

Timrå Ju-Jutsu policy

ALKOHOL OCH TOBAK INOM IDROTTE

Alkoholpolitiska riktlinjer

Vi vill inom föreningen ”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, t ex användandet av droger”. Dessa citat, från idrottsrörelsens verksamhetsidé, antagen vid riksidrottsmötet 1995, är utgångspunkten också för idrottens inställning i alkoholfrågan.

Timrå Ju-Jutsu ställer sig bakom Timrå Kommun och samhällets mål att minska alkoholkonsumtionen och framför allt senarelägga ungdomars alkoholdebut. Som landets i särklass största ungdomsrörelse har vi ett medansvar när det gäller idrottsungdomars alkoholvanor.

Genom idrottens ordinarie verksamhet lär sig barn och ungdomar att värna om sin kropp. I föreningarna blir de också delaktiga i en positiv gemenskap, som i sig fungerar förebyggande.

Kontakten med positiva förebilder i form av ledare och äldre aktiva utgör ytterligare en positiv faktor.

Det är i denna vardagsverksamhet idrottsrörelsen ger sitt viktigaste bidrag till kampen mot alkoholens skadeverkningar.

Utgångspunkten måste vara att idrotten ska utgöra en trygg miljö också ur alkoholsynpunkt. Föräldrar ska med förtroende kunna låta sina barn delta i föreningslivet. Detta ställer också krav på idrottens ledare, som i sin samvaro med barn och ungdomar måste vara medvetna om sin roll som vuxna förebilder.

Alkoholfrågan är en hälsofråga. Det behövs kompetens och information om alkoholens skadeverkningar. Alkoholfrågan är också en social fråga. Det behövs metoder för samtal och diskussioner som rör attityder och värderingar.

Vad innebär detta?

- Att inga alkoholdrycker ska förekomma bland vare sig ledare eller aktiva i samband med idrottsverksamhet för barn och ungdomar.
- Att i samband med idrottsevenemang undvika försäljning av alkoholdrycker till allmänheten. I det fall utskänkning förekommer i samband med större arrangemang av evenemangskaraktär har Timrå Ju-Jutsu ett särskilt stort ansvar för att ordningskravet beaktas.
- Att det i samband med publika idrottsevenemang finns erforderlig kontroll vid entréer för att förhindra införsel av medhavda alkoholdrycker.
- Att Timrå Ju-Jutsu uppmärksammar gällande lagstiftning och tillståndsenhetens anvisningar vid utskänkning och marknadsföring av alkoholdrycker.
- Att alkoholbranschens sponsring/marknadsföring av varumärke och s k lättdrycker, vilka kan förväxlas med alkoholdrycker, ej ska riktas till barn- och ungdomsverksamhet.
- Att Timrå Ju-Jutsu i sponsorsammanhang avstår från sådana åtaganden som kan uppmuntra eller på annat sätt leda till ökad alkoholkonsumtion.
- Att vi inom Timrå Ju-Jutsu är medvetna om att allmänhet och media ställer större krav på oss än på gemene man när det gäller förhållandet till alkohol. Det innebär att föreningen, enskilda idrottsföreträdare under resor, vid officiella uppdrag etc är medvetna om att de representerar hela idrotten och uppträder därefter.
- Att Timrå Ju-Jutsu tar avstånd från vissa fria supporterföreningars s k supporteröl.

Tobakspolitiska riktlinjer

Nikotin

Nikotinetts effekter på det centrala nervsystemet är karakteristiska för beroendeskapande droger. Det påverkar och förändrar hjärnans signalsystem. När nikotinet försvunnit ur kroppen känner sig personen irriterad, rastlös och otålig. Ett snabbt tillskott av nytt nikotin får då en lugnande och avslappnande

effekt. På det sättet skapas beroendet av nikotin. Det är små mängder nikotin som krävs för att ge rökarna eller snusarna de eftersträfvade effekterna i centrala nervsystemet. Nikotinet förorsakar även ett förhöjt blodtryck vilket ökar risken för hjärt- och kärlsjukdomar och slaganfall.

Tobaksrökning

Tobaksrökningen är en allvarlig miljö- och hälsofara. En rad undersökningar från Sverige och andra länder samt rapporter från WHO bekräftar den stora hälsoriska rökningen utgör för rökarna själva samt att även icke-rökarna som vistas i rökmiljö kan vara riskutsatta. Tobaksrökningen är en av de största enskilda orsakerna till ohälsa. Tobaksdöden drabbar varje år åtminstone ca 10.000 personer i Sverige. Varannan rökare dör i sjukdomar kopplade till tobaksrökning.

Snus

Snusning ger kroppen en hög halt av nikotin vilket leder till att individen utsätts för skaderisker särskilt med effekter på cirkulationssystemet. Under de senaste åren har en ökning av snusning bland män ägt rum. Undersökningar visar också en ökning bland kvinnor även om det fortfarande är ett fåtal kvinnor som snusar. Detta gäller inte minst inom idrotten där analyser i samband med dopingprover visade att 30 % av de manliga proverna och 15 % av de kvinnliga proverna innehöll spår av nikotin. Huvudparten av dessa prover är med stor sannolikhet orsakade av snusning.

Idrotten som förebild

Ungdomsledarna inom Timrå Ju-Jutsu Klubb/Förening har med sin stora barn- och ungdomsverksamhet en stor betydelse när det gäller att vara förebilder och uppmuntra barn och ungdomar att värna om nikotinfria miljöer och en ungdomskultur utan tobaksrökning och snus.

Vad innebär detta?




- Att Timrå Ju-Jutsu Klubb/Förening skall vara medveten om tobaksrökningens skaderisker och informera om "de begränsningar av rökning i vissa lokaler och utrymmen samt på vissa områden som finns utomhus" vilket regleras i tobakslagen.
- Att det utöver vad tobakslagen föreskriver arbeta för att skapa helt rökfria idrottsmiljöer inomhus och rökfria zoner utomhus så att ofrivillig inandning av tobaksrök kan undvikas.
- Att Timrå Ju-Jutsu Klubb/Förening uppmärksammar gällande lagstiftning avseende marknadsföring av tobak.
- Att Timrå Ju-Jutsu Klubb/Förening bedrivs i rökfria miljöer
- Att ledare och aktiva blir medvetna om tobakens och snusets negativa inverkan på individ och miljö och därmed arbetar för att konsumtionen minskar.

Handlingsplan

1. Hålla sig à jour med Timrå kommuns alkohol- och drogpolicy i syfte att verka för en alkohol- och tobaksfri miljö.
2. Med hänsyn till de risker som finns. - inte minst ur säkerhetssynpunkt

www.tjj.se	 TIMRÅ JU-JUTSU	www.tjj.se
--	---	--

- Skall den som är påverkad av alkohol och/eller droger omgående ombedas avbryta sin träning, av instruktören.
- Skall den som uppträder påverkad av alkohol och/eller droger inom föreningens idrottsaktiviteter snarast kallas till styrelsen för samtal.
- Upprepas det att någon är påverkad inom föreningens aktiviteter kallas han/hon till förnyat samtal.
- Vid dessa samtal skall information ges om vilka vård- och behandlingsmöjligheter som finns. Föreningen har inte kompetens att agera annat än som stöd för personens egna val att söka hjälp.
- Ingen riskerar att uteslutas ur föreningen om han/hon positivt medverkar i vård eller behandling.

	 TIMRÅ JU-JUTSU www.tjj.se Bankgiro är 5073-6321		
---	--	--	---