

Tillsammans för en idrott fri från Alkohol, Narkotika, Doping, Tobak och Spel.



Handlings- och åtgärdsplan



Västra Götaland

Detta arbetsmaterial...

...är en hjälp i arbetet att förankra/anta en ANDTS-policy i er idrottsförening.

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.

Våra föreningar 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 alkohol, narkotika, doping, tobak och spel inte i en sådan miljö.

Alkohol, tobak och andra droger påverkar idrottsprestationen negativt. 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 föreningen fungerar som en plats fri från alkohol, narkotika, doping och tobak.

Vad säger Riksidrottsförbundet?

"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".

Lärgruppsträffar

Tänk på att du kan anmäla arbetet med detta material som lärgrupp till RF-SISU. En lärgrupp är att jämföras med studiecirkele. Metodiken är självlärande grupper, där initiativ och planering görs gemensamt av varje grupp.

RF-SISU Västra Götaland – en resurs

RF-SISU delar gärna med sig av erfarenheter, ger stöd och kraft till just ert utvecklingsarbete. Ett samarbete som ni kommer ha både nytta och glädje utav. För genomförandet av en lärgrupp kan till exempel RF-SISU bidra med visst stöd. Det kan handla om att ta kostnader för material, studiebesök, föreläsare med mera.

Kontakta gärna RF-SISU Västra Götaland så berättar vi mer om hur ett samarbete kan se ut, www.rfsisu.se/vastragotaland

Handlingsplan för gemensam ANDTS-policy

VAD SKA GÖRAS?	VEM SKA GÖRA DET?	NÄR SKA DET GÖRAS?	STATUS
Policyn antas i föreningsstyrelsen.	Styrelsen		
Föreningen utser en kontaktperson för ANDTS- policyn.	Styrelsen		
Föreningen tar fram sin egen handlingsplan med beslut om åtgärder.	Styrelsen		
Policyn och åtgärdsplanen presenteras och diskuteras med ledare/ tränare vid ledarmöten.			
Policyn presenteras och diskuteras med föräldrar vid föräldramöten.			
Policyn presenteras och diskuteras för alla idrottsutövare.			
Policyn och åtgärdsplan läggs upp på föreningens hemsida och uppdateras vid behov.			
Vaccinera klubben mot doping.	Styrelsen		
Policyn följs upp och diskuteras i föreningens styrelse.	Styrelsen		
Policyn följs upp och diskuteras tillsammans med övriga föreningar med ANDTS-policy, kommunen och RF-SISU.	Kommunen och RF-SISU sammankallar till träff. Föreningens kontaktperson för policyn medverkar på träffen.	Årligen	

Arbetsmaterial för handlings- och åtgärdsplan

Innan ni färdigställer handlings- och åtgärdsplan kan det vara bra att reflektera kring vad för olika situationer som kan tänkas uppstå som inte följer riktlinjerna. Tänk igenom och diskutera vad som skulle kunna hända i just er förening. Fyll gärna i vad ni i föreningen skulle göra om situationen skulle uppstå.

Riktlinjer

Vi dricker inte alkohol i vår förenings kläder/utrustning.

Handling

I samband med en tävling/match syns en ledare, ur tjänst, men i föreningens kläder, dricka öl, medan hen tittar på tävlingen.

Konsekvens

Vad gör vi?

Vem gör vad?

Riktlinjer

Nolltolerans mot alkoholkonsumtion i samband med skjutsning till träning, tävling, match och läger.

Handling

I samband med en träning på annan ort, märker en ledare att en av föräldrarna luktar alkohol. Föräldern har varit på fest kvällen innan. Hen sätter sig i bilen för att köra barn till tävling/match.

Konsekvens

Vad gör vi?

Vem gör vad?

Riktlinjer

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

Handling

Efter en träning, i omklädningsrummet, ser en ledare ett gäng omyndiga ungdomar snusa.

Konsekvens

Vad gör vi?

Vem gör vad?

Åtgärdsplan

Om riktlinjer i ANDTS-policyn inte följs inom vår förening ska vi...

- **Prata med personen i fråga**

- **Meddela ansvarig i föreningen om händelsen**

Vem/vilka är ansvarig för att samtala med personen?

- **Vår ansvarig erbjuder hjälp och stöttning utifrån föreningens egen handlingsplan**

Vem/vilka är ansvarig för att erbjuda hjälp och stöttning?

När ska hjälp och stöttning erbjudas?

Typ av hjälp och stöttning som vår förening kan erbjuda?

När kontaktar ansvarig styrelse, vårdnadshavare och polis?

- **Om någon av våra minderåriga medlemmar använder alkohol/tobak/narkotika /doping**

Ska vårdnadshavare kontaktas.

- **Vid upptäckt av doping- eller narkotikaanvändning i föreningssammanhang**

Kontakta polisen efter insamlande av fakta.

Samtalsmall

För den som tar emot information om att riktlinjerna inte följs finns nedanstående frågor som ett stöd i samtalet med den person som berörs.

Frågor att ta upp med den som lämnar informationen

- Har den som lämnat informationen själv sett föreningsmedlemmen använda alkohol, narkotika, doping eller tobak? Eller kommer uppgiften från någon annan person?
- Vid ett eller flera tillfällen?
- När/i vilken situation hände det?

Punkter att ta upp med personen som inte följt riktlinjerna

- Prata om orsaken till samtalet och lyssna in vad personen i fråga har att säga om situationen.
- Tydliggör föreningens policy.
- Informera om föreningens handlingsplan och vilka konsekvenser som kommer att ske.
- Erbjud föreningens förslag på hjälp och stöttning. Vid behov, motivera personen att söka hjälp.
- Vid behov kontakta styrelsen och informera om situationen.

Mer information

Länktips!

Riksidrottsförbundet Antidoping – www.rf.se/antidoping

Alkohol och narkotika; statistik, fakta och undersökningar - www.can.se

Stödlinjen – Första hjälpen vid spelmissbruk - www.stodlinjen.se

Vaccinera klubben mot doping



“Dopingfri är vad idrott ska vara! Det är givet för att vi ska kunna träna och tävla på lika villkor. Ett bra antidopingarbete och många dopingkontroller är en förutsättning för detta.”

- Sarah Sjöström, flera EM- och VM-guld i simning

Fem steg till föreningens hjälp för att arbeta fram en antidopingplan och "Vaccinera klubben".

1. Kunskapstest -

<https://www.rf.se/Arbetsrum/SvenskAntidoping/Vaccineraklubben/1.Kunskapstest/>

Här kan du testa din kunskap om antidoping. Testet består av tio frågor. Du får information efter varje fråga om rätt svar. Gör gärna om testet tills du får alla rätt. När du gör om testet kommer det slumpmässigt nya frågor.

2. Diskutera i styrelsen -

<https://www.rf.se/Arbetsrum/SvenskAntidoping/Vaccineraklubben/2.Diskutera/>

En av grundstenarna i "Vaccinera klubben" är att föreningen upprättar en förebyggande antidopingplan. Detta kan styrelsen, eller en arbetsgrupp utsedd av styrelsen, göra. Denna handledning vägleder er. Att gå igenom frågorna tar inte mer än två timmar. Att satsa tiden är en god investering då föreningen får en antidopingplan att sprida till medlemmar, samarbetspartners, kommun, sponsorer med flera.

På denna sida finns också!

Handledning med diskussionsfrågor, Antidopingfakta och fördjupningsdokument.

3. Gör en plan –

<https://www.rf.se/Arbetsrum/SvenskAntidoping/Vaccineraklubben/3.gorenplan/>

Ni har diskuterat och bestämt vilka åtgärder som behövs för att föreningen ska ha ett bra antidopingarbete. Nu är det dags att göra en antidopingplan. För att underlätta skrivandet av planen finns två mallar som redan innehåller de åtgärder som föreslås i respektive diskussionshandledning. Ta bort de åtgärder ni inte vill ha och lägg till egna om ni vill.

4. Anmäl –

<https://www.rf.se/Arbetsrum/SvenskAntidoping/Vaccineraklubben/4.anmal/>

Här anmäler ni genomförd vaccination och registreras på listan över vaccinerade klubbar. En bekräftelse av anmälan kommer via e-post till den adress ni fyllt i.

För information eller frågor kring detta arbete kontakta

Antidopingansvarig på RF-SISU Västra Götaland.

Åtagande från kommunen och RF-SISU Västra Götaland

- 1.** Sammankalla till ANDT-uppföljningsträffar.
- 2.** Stötta med föreläsningar och utbildningar för att stärka kunskapen inom området ANDT, efter önskemål.
- 3.** Tipsa om material som berör ANDT, efter önskemål.
- 4.** Processtöd i ANDT-frågorna.

Kontaktuppgifter

Kontakta någon av våra idrottskonsulenter via vår hemsida
www.rfsisu.se/vastragotaland

Handlings- och åtgärdsplan är framtagen av kommunen och RF-SISU Västra Götaland.

Tryckoriginal: Ingela Gustavsson, RF-SISU Västra Götaland, 2020.



Västra Götaland