



Sollefteå Gymnastikklubbs policy
för användning av
Alkohol, Narkotika, Doping och Tobak
2025

Varför?

I Sollefteå gymnastikklubb är många barn och ungdomar aktiva. Vår förening vill vara en viktig uppfostringsmiljö där värderingar och attityder skapas. Idrott är ofta en skyddsfaktor mot att ungdomar använder alkohol, narkotika, tobak och doping. För oss är det viktigt att främja en positiv och trygg miljö där våra barn och unga kan utvecklas, såväl idrottsligt som socialt, kulturellt och psykiskt. För oss ingår alkohol, tobak, narkotika och doping i en sådan miljö.

Vad säger riks-idrottsförbundet?

”Vi vill inom idrottsrörelsen bedriva vår idrott så att den utvecklar människor positivt såväl fysiskt och psykiskt som socialt och kulturellt. Inom idrotten lär vi oss också hur kroppen fungerar och tar ställning mot sådant som är skadligt och nedbrytande, till exempel användandet av droger”.

Mål

Vi, Sollefteå Gymnastikklubb, tar gemensamt ställning mot alkohol, narkotika, doping och tobak. Genom att alla våra medlemmar 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 och tobak.
- Stärka våra medlemmar att göra hälsosamma val och undvika alkohol, narkotika, doping och tobak.
- Bidra till att öka kunskapen om de negativa effekter av alkohol, narkotika, doping och tobak på såväl idrott som samhälle.

Övergripande riktlinjer

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

Alkohol

- Vi dricker inte alkohol när vi bär föreningens kläder/utrustning.
- Vi dricker inte alkohol i föreningen då minderåriga är med.
- Vi erbjuder alltid alkoholfria alternativ på våra fester.
- Våra idrottsutövare och ledare undviker alkohol dagen före och under tävling, träning eller träningsläger.
- Våra ledare och tränare dricker inte alkohol i samband med träningsläger, tävlingar eller annan verksamhet där man ansvarar för föreningarnas barn och ungdomar.
- Vi har nolltolerans mot alkoholkonsumtion i samband med skjutsning till 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.

Idrottsutövare, tränare och ledare ska hålla sig informerade om vilka regler som gäller för doping.

Våra idrottsutövare, ledare och tränare följer Riksidrottsförbundets avrådan från bruk av kosttillskott, annat än på rent medicinska grunder.

Tobak

Vi uppmuntrar våra medlemmar att värna om nikotinfria miljöer, vid träning och tävling samt i våra lokaler, och en kultur utan tobak.

Våra myndiga ledare, tränare och idrottsutövare strävar efter att avstå från tobak under träning och tävling.

Våra omyndiga idrottsutövare, tränare och ledare använder inte tobak under träning och tävling.

Tänk på!

Hantera ditt eventuella tobaksbruk med omdöme inför andra.

Åtgärdsplan

Om ANDT-policyn inte följs inom vår förening ska vi:

- Prata med berörd person.
- Meddela ansvarig person i föreningen om händelsen.
- Vår ansvarig erbjuder hjälp och stöttning utifrån föreningens egen handlingsplan.
- Om någon av våra minderåriga medlemmar använder alkohol, narkotika, doping eller tobak kontaktar vi vårdnadshavare.
- Vid upptäckt av doping eller narkotikaanvändning kontaktar vi polis efter insamlande av fakta.