

## **Handlingsplan mot alkohol, narkotika, doping och tobak.**

### **Johannisbergs AIK**

Johannisbergs AIK tar ställning mot alkohol, narkotika, doping och tobak.  
Genom denna handlingsplan.

#### **Mål**

Bidra till att minska risken för att ungdomar och vuxna råkar ut för skador och problem relaterade till ANDT.

Stärka ungdomar och vuxna i klubben att göra hälsosamma val och undvika ANDT.

Bidra till att öka kunskapen om de negativa effekter av ANDT inom såväl idrott som i samhället.

#### **Alkohol**

Vi dricker inte alkohol när vi bär föreningens kläder/utrustning.

Vi dricker inte alkohol på föreningens fester då minderåriga är med.

Vi erbjuder alltid alkoholfria alternativ på våra fester.

Vi uppmanar inte till att fira segrar eller dränka förluster med hjälp av alkohol.

Våra idrottsutövare undviker alkohol dagen före och under tävling, träning, träningsläger.

Våra ledare och tränare dricker inte alkohol i samband med träningsläger, tävlingar eller annan verksamhet där man ansvarar för föreningens barn och ungdomar.

Vi undviker alkoholförsäljning vid våra allmänna arrangemang.

Vi är restriktiva vid val av sponsorer som kan uppmuntra, eller på annat sätt leda, till ökad alkoholkonsumtion.

Vi har nolltolerans mot alkoholkonsumtion i samband med skjutsning till träning och tävling.

#### **Narkotika och Doping**

Narkotika- och dopingklassade substanser får aldrig förekomma på något sätt i vår verksamhet utan läkarintyg.

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

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

#### **Tobak**

Vi uppmuntrar våra medlemmar att värna om nikotinfria miljöer och en kultur utan tobak.

Våra myndiga tränare och idrottsutövare strävar efter att avstå från tobak under träning och tävling och hanterar sitt tobaksbruk med omdöme inför andra.

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

Vi använder inte elcigarett med eller utan tobak.

### **Handlingsplan.**

Om ovanstående inte följs inom vår förening ska vi:

Samtala med berörd person.

Meddela ansvarig/ordförande i föreningen om händelsen.

Ansvarig erbjuder hjälp och stöttning utifrån förenings handlingsplan.

Vid minderårigs användande av ANDT kontaktas vårdnadshavare.

Vid användande av narkotika eller doping görs en eventuell polisanmälan efter insamlande av fakta.