

## Gymnos ANDT-policy (alkohol, narkotika, doping, tobak)

För Gymnos är det viktigt att främja en positiv och trygg idrottsmiljö där föreningens medlemmar kan utvecklas, såväl idrottsligt som socialt, kulturellt och psykiskt. För oss ingår alkohol, tobak, narkotika och doping inte i en sådan miljö.

### Mål

Gymnos tar 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 föreningens medlemmar 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 effekterna av alkohol, narkotika, doping och tobak såväl inom idrotten som i samhället.

### Övergripande riktlinjer

- Vi strävar efter att inte prata positivt om alkohol och tobak i samband med föreningens verksamhet.
- Vi pratar inte positivt om narkotika och doping.
- Våra anställda, 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 och energidrycker

- Vi dricker inte alkohol och energidrycker när vi bär föreningens kläder och utrustning.
- Vi dricker inte alkohol och energidrycker på föreningens fester när minderåriga är med.
- Vi erbjuder alltid alkoholfria alternativ på våra fester.
- Vi har nolltolerans mot alkoholkonsumtion för våra gymnaster dagen före och under tävling, träning och träningsläger.
- Vi har nolltolerans mot alkoholkonsumtion för våra ledare och tränare dricker i samband med träning, träningsläger, tävlingar eller annan verksamhet där man ansvarar för föreningens barn och ungdomar.
- Vi har nolltolerans mot alkoholkonsumtion i samband med skjutsning till träningar och tävlingar.
- Vi säljer inte alkohol och energidrycker vid föreningens offentliga arrangemang.

### Narkotika och doping

- Narkotika- och dopingklassade substanser får inte förekomma inom Gymnos verksamhet utan läkarintyg.
- Om man har fått preparat utskrivna av läkare som innehåller narkotika eller dopingklassade substanser ska dispens sökas.
- Gymnaster, tränare och ledare ska hålla sig informerade om vilka regler som gäller för doping.

Våra gymnaster, ledare och tränare följer Riksidrottsförbundets avrådan från bruk av kosttillskott, annat än på rent medicinska grunder. Aktuell dopinglista finns på närmaste apotek och <http://www.rf.se/Antidoping/Dopinglistor/>

### Tobak

- Vi uppmuntrar våra medlemmar att värna om nikotinfria miljöer och en kultur utan tobak.
- Våra myndiga ledare, tränare och gymnaster ska avstå från tobak under träning, tävling eller match och hanterar sitt tobaksbruk med omdöme inför andra.
- Våra omyndiga gymnaster, tränare och ledare använder inte tobak under träning och tävling.

### Vid händelse

- En person som är synbart påverkade av något som kan misstänkas vara alkohol eller droger ska på ett tryggt sätt avvisas från det aktuella aktivitetstillfället. Vid upprepade händelser kan personen stängas av från föreningens verksamhet.
- Ev. avvisning från ett aktivitetstillfälle beslutas av vuxen ledare/tränare
- Händelsen rapporteras till föreningens Trygghetsansvarig alt. föreningens ordförande
- Ev. tidsbegränsad avstängning beslutas av styrelsen och meddelas berörd person skriftligen

### Referens

- Svenska Gymnastikförbundets antidopingprogram
- Riksidrottsförbundets policy Om alkohol, narkotika, doping och tobak

Falun 2020-02-03

Styrelsens förslag till årsmötet 2020-09-23