

ÅLÄNDSK IDROTT

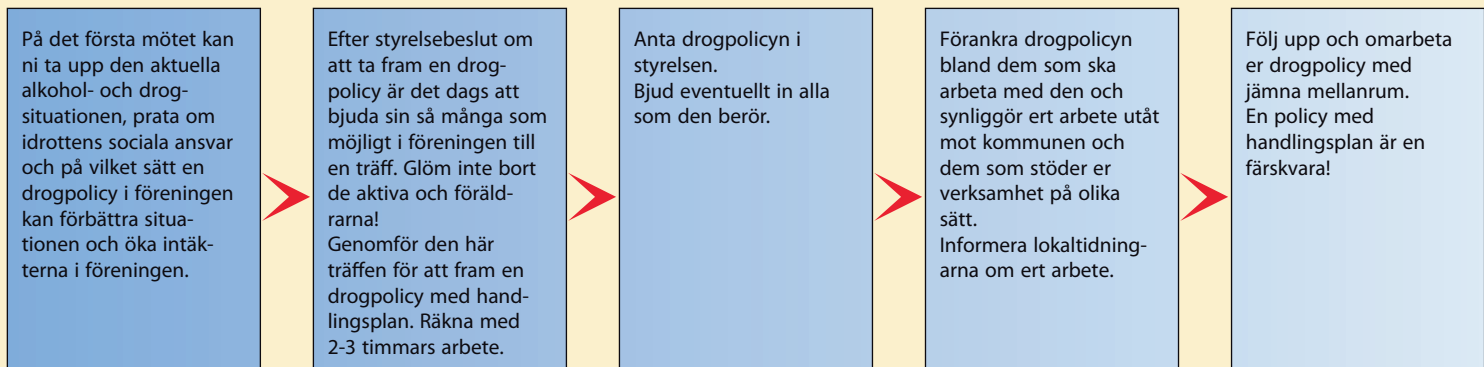
V visar Vägen

Att ta fram en drogpolicy
med handlingsplan



ÅLÄNDSK IDROTT

Så här kan ni jobba - en översikt



1:a uppgiften Skapa motiv för en policy

Prata om...

Har föreningen tydliga regler vad gäller alkohol, tobak och drogfrågor?

Varför är det viktigt för mig och vår förening att vi har en drogpolicy med handlingsplan?

Lista argumenten och enas kring dem som är viktiga för er!

Hur ser det ut i vår förening..?

Inled gärna med en kort beskrivning av hur föreningen ser ut idag:

- antal medlemmar
- antal barn/ungdomar som är aktiva
- verksamhet
- deltagande i serier/cuper/träningsläger
- årsfester
- övrig verksamhet

Det här gör ni så att alla ska ha en gemensam helhetssyn på föreningens verksamhet.

Det förekommer kanske alkohol i samband med flera av föreningens aktiviteter. Frågan är vilka konsekvenser detta får. Och inte minst: Hur hanterar ni det i föreningen!

Gör en lista med tänkbara alkoholrelaterade händelser och be deltagarna ange hur troligt det är att det skulle kunna hända i er förening. Utgå från lista här intill eller gör en egen.

Lyft frågorna i gruppen utan att fastna i vad som ska göras eller hur det ska göras. Syftet är att synliggöra er förenings eventuella behov att göra något!

Om det inte finns några problem noterar ni också det och ger beröm. Gå vidare med att det här är något ni måste vara rädda om och att det därför är viktigt att planera hur det ska bibehållas.

SITUATION	händer	har hänt	ej hänt
Ungdomar röker/snusar på föreningens anläggningar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ledare/tränare röker/snusar vid aktivitet för ungdomar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Medföljande förälder har med sig alkohol på träningsläger för ungdomar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ledare/tränare har kommit påverkad till träning/match.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ledare/tränare har kommit bakfull till träning/match.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ungdomar dricker alkohol på läger eller bortamatch/tävling.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Flera gör sin alkoholdebut i föreningen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aktiva uppträder berusade i föreningens kläder.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ungdomar under 18 år kan köpa öl vid föreningens arenor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Föräldrar kommer alkoholpåverkade när de hjälper till i föreningen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vuxna ledare har med sig alkohol på träningsläger för ungdomar.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkohol serveras på föreningsfester med ungdomar där ungdomar under 18 år är med.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vuxna blir fulla på föreningens fester.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkohol säljs på den egna arenan.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Aktiva spelare som är under 18 år får dricka alkohol ihop med A-laget efter match.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det dricks öl i omklädningsrum/bastu.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Alkohol serveras/förtärs i föreningens lokaler.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ledare köper ut alkohol till ungdomar under 20 år.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ungdomar dricker alkohol i smyg på idrotssplatsen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det finns någon i föreningen som använder narkotika.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det finns någon i föreningen som använder doping.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Vissa aktiva äter kosttillskott.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2:a uppgiften

Skapa policyn/riktlinjer

Nu är det dags att skapa policyn/riktlinjer för hur vår förening eller vårt lag vill ha det.

Arbeta i par eller grupper. Ta ställning till ett påstående i taget och ge lite tid till prat om vilka riktlinjer föreningen ska ha.

Gruppernas riktlinjer skrivs i listform upp på ett blädderblock eller skrifttavla.

Nästa steg är att enas kring en eller flera riktlinjer. Försök att fokusera på att vara realistiska utan att bli alltför mesiga.

Därefter tar ni nästa påstående. Håll koll på tiden - fastna inte för länge på någon fråga!


Exempel på diskussionsfrågor:

TOBAK

Är det OK att våra ungdomar röker/snuser vid föreningens olika verksamheter?


 **Prata om...**
Vilka riktlinjer ska vi ha när det gäller ungdomar och cigaretter/snus?

Är det OK att våra ledare röker/snuser i samband med idrottsverksamhet?


 **Prata om...**
Vilka riktlinjer ska vi ha när det gäller cigaretter/snus för vuxna ledare?

ALKOHOL


Är det OK att våra ungdomar dricker alkohol vid föreningens olika verksamheter?

 **Prata om...**
Vilka riktlinjer ska vi ha när det gäller ungdomar och alkohol?


Är det OK att våra ledare dricker alkohol i samband med idrottsverksamhet såsom träning, tävling, läger, resa m.m?

 **Prata om...**
Vilka riktlinjer ska vi ha för detta?


Är det OK att våra ledare kommer bakfulla till träningar, matcher eller tävlingar?

 **Prata om...**
Vilka riktlinjer ska vi ha för detta?

Är det OK att vuxna dricker alkohol på fester där ungdomar är med?

 **Prata om...**
Vilka riktlinjer ska vi ha för detta?

NARKOTIKA

 **Prata om...**
Vad har vi för beredskap om vi upptäcker att ungdomar i vår förening testat/använder narkotika?
Vilka riktlinjer ska föreningen ha för narkotika?

DOPING


Sedan lång tid är det förbjudet med doping inom idrotten. Argumenten för det är många, men kan sammanfattas i fyra punkter:

Det är fusk att dopa sig.
En känsla för ärlighet och rent spel ligger i idrottens natur. Det är meningslöst att tävla om inte alla följer reglerna.

Det är farligt att dopa sig.
Det strider mot medicinsk etik och är förenat med stora hälsorisker för individen.

Doping skadar idrottens trovärdighet.
Doping utgör därigenom ett allvarligt hot mot idrotten som ungdomsorganisation och folkrörelse.


Det kan vara olagligt att dopa sig enligt finsk lag.

 **Tänk på att man kan dopa sig i misstag genom att äta kosttillskott!**
Prata om...
Vad har vi för beredskap för att förebygga att någon dopar sig?
Hur ser föreningen på att det används kosttillskott?
Vilka riktlinjer ska vår förening ha för doping och kosttillskott?

3:e uppgiften


Skapa handlingsplanen

Ta en riktlinje i taget och enas i storgrupp om följande frågeställningar:

 Vad gör vi om riktlinjerna inte följs?
Vems är ansvaret för att riktlinjerna följs?
Vilka åtgärder/insatser (utbildning/aktiviteter) behövs för att riktlinjerna ska kunna följas?
För vem: Aktiva, tränare, ledare, föräldrar, styrelse?
Vems är ansvaret att se till att insatsen blir av och när?

Anta och förankra drogpolicyn och handlingsplanen på ett styrelse-, sektions- eller årsmöte.

Ledarna kan få i uppdrag att – utifrån föreningens drogpolicy och handlingsplan – ta fram "lagregler" för sitt lag. Dessa kan skickas hem till föräldrar för kännedom och påskrift.

 **Prata om...**
Finns det några aktiviteter som vi kan genomföra som stärker vår drogpolicy?
Hur kan vi på ett enkelt sätt följa upp policyn och handlingsplanen?

Exempel på en handlingsplan:

RIKTLINJE	Ingen under 18 år får dricka alkohol i vår förening.
KONSEKVENSN	Om någon gör det kontaktas föräldrar...
ANSVAR	ledaren/tränaren
ÅTGÄRDER/INSATSER FÖR ATT HINDRA/FÖREBYGGA	Informera om föreningens hållning.
HEM, VILKA OCH NÄR?	Pelle informerar på föräldramötet den 15 juni.

ÅLÄNDSK IDROTT
V visar
vägen

Vår drogpolicy och handlingsplan

Förening:

Det här är vår drogpolicy:

Vår drogpolicy innebär för våra föräldrar:

Vår drogpolicy innebär för barn och ungdomar:

Så här gör vi för att kunna följa vår drogpolicy:

Vår drogpolicy innebär för våra barn- och ungdomsledare:

Så här gör vi för att sprida vår drogpolicy till våra medlemmar och andra:

Vår drogpolicy innebär för våra seniorer och seniorledare:

Planerade aktiviteter inom föreningen
som stärker vår policy:

AKTIVITET	TIDPUNKT	ANSVARIGA

Vår drogpolicy innebär för vår styrelse:

Vår drogpolicy kommer att antas vid vårt årsmöte den:

Vill du ha hjälp med utformandet
av en drogpolicy i din förening?

Kontakta då:
Ålands Idrott
Tel. 0457 345 59 28
email: info@alandsidrott.ax
www.alandsidrott.ax

"Åländsk idrott visar vägen"
– ett projekt i samverkan med Attityd

Attityd

– för en alkoholfri uppväxt



Materialet är baserat på projekt Attityds metodmaterial
"Föreningens alkohol- och tobakspolicy
– en handledning i konsten att få alla att dra åt samma håll"
av Jan Leonardsson, Per Lagerström och Carin Häregård.

Projektet sponsorerades av

ALANDIA
BOLAGEN



POSTEN

ÅLAND
ÅLANDSTIDNINGEN



ÅLANDSBANKEN

VIKING LINE



ÅLANDS IDROTT

Projektet initierades av
Ålands Idrottsförbund och Rotaryrörelsen på Åland

