



URO 'S TRYGGHETSHÅNDBOK

1. Hva URO er

URO skal være trygt, rolig og rettferdig.
Ingen skal oppleve mobbing, vold, utestenging eller dårlig behandling.
Alle skal møtes med respekt og varme.

2. Våre hovedregler

1. Alle skal være trygge.
2. Alle skal behandles rettferdig.
3. Ingen skal bruke rusmidler i URO.
4. Det er lov å si fra.
5. Den som sier fra skal aldri straffes.

3. UROs arrangementer

- Vi bruker enkelt språk som alle forstår.
- Ingen blir presset til å delta.
- Den som trenger det får en fast kontaktperson.
- Vi passer på at alle har det trygt og rolig.

4. Når noe ikke er greit

Si fra så fort du kan.

Det kan være hvis:

- noen blir mobbet eller trakassert
- noen bruker rus eller oppfører seg truende
- noen gjør forskjell på folk
- du føler deg utrygg eller urettferdig behandlet

5. Slik sier du fra

Du kan velge det som passer deg:

Snakk med:

- en leder for URO
- en ansatt i URO
- en du stoler på

Eller skriv til:

julie@lettomrus.no

lise@lettomrus.no

uro@lettomrus.no

Du kan skrive uten navn, men det er lettere å hjelpe hvis vi vet hvem du er.



6. Når du har sagt fra

URO skal:

1. Lytte og ta deg på alvor
2. Skape trygghet for deg
3. Finne ut hva som har skjedd
4. Gjøre noe med saken
5. Gi deg beskjed når det er gjort

Alt blir behandlet rolig og hemmelig.
Bare de som må vite, får vite.

7. Ved alvorlige hendelser

Eksempler: vold, trusler, seksuell trakassering, overgrep.
Da skal saken rett til leder og styringsgruppe.
De kan kontakte politi eller barnevern.

8. Hvem gjør hva

Rolle	Hva de gjør	Kontakt
Daglig leder	Tar imot varsler	lise@lettomrus.no
Daglig leder	Følger opp saken	lise@lettomrus.no
Styringsgruppe	Får vite om alvorlige saker	tor.arne@walskaar.com

9. Taushet og lagring

Alt som skrives om saken oppbevares trygt.
Papir og data slettes når saken er ferdig.
Alle som jobber med saken har taushetsplikt.

10. Vårt mål

URO skal være et sted der:

- folk trives og føler seg trygge
- vi bryr oss og hjelper hverandre
- det alltid er lov å si fra



URO - SKJEMA FOR Å SI FRA/VARSLE

Bruk dette skjemaet hvis noe ikke er greit i URO.

Du kan få hjelp til å fylle det ut.

Du kan levere det til en i URO, eller sende på e-post: lise@lettomrus.no

1. Hvem er du?

Navn: _____

Telefon eller e-post: _____

Vil du være anonym (uten navn)? Ja ☐ Nei ☐

2. Hva skjedde?

(Fortell kort hva som skjedde)

3. Hvor og når skjedde det?

Sted: _____

Dato eller tid: _____

4. Hvem var med?

(Navn eller beskriv personer)

5. Hvordan fikk det deg til å føle deg?

Trist ☐ Sint ☐ Redd ☐ Utrygg ☐ Annet: ☐ _____

6. Har du sagt fra til noen før?

Ja ☐ Nei ☐

Hvis ja – hvem? _____

7. Hva ønsker du at URO skal gjøre nå?

8. Dato og underskrift

Sted: _____

Dato eller tid: _____