



## Alkohol, Narkotika, Doping, Tobak och Spel (ANDTS) policy

### Varför?

De allra flesta barn och ungdomar är någon gång aktiva i en idrottsförening. Föreningarna engagerar också många föräldrar och andra vuxna. Föreningar kan därmed fungera som en viktig uppfostringsmiljö där attityder och värderingar skapas. Ofta är idrotten en skyddsfaktor mot att ungdomar använder alkohol, narkotika, doping och tobak. Idag är det viktigt att också prata om och reglera vad som gäller kring spel, spelmissbruk och matchfixing.

LIF arbetar för gemenskap, idrottsutövande och social fostran. För oss är det viktigt att främja positiva och trygga miljöer där våra barn och unga kan utvecklas, såväl idrottsligt som socialt, kulturellt och psykiskt. För oss ingår inte alkohol, tobak, narkotika, doping och spel i en sådan miljö.

Alkohol, tobak och andra droger påverkar idrottsprestationen negativt och spel är idag minst lika viktigt att prata om. För barn som växer upp i en otrygg hemmiljö kan idrottsföreningen vara en trygg plats. Det kan också finnas vuxna ledare eller föräldrar som lagt ett missbruk bakom sig. För dem är det extra viktigt att LIF fungerar som en plats fri från alkohol, narkotika, doping, tobak, spelmissbruk och matchfixing.

### Mål

Lenhovda Idrottsförening (LIF) tar ställning mot alkohol, narkotika, doping, tobak och spel. Genom att alla våra medlemmar, oavsett vilken idrott de engagerar sig i möts av samma budskap kan vi tillsammans:

- Bidra till att minska risken för att ungdomar och vuxna råkar ut för skador och problem relaterade till alkohol, narkotika, doping, tobak och spel.
- Stärka våra medlemmar att göra hälsosamma val och undvika alkohol, narkotika, doping, tobak och spel.

### Övergripanderiktlinjer

- Vi strävar efter att inte prata positivt om alkohol, narkotika, doping, tobak och spel i samband med föreningens verksamhet.
- Våra ledare, tränare, seniorspelare och styrelser är i sitt förhållningssätt till ANDTS ett föredöme för barn och ungdomar.
- Vi följer de regler och lagar som finns i svensk lagstiftning gällande alkohol, narkotika, doping, tobak och spel.

### Alkohol

- Vi har nolltolerans mot alkoholkonsumtion i föreningens anläggningar. Vi dricker inte alkohol när vi bär föreningens kläder/utrustning.
- Vi dricker inte alkohol under tävling, träning, träningsläger eller match. Tänk på det du druckit dagen innan kan påverka din prestation.
- Våra ledare och tränare dricker inte alkohol i samband med träningsläger, tävlingar, matcher eller annan verksamhet där man ansvarar för föreningarnas barn och ungdomar.
- Vi undviker alkoholförsäljning generellt vid våra allmänna arrangemang.
- Vi har nolltolerans mot alkoholkonsumtion i samband med skjutsning till matcher, träningar och tävlingar. Tänk på att det du druckit kvällen innan kan påverka din körförmåga.



### **Tänk på!**

Att det är olagligt att bjuda eller köpa alkohol till minderåriga.

## **Narkotika och Doping**

Narkotika- och dopingklassade substanser får aldrig förekomma på något sätt i vår verksamhet utan läkarintyg. Om man har fått preparat utskrivna av läkare som innehåller narkotika eller dopingklassade substanser söks dispens om nödvändigt i sektionstyrelsen. Idrottsutövare, tränare och ledare ska hålla sig informerade om vilka regler som gäller för doping.

### **Tänk på!**

Aktuell dopinglista finns på närmaste Apotek eller på Antidopings hemsida: [Dopinglistan](#)  
Att kosttillskott kan innehålla dopingklassade preparat. Läs mer på: [Antidoping Sverige](#)

## **Tobak**

Vi uppmuntrar våra medlemmar att värna om nikotinfria miljöer och en kultur utan tobak. Våra myndiga ledare, tränare och idrottsutövare strävar efter att avstå från tobak under träning, tävling eller match där man ansvarar för föreningarnas barn och ungdomar. Våra omyndiga idrottsutövare, tränare och ledare använder inte tobak under träning, tävling eller match.

### **Tänk på!**

Hantera ditt eventuella tobaksbruk med omdöme inför andra.

## **Spel**

Vi har nolltolerans mot spelmissbruk samt spel och matchfixning i samband med matcher och tävlingar där vi som förening är delaktiga i seriespel eller annan tävling. Tänk på att det är straffbart och det skulle kunna innebära långa avstängningar.

## **Plan och uppföljning**

Det är varje medlems ansvar att verka i enlighet med Lenhovdas idrottsföreningens ANDTS-policy. Vi har alla ett gemensamt ansvar i ett ANDTS-arbete i vår förening. Varje sektion behöver säkerställa att medlemmar, ledare och sektionen har god kännedom om vår ANDTS-policy där den går igenom med alla berörda minst en gång per år för att vi tillsammans ska verka för en trygg och hälsosam idrottsmiljö. Alla medlemmar, ledare och sektioner behöver ha god kännedom om de konsekvenser som följer vid brott mot policyn där vi agerar utifrån nedanstående steg.

### **1. Upptäckt och rapportering**

När någon observerar ett brott mot ANDTS-policyn, bör detta omedelbart rapporteras till en ansvarig person inom föreningen. Detta kan exempelvis vara en ledare, sektionsmedlem eller styrelsemedlem.

### **2. Initialt samtal**

En eller två representanter från sektions- eller huvudstyrelsen bör ha ett privat och konfidentiellt samtal med den berörda personen för att diskutera händelsen. Påminn personen om föreningens ANDTS-policy och varför den är viktig för föreningens värderingar och säkerhet.

### **3. Bedömning och beslut**

Sektions- eller huvudstyrelsen bör bedöma allvaret i händelsen och besluta om lämpliga åtgärder. Detta kan inkludera rådgivning, varningar eller andra disciplinära åtgärder. Alla steg och beslut bör dokumenteras noggrant för framtida referens.

### **4. Åtgärder och uppföljning**

Implementera de beslutade åtgärder som kan inkludera tillfällig eller tillsvidare avstängning, obligatorisk deltagande i utbildningsprogram eller andra relevanta åtgärder. Planera regelbundna uppföljningssamtal för att stödja samt säkerställa att personen förstår och följer policyn framöver.