

A group of young swimmers are lying on their backs on a grey tiled pool deck, resting after a swim. In the background, a swimming pool with blue lane markers is visible. Two people are standing near the pool's edge. The scene is captured from a high angle, looking down at the swimmers.

Riksidrottsförbundets policy Om alkohol, narkotika, doping och tobak





Riksidrottsförbundets ANDT-policy

Riksidrottsförbundet
Stockholm oktober 2014

Riksidrottsförbundets (RF) idéprogram *Idrotten vill* slår fast att svensk idrott genom sin verksamhet vill medverka till en positiv utveckling i samhället och aktivt ta ställning mot det som är dåligt och nedbrytande. Att verka för att ungdomar stannar kvar inom idrotten högre upp i åldrarna ökar ännu mer idrottens medverkan till en positiv utveckling.

- Alkohol ska inte förekomma bland vare sig ledare eller aktiva i samband med barn- och ungdomsverksamhet. Inom svensk idrott bör det inte förekomma någon marknadsföring/sponsring av alkoholdrycker.
- Narkotika ska inte **förekomma överhuvudtaget, inom svensk idrott** råder nolltolerans mot narkotika.
- Svensk idrott vill ha tobaksfria idrottsmiljöer. Tobak ska inte förekomma i samband med barn- och ungdomsverksamhet.
- Doping ska inte förekomma överhuvudtaget, målet med svensk idrotts antidopingarbete är att tillförsäkra alla idrottsutövare deras självklara rätt att delta och tävla i en idrott fri från doping.

Vägledning mot alkohol

Tidig alkoholdebut ökar risken för missbruk senare i livet. Undersökningar visar att ungdomar som idrottar i förening dricker mindre alkohol än ungdomar i allmänhet. Ledare och tränares förhållningssätt, och att ungdomar stannar kvar inom idrotten högre upp i åldrarna, har betydelse för att främja en alkoholfri uppväxt. Undersökningar visar att alkohol kan försämra prestationsförmågan upp till cirka tre dygn efter alkoholintag.

- Alkoholdrycker¹ ska inte förekomma bland vare sig ledare eller aktiva i samband med idrottsverksamhet för barn och ungdomar – t ex under träningsläger och tävlingar eller resor till och från dessa.
- Företrädare, ledare och tränare ska vara medvetna om sin roll som förebilder, om alkoholens långvariga effekt, och om att allmänheten ställer större krav på svensk idrott än på samhället i övrig.
- Ledare, tränare och aktiva ska vara medvetna om att ju högre alkoholintag, desto mer försämrar det nyttan av träning, försämrar prestationsförmåga och ökar skaderisk 2-3 dagar även efter det att alkoholen lämnat kroppen.
- Ledare och tränare ska vara uppmärksamma på att det finns barn och ungdomar som har föräldrar med missbruksproblem och att dessa barn och ungdomar därför kan behöva speciellt stöd.
- I samband med idrottsevenemang ska idrotten vara restriktiv med alkoholservering, och uppmärksamma gällande lagstiftning och föreskrifter hur försäljning ska gå till, och med ett särskild stort ansvar för att ordningskravet beaktas. All alkoholservering ska följa samhällets krav på ansvarsfull alkoholhantering.
- Det bör inte förekomma marknadsföring/sponsring av alkoholdrycker (dvs drycker som innehåller mer än 2,25 volymprocent alkohol) i idrotts-sammanhang.
- Om det förekommer marknadsföring/sponsring av varumärke och så kallade lättdrycker (dvs drycker som innehåller mindre än 2,25 volymprocent alkohol vilka kan förväxlas med alkoholdrycker, exempelvis lättöl och alkoholfri öl) ska den inte riktas till barn- och ungdomsverksamhet.
- Riksidrottsförbundet är medlem i Centraförbundet för Alkohol- och Narkotikaupplysning (CAN). Mer information finns på CANs hemsida www.can.se

Vägledning mot narkotika

Sjukligheten och dödligheten är mycket större bland de som använder narkotika. Mer än en person per dag avlider i narkotikarelaterade diagnoser. Narkotikabruk medför ökade risker för skador ur både ett medicinskt och ett socialt perspektiv. Skadorna kan uppkomma akut eller först efter en tids bruk. I Sverige är det olagligt att använda, inneha, köpa och sälja narkotika.

¹Alkoholdrycker = spritdrycker, vin och öl som innehåller mer än 2,25 volymprocent alkohol.

- Narkotika ska inte förekomma överhuvudtaget, inom svensk idrott råder nolltolerans mot narkotika.
- Kännedom om narkotika i idrottssammanhang bör anmälas till polismyndighet och/eller social myndighet.
-

Mer information finns på Folkhälsomyndighetens hemsida www.folkhalso-myndigheten.se

Vägledning mot doping

RF är Sveriges Nationella Antidopingorganisation. Det som i världsantidopingkoden benämns som NADO. De svenska dopingreglerna och stora delar av antidopingarbetet styrs av de globala reglerna i "The World Anti-Doping Code". Kampen mot doping förs med olika medel på alla nivåer inom svensk idrott. Det kräver aktiva insatser från SF, DF, SISU Idrottsutbildarna och idrottsföreningar.

Varje enskild idrottare är själv ansvarig för att känna till och följa dopingreglerna. De flesta kända narkotiska preparat ingår också som en del av dopingreglerna. I vissa idrotter klassas alkohol som doping.

Särskild information och vägledning finns här: <http://www.rf.se/Antidoping>

Vägledning mot tobak

Tobaksrökning är en allvarlig miljö- och hälsofara för såväl den som röker som den som utsetts för tobaksrök. Snus ger kroppen en hög halt av nikotin som leder till att individen utsätts för skaderisker. Ledare och tränare i barn- och ungdomsverksamhet är viktiga förebilder och deras förhållningssätt har betydelse för insikt om tobaksbrukets skadliga effekter på kroppen och för hälsan.

- Föreningars- och förbunds verksamhet ska bedrivas i rökfria lokaler och anläggningar, vi vill ha helt rökfria idrottsmiljöer inomhus och utomhus. Om det förekommer rökzoner utomhus, ska de vara klart avgränsade från de rökfria zonerna.
- Företrädare, ledare och tränare ska vara medvetna om sin roll som förebilder, medvetna om tobaksbrukets negativa inverkan på hälsan och att allmänheten ställer större krav på svensk idrott än på samhället i övrig.
- Svensk idrott bör helt avstå från tobaksförsäljning och marknadsföring/sponsring av tobaksprodukter.

Tobaksfakta är en oberoende paraplyorganisation och tankesmedja. Mer informations finns på Tobaksfaktas hemsida www.tobaksfakta.se



Riksidrottsförbundet

Idrottens hus, 114 73 Stockholm | Tel: 08 - 699 60 00 | Fax 08 - 699 62 00

E-post: riksidrottsforbundet@rf.se | Hemsida: www.rf.se