är vi.

- Ta hand om dig själv.
 - Ta ansvar för hur du mår – ditt eget sätt att vara påverkar stämningen i hela gruppen och situationen. Om du är på dåligt humör, berätta det för en kompis: ”Jag är på lite dåligt humör i dag, så undra inte... Det beror inte på dig.”
- Ta även ansvar för andras upplevelse. Visa att du är intresserad.
 - Fråga hur det går. Lyssna på svaret och ställ fler frågor.
 - En positiv atmosfär under utbildningarna bidrar till att vi lär oss effektivare. Man får också ha roligt under utbildningarna.
- Fråga om du undrar över något och ta reda på saken.
- Lyssna, beröm, uppmuntra och tacka!

Ibruktagande av anvisningen

Denna anvisning godkändes vid FRT:s centralkommittés möte den 3 september 2026 och gäller från och med den dag den godkändes.

Frågor som rör anvisningen samt aktörers klagomål på eventuella begränsningar av deras verksamhet från FRT:s samordning ska hänvisas till den arbetsgrupp som utsetts av FRT:s centralkommitté. Arbetsgruppen ansvarar för att ärendet behandlas utan dröjsmål och att alla parter hörs.

Anvisningens aktualitet ses över av arbetsgruppen vart tredje år från och med godkännandedatumet.