

Tyresö Friidrottsklubb



Uppförandekod för medlemmar i Tyresö FK

Som medlem i Tyresö FK efterlever vi klubbens regler och policyer.

Vi respekterar, uppmuntrar och stöttar varandra i med – och motgång.

Vi visar respekt för aktiva och ledare, tävlande och funktionärer samt andra representanter inom friidrotten oavsett om de representerar Tyresö FK eller andra klubbar eller intressenter.

Vi uppträder som goda förebilder och är ett föredöme vad gäller laganda och ledarskap.

Vi bidrar till klubbens fortsatta utveckling och goda rykte. Vi bär klubbens profilkläder vid alla nationella tävlingar och andra tillfällen då klubben representeras eller kan profileras.

Att vara ledare/tränare/aktiv i Tyresö FK innebär

- att alltid komma väl förberedd till träning och tävling
- att respektera, stötta och uppmuntra varandra i med- och motgång
- att ha roligt tillsammans - att ge positiv och konstruktiv kritik för att främja individen och klubbens utveckling
- att ta avstånd från alla former av rasism, främlingsfientlighet, mobbing och diskriminering Tränare och ledare ska i sitt uppträdande och språkbruk föregå med gott exempel.

Alkohol- och tobakspolicy

Tyresö Friidrottsklubb följer gällande lagstiftning angående alkohol och tobak och har nolltolerans mot alkohol och tobak för ungdomar under 18 år i samband med aktiviteter i klubbens regi och vid kringaktiviteter där man representerar klubben.

Klubbens alkohol- och tobakspolicy innebär inga förbud för ledare, tränare och aktiva över 18 år. Dock ska man ha i åtanke att alltid vara en bra representant för klubben och en bra förebild för yngre aktiva och ledare vid resor, tävlingar, konferenser och läger. Detta gäller i synnerhet vid resor där man har ansvar för ungdomar under 18 år, och där man i första hand har i uppdrag att säkra trygga ramar för de aktiva.

Klubben belyser i samband med internutbildning och sammankomster för tränare och ledare vikten av kunskap kring alkoholen och tobakens effekter. Klubbens ledare och tränare ska göras uppmärksamma på, att barn och ungdomar kan ha föräldrar med missbruksproblem och att dessa barn och ungdomar därför kan behöva särskilt stöd i frågor om alkohol.

Policy avseende mobbning, sexuella trakasserier, övergrepp och andra typer av kränkningar

Alla har rätt att idrotta och utvecklas i en trygg miljö samt att bemötas med respekt.

Mobbning, övergrepp och trakasserier i alla dess former är oacceptabelt och oförenligt med Tyresö Friidrottsklubbs värderingar.

Vår målsättning är att förhindra att någon form av kränkningar sker. Som ett exempel på förebyggande aktivitet har alla träningsgrupper fler tränare och ledare knutna till sig. Alla tränare och ledare som arbetar med barn och ungdomar ska framvisa utdrag ur belastningsregistret. Dessutom utbildas klubbens tränare och ledare löpande inom både friidrott och ledarskap

Skulle någon känna sig kränkt eller känner någon som har blivit kränkt uppmanar vi personen i fråga att direkt ta upp det med tränare, ledare eller styrelse. Vi understryker att det är den utsattes berättelse och upplevelse som är avgörande, inte förövarens motiv. Anmälda kränkningar utreds med snabbhet och diskretion enligt klubbens interna handlingsplan. Bedöms händelsen vara av brottslig karaktär kommer en polisanmälan att göras. Klubben har även som policy att anmäla till socialtjänsten om ett barn far illa och behöver skydd.

Policy gällande antidoping och kosttillskott

Antidoping

Alla medlemmar i Tyresö Friidrottsklubb (Tyresös FK) omfattas av Riksidrottsförbundets (RF) stadgar och antidopingreglemente, samt WADA:s (World Anti-Doping Agency) internationella standarder. Dessa grundar sig i WADA:s världsantidopingkod, som är det globala regelverk som gäller inom idrotten.

Du som aktiv är själv ytterst ansvarig att känna till och följa dopingreglerna som finns på RF:s hemsida, <http://www.rf.se/Antidoping>. Klubbens nätverk omfattar medicinsk expertis som kan vara behjälplig med utredning. Klubbens tränare, huvudtränare eller grengruppsansvariga kan förmedla kontakt.

Undvika dopingklassade läkemedel

Det är viktigt att kolla upp om ditt läkemedel är dopingklassat. Det gör du enklast genom att söka efter det i Röd-Gröna listan som är ett bra hjälpmedel som RF har tagit fram och som grundar sig på WADA:s lista över dopingklassade substanser. Listorna hittar du på RF:s hemsida <http://www.rf.se/Antidoping>.

Behöver du söka dispens

Är ditt läkemedel dopingklassat och det inte finns några tillåtna alternativ, kan du behöva söka dispens i Sverige eller internationellt beroende på vilken nivå du idrottar på. Ta reda på vad som gäller för just dig på RF:s hemsida, <http://www.rf.se/Antidoping>.

Dopingkontroll

Som medlem i Tyresö Friidrottsklubb kan du bli utvald till dopingkontroll. För att du ska veta hur en dopingkontroll går till och dina rättigheter och skyldigheter i samband Policydokument antagna vid styrelsemöte 10 januari 2017 6 med detta, har RF tagit fram en folder och en film som vi rekommenderar att du läser/ser på RF:s hemsida, <http://www.rf.se/Antidoping>.

Kosttillskott

Klubben följer RFs och Svenska Friidrottsförbundet (SFIF) rekommendation och avråder från användning av kosttillskott, mer än på rent medicinska grunder. Många preparat på marknaden är otillräckligt kontrollerade och kan innehålla dopingklassade substanser trots att det inte står på innehållsförteckningen. Eftersom du är ytterst ansvarig för vad du stoppar i dig, tar du alltid kosttillskott på egen risk. Läs mer om RF:s rekommendationer för kosttillskott och se RF:s korta filmer inom samma ämne på RF:s hemsida, <http://www.rf.se/Antidoping>. Se även SFIFs sida om kosttillskott, <http://www.friidrott.se/medicin/antidoping/Kosttillskott.aspx>.

Tyresö Friidrottsklubb är vaccinerad mot doping

Klubben är vaccinerad mot doping, enligt RF:s upplägg. Läs mer om vad det innebär på <http://www.rf.se/vaccinera/>.