



**Policy doping, alkohol,
droger och tobak**

1 INLEDNING

Lidingö Friidrott (IFK nedan) står för en sund livsstil och fair play i alla delar av verksamheten och på alla nivåer. Doping, alkohol, dorger och tobak hör därför inte hemma i vår gemenskap.

Denna policy är det övergripande verktyg, som styrelsen har för att beskriva föreningens ställning och ståndpunkter i dessa frågor samt beskriver hur IFK agerar i olika situationer.

Att använda prestationshöjande preparat är fusk, hälsovådligt, i de flesta fall olagligt och under inga omständigheter acceptabelt!

IFK har som ambition att utbilda alla aktiva, ledare, anställda och förtroendevalda; "Vaccinera klubben" och liknande utbildningar.

2 SYFTE

Polycyns syfte är att skapa en medvetenhet och en beredskap inför händelser, som strider mot denna policy samt att ge riktlinjer för det förebyggande arbetet för att undvika sådana händelser.

Vid uppkomna situationer ska denna policy bidra till ett snabbt och tydligt agerande samt en tydlig och styrd kommunikation till föreningens intressenter.

3 DOPING

3.1 Allmänt, doping

IFK tillhör, via Svenska Friidrottsförbundet (SFIF), Riksidrottsförbundets (RF). Det betyder att alla aktiva, ledare/tränare, anställda och förtroendevalda omfattas av RF:s stadgar och antidopingreglemente. Varje enskild medlem/anställd är själv ansvarig att känna till och följa dopingreglementet.

Att själv vara ansvarig innebär också att varje individ måste ta fullt ansvar för att inte få in förbjudna preparat i sin kropp. Bortsett från rent fusk (avsiktighet) så omfattar det också att iakttä försiktighet på alla sätt och vis, vilket omfattar att säkerställa att förskrivna läkemedel inte är dopingklassade, att vara försiktig och observant för *sabotage* samt att inte ta emot, t.ex. dryck från okända personer. Av samma anledning avråder IFK från användandet av kosttillskott, eftersom dessa innebär en onödig risk att exponeras för förbjudna preparat.

Detaljerad information om idrottsrörelsens antidopingarbete samt RFs dopningsreglemente finns på RFs hemsida: <http://www.rf.se/Antidoping/>

3.2 Dopingtester, vistelserapportering

Föreningens elitaktiva testas frekvent mot doping genom nationella och internationella antidopningsorgan. Skulle en aktiv testas positivt kommer styrelsen att underrättas av testorganet. Är den aktive under 18 år underrättas vårdnadshavare också.

De aktiva som testas lämnar alltid två prov vid dopingtester och ovan sagda underrättelse omfattar ett av dessa, s.k. A-prov. Om den aktive så begär testas också B-provet.

För att kunna utföra oannonserade dopingtester kräver det [internationella dopingorganet WADA](#) att de aktiva lämnar in en s.k. *vistelsrapportering* i ADAMS-registret (**Anti-Doping Administration & Management System**). Att inte



fullfölja sin vistelserapportering leder till varningar (prickningar) och ytterst avstängning så som ett dopingbrott. IFK informeras på samma sätt som ovan.

3.2.1 Handlingsplan, dopingfall

En aktiv som fått besked om poitivt dopingprov är per automatik avstängd från allt tävlande och är ingen åtgärd som IFK måste agera kring.

- | Åtgärd | Ansvarig |
|--|--------------------------------------|
| <p>1 <u>Krismöte; styrelse och sportchef:</u>
Styrelse och sportchef samlas till krismöte där alla fakta kring ärendet presenteras. Här utses en <i>kommunikationsansvarig</i> (normalt ordförande och/eller sportchef), som är den person som uttalar sig kring ärendet till föreningens intressenter och till media.</p> <p>Vidare utses en <i>dokumentationsansvarig</i>, som har till uppgift att loggföra hela ärendet från start till avslut.</p> <p>En kontaktperson utses, som har till uppgift att vara styrelsen kontakt mellan den dopingavstängde (och eventuellt vårdnadshavare) och dennes tränare (normalt sportchef).</p> <p>Beslut om sanktioner tas också vid detta möte (se nästa punkt!).</p> | Ordförande |
| <p>2 <u>Sanktioner:</u>
I väntan på resultat från B-provet är den aktive inte avstängd ifrån träning, men är per automatik avstängd från tävlande.</p> <p>Har den aktive valt att inte utnyttja sin rätt till test av B-provet och/eller har erkänt sin överträdelse stängs den aktive av helt, dvs. också från träning. Framkommer det att tränaren också kan knytas till överträdelsen omfattar avstängningen även hen.</p> <p>Avstängningen består i enlighet med dopingorganets straff (samma tid). Är detta straf över 12 månader ska ordföranden per automatik förbereda ett beslutsunderlag för ett extrainsatt styrelsemöte för beslut om uteslutning av den aktive och, om så är aktuellt, också tränaren.</p> <p>Alla former av ersättningar (stimulansbidrag, andra bidrag, bonus, osv.) från föreningen stoppas och redan utbetalda medel kan komma att krävas tillbaka.</p> | Ordförande |
| <p>3 <u>Kommunikation med föreningens intressenter:</u>
Så snart ärendet blir känt av IFK tar sportchefen kontakt med den aktive och dennes tränare för att få deras uttalande om ärendet. Sportchefen meddelar den aktive och tränaren vilka sanktioner som styrelsen vidtagit. Sportchefen för protokoll, som sedan delges styrelsen och dokumentationsansvarig.</p> <p>Så fort som möjligt (när tillräcklig information finns tillgänglig) ska kommunikationsansvarig på ett sakligt sätt informera om händelsen. På vilket sätt beror på ärendet och kan omfatta allt från en notis på hemsidan till en presskonferens. Denna information ska alltid ske efter det att B-provet konstaterat doping och innan dess hänvisas till resultatet av detta test.</p> <p>Av informationen ska det alltid framgå vem det avser (gäller ej omyndiga aktiva), vad som har hänt baserat på den information som finns framme samt den aktives och dennes tränares uttalanden) och vilka åtgärder föreningen vidtagit. Av informationen ska det också framgå till vem man kan vända sig med ytterligare frågor (kommunikationsansvarig).</p> | Sportchef och Kommunikationsansvarig |
| <p>4 <u>Arkivering:</u>
Efter avslutat ärende ska underlagen arkiveras på kansliet.</p> | Dokumentationsansvarig |
| <p>5 <u>Uppföljning och stöd:</u>
Sportchefen ansvarar för att följa upp den aktive för att erbjuda hjälp till den aktive (att stödja den aktive som människa och ge stöd, som t.ex. att komma ur ett missbruk av dopingpreparat).</p> | Sportchef |



4 ALKOHOL, DROGER

4.1 Allmänt, alkohol och droger

Missbruk av alkohol och droger är en destruktiv kraft (medicinska och sociala skadeverkningar), som inte är förenligt med en sund livsstil och hör därför inte heller hemma i IFK:s verksamhet.

Ambitionen är att resan genom IFK, från första träningen som 7-åring till sista träningen som veteran, ska vara trygg och positiv för alla. En viktig del i detta är att eftersträva en alkohol- och drogfri barn- och ungdomsverksamhet.

4.2 Vuxna kring barn- och ungdomsverksamheten

4.2.1 Ledare och tränare (ledare nedan)

Som ledare är det viktigt att förstå att man också är en förebild för de aktiva. Ledarnas attityd till, exempelvis alkohol, kan påverka värderingar som de aktiva bär med sig resten av livet.

All verksamhet i IFK där omyndiga deltar är alkoholfri, vilket också omfattar läger och tävlingsresor. På resande fot ska man som ledare när som helst kunna agera om situationer uppstår, t.ex. köra sjuka barn till en vårdcentral. Det kräver också att ledare inte har druckit alkohol ens i måttliga mängder.

4.2.2 Föräldrar, anhöriga

Föreningen förutsätter att föräldrar inte är berusade i samband med föreningens verksamhet. Klubben förutsätter också att inga anhöriga (eller ledare) "dagen-efter-kör" bil till, till exempel träning, tävling eller liknande.

IFK vill påpeka vikten av föräldrarnas stöd när det gäller att kontinuerligt diskutera alkoholens skadliga inverkan och dess negativa effekter på friidrottandet.

4.3 Droger

Användandet av droger är ett växande problem i Sverige och Lidingö är inget undantag. Nya droger tillkommer hela tiden, narkotikaklassade mediciner kan beställas på internet, osv. Gemensamt är att nyttjandet av droger är olagligt, livsfarligt och skapar snabbt ett beroende, som är mycket svårt att hantera.

Att sträva efter att hålla drogerna borta från IFK:s verksamhet är en självklarhet och ett teamwork mellan föreningen, skola, Lidingö Stad och föräldrar.

4.4 Handlingsplan, alkohol och droger

En handlingsplan för alkohol och droger i det här sammanhanget kan bara handla om situationer som uppstår inom ramen för IFK:s verksamhet. Det betyder att planen inte kan tillämpas utanför verksamheten såvida inte situationen har indirekt påverkan, t.ex. att dricka alkohol dagen innan en lagtävling eller liknande.

IFK kan stödja föräldrar i arbetet mot alkohol och droger indirekt genom att tillsammans med föräldrarna använda friidrottandet som motivator att inspirera de aktiva att avstå. Det finns inget system utarbetat i föreningen utan varje fall hanteras unikt och alltid med diskretion.



Följder/handlingsplan alkohol och droger:

Kategori	Sanktion – påföljd	Kommentar
Aktiva under 18 år (omyndig)	<p>Vid enstaka tillfällen hanterar ledare/tränare situationen i dialog där vårdnadshavare <u>alltid</u> ska inkluderas.</p> <p>Vid upprepade tillfällen (mer än en gång inom en 12-månaders-period) ska situationen hanteras på ett möte där tränare, vårdnadshavare och sportchef deltar. Beslut om sanktioner, t.ex. avdrag på eller uteblivet stimulansbidrag, avstängning från tävling kan utfärdas. Eventuella uttagningar till mästerskap och/eller lag/stafetter kan påverkas.</p> <p>Ytterligare tillfällen ska meddelas sportchef och innebär sanktioner i form av avstängning från träning, tävlingar, läger, etc.</p>	Detta gäller vid all tränings- och tävlingsverksamhet i föreningens namn.
Aktiva över 18 år (myndiga)	Samma som ovan gäller med undantaget att vårdnadshavare inte ingår i handlingsplanen.	Detta gäller vid all tränings- och tävlingsverksamhet i föreningens namn.
Ledare/tränare	<p>Uppkomna situationer med ledare/tränare ska direkt meddelas sportchef och ordförande.</p> <p>Ordförande och sportchef avgör hur allvarlig situationen är och beslutar om sanktioner, som kan omfatta avstängning, uteblivet eller delvis avdrag på arvoden och/eller avslut av samarbetet.</p> <p>Vid upprepade tillfällen (mer än en gång inom en 12-månaders-period) innebär alltid, om styrelsen inte beslutar annat, uteblivet eller delvis avdrag på arvoden och/eller avslut av samarbetet.</p>	Detta gäller vid all tränings- och tävlingsverksamhet i föreningens namn.

Kontakta sportchef om oklarheter uppstår eller om stöd i någon situation önskas.

5 TOBAK

Tobak innebär en hälsorisk och stämmer inte in med IFK:s tankar om en sund livsstil. Dessutom har tobaken prestationsnedsättande effekter och skadeverkan som inte passar i klubbens verksamhet.

All användning av tobak av aktiva i ungdomsverksamheten är förbjuden (under 18 år). Om detta inte efterlevs ska föräldrar tillsammans med aktiva omedelbart kontaktas av gruppens ledare för att diskutera situationen. Vid upprepade tillfällen (mer än en gång inom en 12-månaders-period) ska sportchef informeras, vilket kan komma att påverka eventuella uttagningar till mästerskap, avdrag på stimulansbidrag, etc.

IFK:s strävan är att alla vuxna ska visa gott föredöme gentemot ungdomarna vad gäller tobak. Rökning får inte ske framför barn- och ungdomar i något sammanhang.

