



**Tillsammans för en idrott fri från
Alkohol, Narkotika, Doping, Tobak och Spel**
Handlings- och åtgärdsplan

Den här handlingsplanen är en hjälp i arbetet att förankra/anta er ANDTS-policy i föreningen.

Handlingsplanen fungerar som stöd för dig som är ansvarig för ANDTS i er förening tillsammans med övriga berörda när något oväntat uppstår. Läs gärna igenom er egen policy för att vara väl insatt i vad föreningen står för gällande ANDTS.

Lärgruppstillfällen

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

RF-SISU Östergötland - en resurs

Vi delar gärna med sig av erfarenheter, ger stöd och kraft till just ert utvecklingsarbete.

Kontakta din förenings idrottskonsulent för mer information.

<https://www.rfsisu.se/ostergotland/>

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 med alla idrottsutövare.			
Policyn och åtgärdsplanen 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 Östergötland.	Kommunen och RF-SISU Östergötland 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.

Diskussionsunderlag

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 ansvariga 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 polis efter insamlande av fakta och erbjud hjälp via Endokrinsektionen i Göteborg, telefon 031-342 70 55.

Samtalsmall

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

Frågor att ta upp med den som lämnar informationen

- Har den som lämnat informationen själv sett föreningsmedlemmen använda ANDTS? Eller kommer informationen 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!

Alkohol och tobak – ? (finns inte)

Riksidrottsförbundet Antidoping - <https://www.rf.se/Arbetsrum/SvenskAntidoping/>



”Det finns mycket okunskap bland allmänhet och inom idrotten. Det gäller att upplysa, informera och skapa rätt attityder, och det i tidiga åldrar. Det är inte okej med doping!”

Charlotte Kalla, flerfaldig OS-guldmedaljör i längdskidor.

Vaccinera klubben mot doping

Fem steg till föreningen hjälp för att arbeta fram en antidopningsplan 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. Efter varje fråga får du det rätta svaret. 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* och *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 då på listan över vaccinerade klubbar. En bekräftelse av anmälan kommer via e-post till den adress ni har fyllt i.

För information eller frågor kring detta arbete kontakta din förenings idrottskonsulent på RF-SISU Östergötland <https://www.rfsisu.se/ostergotland/>

Kontakta oss för mer information

Namn

ANDTS-ansvarig, XXX Kommun

Telefon:

E-post:

Alternativt

Din förenings idrottskonsulent på RF-SISU Östergötland

<https://www.rfsisu.se/ostergotland/>

ANDTS-policyn är framtagen av RF-SISU Östergötland tillsammans med samordnare i kommunerna i länet för ANDTS-frågor.



Östergötland