



Riktlinjer och policys för IFK Borlänge Alpin

Innehållsförteckning

| | |
|---|---|
| 1. INLEDNING..... | 1 |
| 2. IFK BORLÄNGE ALPIN STRÄVAR EFTER ATT: | 2 |
| 3. ATT VARA FÖRÄLDER I IFK BORLÄNGE ALPIN | 2 |
| 4. ATT VARA AKTIV ÅKARE I IFK BORLÄNGE ALPIN INNEBÄR ATT: | 3 |
| 5. ANTIDOPINGPLAN | 3 |
| 6. ANTIDOPING POLICY | 4 |
| 7. ALKOHOL - OCH DROGPOLICY | 5 |
| 8. JÄMSTÄLLDHET, MÅNGFALD OCH KRÄNKANDE SÅRBEHANDLING | 5 |

Bilaga 1 – Blågula vägen, Svenska skidförbundet

Bilaga 2 – Riksidrottsförbundets policy och handlingsplan mot sexuella trakasserier inom idrott.

1. Inledning

IFK Borlänge Alpin bildades 1938 och är således en av de äldsta alpina klubbarna i Sverige. Sedan starten har föreningen varit framgångsrik i att fostra och utveckla duktiga skidåkare och idag är vi ca 330 medlemmar med 100-tal aktiva åkare.

Riktlinjerna och policys skall ses som ett stöd för aktiva, ledare och föräldrar i strävan att nå framgång både i och utanför backen. Vi vill att våra ledare och tränare skapar trygga och inspirerande miljöer att utmanas och lyckas i för alla, på samtliga nivåer. Riktlinjerna, policys och Blågula vägen – alpint är klubbens syn på långsiktig utveckling från barn till senior och utgör grunden för vår verksamhet.

Detta är ett dokument som skall debatteras, förändras och kompletteras under tidens gång. Det kommer att finnas tillgänglig på vår hemsida www.borlangealpin.com och kan kompletteras med länkar till relevant och aktuell information.

Styrelsen, IFK Borlänge Alpin
2018-12-26



2. IFK Borlänge Alpin strävar efter att:

- Ge våra ungdomar en meningsfull och positiv idrottsaktivitet.
- Verka för att våra ungdomar fostras till goda idrottsmän och kamrater.
- Våra ledare ska präglas av engagemang och stå för en positiv fostran i och utanför backen.
- Våra ledare ska följa framtaget träningsmaterial och utbildningsplan från IFK Borlänge Alpin.
- Bedriva skidundervisning och lära ut åkningens grundregler samt betona betydelsen av "fair-race". D v s om man vet med sig att man inte har åkt rätt och man inte har blivit diskad, diskar man sig själv.
- Anpassa våra träningar för att barnens olika utvecklingsnivåer ska kunna tillgodoses. Fakta är att det i varje träningsgrupp skiljer mycket mellan barnen i avseende att behärska skidor och kropp. Vår uppgift är att försöka få varje skidåkare att lyckas och känna bekräftelse. Målet ska vara att ge var och en utmaningar utifrån sina förutsättningar. Då skapar vi spänning och glädje.
- Verksamheten ska genomsyras av att barnen har roligt, trivs, mår bra och på så sätt stimuleras och utvecklas.
- Genom god kontakt med klubbens medlemmar, skapa ett intresse för verksamheten.
- Dela in åkarna efter ålder, inte efter färdigheter.
- Inte hindra skidåkare från att delta i andra idrotter. Vi samverkar istället!
- Alla som vill ska få vara med i vår verksamhet. Vi tolererar inte diskriminering eller trakasserier på grund av kön, etnicitet, sexuell läggning, trosuppfattning eller funktionshinder. Vi tolererar inte heller sexuella trakasserier.
- Varje åldersgrupp skall ha minst ett föräldramöte per år i samråd med IFK Borlänge Alpins träningskommitté.
- Genomföra medlemsmöte i maj varje år för att utvärdera säsongen.

3. Att vara förälder i IFK Borlänge Alpin

Utförsåkningen engagerar många människor, inte minst föräldrarna, och bland de yngre betyder de mer än andra personer. Viktigast för barnens intresse är att man som förälder är positiv, intresserad och stöttar barnet. Som förälder är man sitt barns största och viktigaste supporter. En riktig supporter stöttar sina idoler i medgång såväl som i motgång.

Föreningen vill att du som förälder:

- Uppmuntrar och stöttar barnen att idrotta
- Hjälper barnen att sätta realistiska mål
- Sätter resultatet i ett avlägset perspektiv och hjälper barnen att göra det samma
- Hjälper barnen att passa uppgjorda tider och samlingsplatser
- Vid förhinder ringer återbud till ansvarig tränare/ledare
- Hjälper barnen med rätt utrustning för ändamålet
- Låter ansvariga tränare träna och coacha barnet
- Aldrig låta en skadat eller sjukt barn delta i träning eller tävling
- Ser till att barnet äter och dricker tillräckligt. Kosten är viktig för att orka prestera
- Föregår med gott exempel gentemot tränare, andra funktionärer och barn
- Hejar på alla våra barn
- Visar intresse, entusiasmerar och stöttar barnen
- Berömmar mycket och berömmar även de små framstegen



4. Att vara aktiv åkare i IFK Borlänge Alpin innebär att:

- Man får känna gemenskap och glädje när man spenderar sin fritid i klubben.
- Leken, gemenskapen och glädjen står i centrum för verksamheten och att stämningen på så sätt kan bli god med många skratt.
- Alla hjälper till och hjälper varandra för att skapa en god laganda.
- Man ska kunna åka skidor i IFK Borlänge Alpin oavsett om man vill "åka skidor" eller om man vill "satsa på skidåkningen".
- Man får en utbildning som ger goda förutsättningar för tävlingsåkande.
- Man bidrar till gruppen med ett stort engagemang.
- Man visar respekt för träningskamrater, ledare och föräldrar.
- Man passar upp gjorda tider och samlingsplatser.
- Vid förhinder lämna återbud till ansvarig tränare/ledare.

5. Antidopingplan

Vi vill att:

- Vinnaren ska kunna glädja sig över en ärlig seger.
- Förloraren ska kunna känna sig trygg i att ha förlorat i ärlig kamp.
- Åskådaren ska vara förvissad om att resultatet inte är en följd av förbjudna medel och metoder.

Handlingsplan:

Så här gör vi för att förebygga doping i vår klubb:



Förebyggande

- Informera föreningens ledare/tränare/föräldrar om gällande antidopingplan och policy.
- Informera föreningens ledare/tränare/föräldrar och tävlingsidrottare om Riksidrottsförbundets (RF:s) "Antidopingfakta".
- Föreningens ledare/tränare genomför RF:s kunskapsprov i antidoping på www.rf.se/vaccinera.
- Ledare/tränare tar upp dopingfrågan från åldersgrupp U16 och uppåt. Använd RF:s handledning "Antidopingsnack".
- Informera föreningens medlemmar om gällande antidopingplan och policy via föräldramöte och hemsida.
- Använd symbolen Rena Vinnare för att visa föreningens hållning.

Akut

- Vi har en beredskapsplan för insatser vid misstanke om doping.

Om någon medlem misstänker eller upptäcker att någon använder dopingmedel informeras ordförande och eller träningsansvarig. Frågan tas därefter upp i föreningens styrelse för att fatta beslut om lämplig åtgärd.



Påföljd

Om en medlem efter dopingkontroll visar sig vara dopad eller vägrat/smitit från en dopingkontroll följer föreningen beslut från Riksidrottsförbundets dopingnämnd.

Påföljder

Tillrättavisning

Klubbens agerande

Skriftlig påtalande av det fel som har begåtts samt en anmaning till den felande att för framtiden rätta sig efter gällande bestämmelser.

Böter

Den aktiva är skyldig att betala de böter som åläggs klubben

Avstängning

Den aktiva äger ej rätt att delta på träning och tävling. Avstängningen hindrar inte den aktive att delta i antidopingverksamhet, rehabilitering eller utbildning.

6. Antidoping policy

IFK Borlänge Alpins styrelse har gemensamt resonerat sig fram till en policy i dopingfrågor. Det handlar inte om ett strikt juridiskt dokument utan mer om en allmän syn och målinriktning i denna viktiga fråga.

- IFK Borlänge Alpin skall aktivt informera och undervisa i dopingfrågor för sina medlemmar. Betoning skall läggas på ungdomssidan för att de skall växa in i en dopingfri miljö.
- Samtliga ledare i IFK Borlänge Alpin har varje år möjlighet att delta i en föreläsning/kortare utbildning inom ämnet.
- Åkare som fällts för dopingförseelse är inte välkommen att träna med oss, under den tid avstängningen gäller.
- Idrottare som varit fälld för dopingförseelse skall inte aktivt bjudas in till oss eller arrangemang i IFK Borlänge Alpins regi.
- IFK Borlänge Alpin avråder från bruk av kosttillskott på annat än rent medicinska grunder. Många preparat på marknaden är otillräckligt kontrollerade och det har visat sig att de kan innehålla dopingklassade substanser. Det finns inget vetenskapligt stöd för att idrottsutövare med normal kosthållning har behov av extra kosttillskott. Att satsa på kosten är alltid ett bättre val än att äta piller och pulver.
- Tränare/ledare/föräldrar som aktivt varit inblandad i dopingförseelser, skall inte vara delaktig i (alt anlitas) i IFK Borlänge Alpins verksamhet.



7. Alkohol - och drogpolicy

Då bruk och missbruk av tobak, alkohol och droger i dag är ett av de största folkhälsoproblemen i Sverige samt att föreningslivet utgör en av de viktigaste socialiseringsmiljöerna i samhället, verkar vi i IFK Borlänge Alpin aktivt för att ge våra barn och ungdomar en sund och hälsosam miljö att utöva sin hobby i. I några enkla punkter tar vi upp vad vi verkar och står för.

- All verksamhet som enbart vänder sig till barn och ungdomar under 18 år i IFK Borlänge Alpins regi skall vara tobaks-, alkohol- och drogfri.
- Alla IFK Borlänge Alpins ledare skall verka för att skjuta upp eller förhindra ungdomarnas tobaks-, alkohol- och drogdebut, gärna i samarbete med deras föräldrar.
- Om en åkare, ledare eller funktionär inom klubben uppträder märkbart drog- eller alkoholpåverkad i samband med träning, tävling, träningsläger eller liknande skall han/hon omedelbart lämna backen, lokalen eller dyl. Om personen är under 18 år skall förälder kontaktas.
- Samtliga ledare i IFK Borlänge Alpin har varje år möjlighet att delta i en föreläsning/kortare utbildning i tobaks-, alkohol- och drogfrågor.

Vid regelbrott mot denna policy tas detta upp som ett disciplinärende i styrelsen.

8. Jämställdhet, mångfald och kränkande särbehandling

- Det viktigaste kännetecknet för kränkande särbehandling är att de är oönskade av den som utsätts för dem.
- Avgörande är den utsattas upplevelse, inte trakasserarens motiv.

Exempel på kränkande särbehandling:

- Förtal eller nedlåtande uttalande om medlem eller dennes familj
- Diskriminering
- Ständig kritik, ovänlighet, hånfullhet, pennalism
- Demonstrativ utfrysning
- Medvetet undanhållande av information
- Förolämpande behandling
- Ovänligt bemötande eller nedsättande attityd
- Sexuella trakasserier

Handlingsplan

Om någon medlem misstänker eller upptäcker kränkande särbehandling informeras ordförande och eller träningsansvarig. Frågan tas därefter upp i föreningens styrelse för att fatta beslut om lämplig åtgärd.