



# **ALKOHOL- OCH DROGPOLICY**

# INNEHÅLL

<b>1. Bakgrund</b>	<b>5</b>
<b>2. Syfte</b>	<b>6</b>
<b>3. Omfattning</b>	<b>7</b>
<b>4. Dopningspreparat och narkotika</b>	<b>8</b>
Hantering av överträdelse i denna del	9
Ansvar	9
<b>5. Alkohol</b>	<b>10</b>
Hantering av överträdelse i denna del	11
Ansvar	11
<b>6. Tobak</b>	<b>12</b>
Hantering av överträdelse i denna del	12
Ansvar	13
<b>7. Kosttillskott</b>	<b>14</b>
<b>8. Ledares ansvar</b>	<b>15</b>
<b>9. Kompetenshöjande insatser</b>	<b>15</b>
<b>10. KommunikERING av alkohol- och drogpolicyn</b>	<b>15</b>

# 1. BAKGRUND

Lödde Vikings handbollsklubb, LVHK, skall verka för att ledare och spelare skall utveckla en stark känsla för föreningen, det som man i dagligt tal kallar klubbkänsla. Detta innebär att vi inom föreningen skall stimulera god kamrat- och idrottsanda och utveckla sysselsättningar med ett stort socialt ansvar i fostrande anda. Det finns tydliga mål och riktlinjer för spelare, ledare och föräldrar både vad det gäller den personliga utvecklingen och vad LVHK står för.

Handbollen är en viktig uppfostringsmiljö. I det dagliga mötet med laget, gruppen och föreningen skapas attityder och värderingar. Därför är det viktigt att vi erbjuder en positiv miljö, där alkoholfrågan, men även drogfrågan, hanteras på ett bra sätt. Föräldrar ska med förtroende kunna låta sina barn delta i vår handbollsverksamhet. Detta ställer också krav på våra ledare, som i sin samvaro med barn och ungdomar måste vara medvetna om sin roll som vuxna förebilder.

Det är även viktigt att föräldrarna inser och tar sitt ansvar i handbollssammanhang vad gäller att utgöra positiva förebilder, beträffande t.ex. alkohol.

## 2. SYFTE

LVHK är en förening som skall förknippas med ett tydligt avståndstagande i förhållandet till alkohol och droger. Syftet med LVHK:s alkohol- och drogpolicy är att genom gemensamma regler tydliggöra vår syn som förening på användandet av dopningspreparat, alkohol, narkotika, tobak, snus och kosttillskott. Policyens riktlinjer ska vara vägledande för hur olika målgrupper kopplade till föreningens verksamhet skall förhålla sig till alkohol och droger och hur vi ska agera om ledare, medlemmar eller föräldrar inte respekterar och följer vår policy.

## 3. OMFATTNING

LVHK:s alkohol- och drogpolicy omfattar **dopningspreparat, alkohol, narkotika, tobak** och **kosttillskott**.

Med "funktionärer" i nedanstående avsnitt menas förtroendevalda, matchfunktionärer samt föräldrar när de aktivt deltar i föreningens verksamhet. Detta innefattar alltså även föräldrar som är delaktiga i transporter av barn och ungdomar i vår förening eller hjälper till i samband med matcher, cuper m.m.

## 4. DOPNINGSPREPARAT OCH NARKOTIKA

Användning av dopingpreparat och narkotika är förbjuden i vår handbollsverksamhet, dvs. det råder nolltolerans. Undantag från denna regel får endast göras för medicinering med stöd av läkarintyg, t.ex. användning av astma- och/eller allergimedicin eller narkotiska preparat i medicinskt syfte. De lokaler och anläggningar som används av LVHK ska under tävling och träning vara fria från dopningspreparat och narkotika för samtliga ledare, funktionärer och spelare.

Vid användning av dopningsklassade läkemedel måste dispens sökas om medlemmen vill spela matcher. Den aktiva är själv ansvarig för att kontrollera om dennes läkemedel klassas som dopningspreparat eller narkotika. Om så är fallet ska ansvarig ledare meddelas om användandet och ledare gör sedan tillsammans med den aktiva en dispensansökan. För spelare under 18 år är föräldrarna medansvariga för kontroll, underrättelse och ansökan enligt ovan.

Lista över dopningsklassade preparat hittas på Riksidrottsförbundets hemsida ([www.rf.se](http://www.rf.se)).

### **Hantering av överträdelse i denna del**

Om vi skulle upptäcka att någon av våra spelare, ledare eller funktionärer har använt eller på annat sätt varit i otillåten kontakt med dopningspreparat eller narkotika (t.ex. innehav) gör vi på följande vis:

- Vi kontaktar och håller ett enskilt samtal med personen ifråga. Om personen är under 18 år, gäller detta även dennes föräldrar.
- Vid upprepad överträdelse, kan vi även ta kontakt med polis och, om personen är under 18 år, med sociala myndigheter. Styrelsen kan dessutom besluta om eventuell tidsbestämd avstängning från tävlings- och/eller träningsverksamhet i LVHK.

### **Ansvar**

I första hand ansvarar ansvarig ledare för enskilt samtal med personen ifråga och kontakten med föräldrarna och styrelsen informeras alltid. Det åligger styrelsen att besluta om vidare åtgärder, såsom kontakter med sociala myndigheter, vid brott mot denna alkohol- och drogpolicy.

## 5. ALKOHOL

LVHK ställer sig bakom samhällets mål att minska alkoholkonsumtionen och framför allt senarelägga ungdomars alkoholdebüt. Det är viktigt att förstå att alkoholen är en del av vårt normala samhällsliv och att idrottsrörelsen aldrig kan jämföras med ett helnykterhetsförbund. Trots det vet vi alla att alkohol inte hör hemma i samband med idrottsligt utövande av det enkla skälet att den som dricker alkohol presterar sämre. Alla som idrottar bör därför dricka mindre än andra eller inte någon alkohol alls.

Vi inom LVHK ska i vår verksamhet arbeta för att inga alkoholdrycker ska förekomma bland ledare eller aktiva i samband med träningar, tävlingar eller resor till och från dessa. Föräldrar som aktivt medverkar som t.ex. chaufförer eller nattvakter omfattas av detta.

De lokaler och anläggningar som används av LVHK ska under tävling och träning vara alkoholfria för samtliga ledare, funktionärer och spelare. Det är inte tillåtet att komma alkoholphöverkad till träning, match eller annat möte. Vid speciella tillfällen, t.ex. vid klubb- eller lagfester samt föräldrar- eller sponsoraktiviteter, får alkoholförtäring ske i måttliga mängder. Extra restriktivitet ska dock iakttas när barn eller ungdomar är närvarande.

Föräldrar skall även beakta ovanstående och tänka på att agera föredömligt då de närvarar vid/på tävlingar, läger och sociala aktiviteter i LVHK:s eller andra handbollsföreningars regi.

### Hantering av överträdelse i denna del

Om vi skulle upptäcka att någon av våra spelare, ledare eller funktionärer har använt alkohol i strid med denna alkohol- och drogpolicy gör vi på följande vis:

- Om användningen skett i samband med träning, match eller liknande ska spelaren, ledaren eller funktionären lämna arenan eller lokalen omedelbart i sällskap av annan vuxen.
- Vi kontakter och håller ett enskilt samtal med personen i fråga och styrelsen informeras. Om personen är under 18 år, gäller detta även dennes föräldrar. Om särskilda skäl vid upprepade överträdelser visar på ett sådant behov, kan vi även ta kontakt med sociala myndigheter. Styrelsen kan dessutom besluta om eventuell tidsbestämd avstängning från tävlings- och tränings- verksamhet i LVHK.

### Ansvar

För samtal med *spelare* som brutit mot denna alkohol- och drogpolicy samt kontakten med dennes föräldrar enligt ovan, ansvarar i första hand ansvarig ledare. I andra hand, beroende på spelarens ålder, ansvarar styrelsen för samtalet och kontakten.

För samtal med *ledare* eller *funktionär* som brutit mot denna policy ansvarar ansvarig ledare eller styrelsen. Det åligger därutöver styrelsen att besluta om vidare åtgärder vid brott mot denna policy.

## 6. TOBAK

Tobak och idrott är en dålig kombination då nikotinet som finns i både cigaretter och snus påverkar kroppen på ett sätt som bl.a. leder till minskad syreupptagningsförmåga och därigenom sänkt prestationsförmåga, sämre immunförsvar, större risk för sjukdomar och skador. På grund av de hälsorisker och olägenheter som är förbundna med bruk av tobak och exponering för tobaksrök gäller enligt tobakslagen ett förbud mot att sälja tobaksprodukter till den som är under 18 år och en begränsning av rökning i vissa lokaler och utrymmen samt på vissa områden utomhus.

För att motverka de hälsorisker som är förenade med användningen av tobaksprodukter ska vi arbeta för att framförallt barn och ungdomar under 18 år inte ska använda tobak i vår verksamhet. I detta arbete har alla ledare inom vår handbollsverksamhet en betydelse när det gäller att vara förebilder och uppmuntra våra barn och ungdomar att värna om nikotinfria miljöer och en ungdomskultur utan tobaksrökning och snus.

### **Hantering av överträdelse i denna del**

Om vi skulle upptäcka att någon av våra ungdomar har använt tobak tar vi kontakt med barnets eller ungdomens föräldrar och håller enskilt samtal med dessa. Vid upprepade överträdelser kan styrelsen besluta om åtgärder för att hjälpa barnet eller ungdomen.

### **Ansvar**

Ansvarig ledare ansvarar för enskilt samtal med individen och dennes föräldrar. Det åligger styrelsen att besluta om vidare åtgärder vid brott mot denna nolltolerans.

Ledare eller funktionär som upptäcker avvikelse i förhållande till policyn ska informera styrelsen om avvikelsen.

## 7. KOSTTILLSKOTT

Föreningens grundinställning är att rätt sammansatt och näringsriktig kost ger energi och skapar förutsättningar för att kunna utöva sporten på ett optimalt sätt.

Riksidrottsförbundet avråder från bruk av kosttillskott, annat än på rent medicinska grunder. Det finns inget vetenskapligt stöd för att idrottsutövare med normal kosthållning har behov av extra kosttillskott.

Många preparat på marknaden är otillräckligt kontrollerade och kan innehålla dopingklassade substanser. Enligt idrottens dopingregler är idrottsutövare *personligt ansvariga* för allt de äter eller intar på annat sätt. Den som befinner sig dopad riskerar alltid att bestraffas, oavsett orsak.

*Kosttillskott intas alltid på egen risk.*

## 8. LEDARES ANSVAR

Ledare och funktionärer ska uppträda som goda förebilder, både på och utanför handbollsplanen, och inte, inför sina spelare i sin ledarroll, prata positivt om **dopningspreparat**, **narkotika**, **alkohol**, **tobak** eller **kosttillskott**. Ledare ska agera direkt i enlighet med denna alkohol- och drogpolicy då problem uppstår.

## 9. KOMPETENSHÖJANDE INSATSER

För att höja kompetensen kommer det varje år arrangeras temakvällar inom området DANT; Dopningspreparat, Alkohol, Narkotika, Tobak.

## 10. KOMMUNICERING AV ALKOHOL- OCH DROGPOLICYN

I LVHK kommunicerar vi policyn genom:

- Ledarmöten
- Föräldramöten
- Spelarmöten
- Via lagvisa mail till samtliga föräldrar
- Hemsidan





## **LÖDDE VIKINGS HK**

ORG.NR.: 846502-2971. BOX 161, 246 22 LÖDDEKÖPINGE.  
TELEFON: 0761-46 80 53 E-POST: KANSLIET@LODDEVIKINGS.SE  
LODDEVIKINGS.SE