



Katrienholms OKs

ANDTS-policy

Tillsammans för en idrott fri från
Alkohol, Narkotika, Doping, Tobak
och **Spel** (missbruk och matchfixing)

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.

Vår förening arbetar för gemenskap, idrottsutövande och social fostran. För oss är det viktigt att främja positiva och trygga miljöer där barn och unga kan utvecklas, såväl idrottsligt som socialt, kulturellt och psykiskt. Vi anser att alkohol, tobak, narkotika, doping och spel kan vara negativt 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 vår förening 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, tobak, spelmissbruk och matchfixing.

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”.

Mål

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

Övergripande riktlinjer

- Vi strävar efter att inte prata positivt om alkohol, narkotika, doping, tobak och spel i samband med föreningens verksamhet.
- Våra ledare, tränare och förtroendevalda 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 erbjuder alltid alkoholfria alternativ på våra fester.
- Vi dricker inte alkohol i föreningen då minderåriga är med. Undantaget om en vårdnadshavare väljer att ta med sitt barn/ungdom till en vuxenfest. Vårdnadshavaren ansvarar då för sitt barn och för att alla känner till att hen är minderårig och inte får serveras alkohol.
- Våra idrottsutövare undviker alkohol dagen före och under tävling, träning, och 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 ingen alkoholförsäljning vid våra allmänna arrangemang.
- Vi undviker sponsorer som kan uppmuntra, eller på annat sätt leda, till ökad alkoholkonsumtion.
- Vi har nolltolerans mot alkoholkonsumtion i samband med skjutsning till träningar, tävlingar, läger etc. 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.

Tänk på!

Aktuell dopinglista finns på RF:s hemsida: www.rf.se/antidoping/dopinglistor/

Att kosttillskott kan innehålla dopingklassade preparat. Läs mer: www.rf.se/antidoping/kosttillskott

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 läger.

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

Tänk på!

Hantera ditt eventuella tobaksbruk med omdöme inför andra.

Spel

Vi undviker alla aktiviteter där det finns risk för spelmissbruk. Ingen medlem ska få ekonomiska eller sociala problem med anledning av spel inom föreningen.

Matchfixing, dvs att försöka betala någon för att uppnå ett visst resultat på en tävling är helt oacceptabelt inom vår förening.

Denna policy är fastställd av Katrineholms Orienteringsklubbs styrelse



Anna Timmer
Ordförande

2025-10-08

Datum

Denna policy bygger på en ANDTS-policy framtagen av RF-SISU Östergötland och har anpassats för att passa Katrineholms Orienteringsklubb.