



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

CENTRALORGANISATION  
H.M. KONUNG  
CARL XVI GUSTAF

STYRELSEN  
RF, RIKSIDROTTSFÖRBUNDET  
SÖK, SVERIGES  
OLYMPISKA KOMITÉ  
FIS, FÉDÉRATION  
INTERNATIONALE DE SKI

## Alkohol- och tobakspolicy

RF:s ställningstagande gällande droger, antagen vid Riksidrottsmötet 1995 går ut på att idrottsrörelsen vill bedriva sin 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, till exempel användandet av droger. Droger i olika former är negativt för idrotten.

Idrottsrörelsen ställer sig bakom samhällets mål att minska alkoholkonsumtionen och framför allt senarelägga ungdomars alkoholdebut. En undersökning från CAN (Centralorganisationen för alkohol och narkotikaupplysning) visar att idrottsungdomar dricker ungefär lika mycket alkohol jämfört med riksgenomsnittet. Tolv procent av våra barn och ungdomar växer också upp i hem där minst en av föräldrarna är missbrukare.

Svenska Skidförbundet (SSF) känner ett medansvar när det gäller idrottsungdomars alkoholvanor. Nedanstående riktlinjer och handlingsplaner behandlar dock endast alkohol och nikotin.

Utgångspunkten för SSF är att idrotten ska utgöra en trygg miljö också ur alkoholsynpunkt. Föräldrar ska med förtroende kunna låta sina barn delta i föreningsverksamheten. Detta ställer också krav på våra idrottsledare som ska vara medvetna om sin roll som vuxna förebilder. Alkoholens och tobakens påverkan på hälsan innebär en försämrad prestationsförmåga för den aktive.

### Vad innebär detta?

1. Att inga alkoholdrycker\* bör förekomma bland vare sig ledare eller aktiva i samband med idrottsverksamhet för barn och ungdomar - till exempel under träningsläger och tävlingar eller resor till och från dessa.
2. Att i samband med idrottsevenemang undvika försäljning av alkoholdrycker\* till allmänheten. I det fall utskänkning förekommer i samband med större arrangemang av evenemangskaraktär har arrangerande förening ett särskilt stort ansvar för att ordningskravet beaktas.
3. Att det i samband med publika idrottsevenemang finns erforderlig kontroll vid entréer för att förhindra medhavda alkoholdrycker.
4. Att idrottsföreningar uppmärksammar gällande lagstiftning och tillståndsenhetens anvisningar vid utskänkning av alkoholdrycker. Att verka för att försäljare av alkoholdrycker och folköl vid idrottsevenemang har tydliga riktlinjer för hur försäljningen ska gå till, detta i avseende att förhindra överkonsumtion och att det kommer minderåriga till del.
5. Att idrottsföreningar och förbund uppmärksammar gällande lagstiftning avseende marknadsföring av alkohol.
6. Att alkoholbranschens sponsring/marknadsföring av varumärke och s k lättdrycker, vilka kan förväxlas med alkoholdrycker, ej ska riktas till barn- och ungdomsverksamhet.

Huvudsponsor





**SVENSKA SKIDFÖRBUNDET**  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

H.M. KONUNG  
CARL XVI GUSTAF

REPRESENTANTER  
REPRESENTANTER  
REPRESENTANTER  
REPRESENTANTER  
REPRESENTANTER  
REPRESENTANTER  
REPRESENTANTER  
REPRESENTANTER  
REPRESENTANTER  
REPRESENTANTER

7. Att idrottsföreningar i sponsorsammanhang avstår från sådana åtaganden som kan uppmuntra eller på annat sätt leda till ökad alkoholkonsumtion.
8. Att vi inom idrottsrörelsen 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 idrottsföreningar, förbund eller enskilda idrottsföreträdare under resor, vid officiella uppdrag etc är medvetna om att de representerar idrotten och uppträder därefter.
9. Att SSF i samverkan med SISU och nykterhetsrörelsen tar upp alkoholfrågorna i sin ledarutbildning för att stimulera föreningar, ledare och aktiva till diskussioner i syfte att nå en samlad policy anpassad efter den egna föreningens förutsättningar.
10. Att ledare och tränare som ett led i denna utbildning görs uppmärksamma på att många barn och ungdomar har föräldrar med missbruksproblem och att dessa barn och ungdomar därför kan behöva speciellt stöd.

\* Alkoholdrycker= spritdrycker, vin, cider eller öl som innehåller mer än 2,25 volymprocent alkohol.

## Riktlinjer för tobak

### 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 eftersträlvade 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 hälsorisk 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 cirka 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 procent av de manliga proverna och 15 procent av de kvinnliga proverna innehöll spår av nikotin. Huvudparten av dessa prover är med stor sannolikhet orsakade av snusning.

Huvudsponsor





SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

H.M.: KONUNG  
CARL XVI GUSTAF

REPRESENTORER  
RE: FISHERIESFÖRBUNDET  
SOK: SVEVETS  
OLYMPISKA KOMITÉ  
FIS, FÉDÉRATION  
INTERNATIONALE DE SKI

### Idrotten som förebild

Idrotten arbetar på olika sätt för att minska konsumtionen av tobaksrökning och snus. Detta visades inte minst när Friidrotts-VM i Göteborg genomfördes som ett rökfritt evenemang. Emellertid infaller den riskfyllda tiden för nästan samtliga tobaksrökare och snusare under ungdomsåren, när grupptillhörighet och sökande efter en egen identitet spelar stor roll. Därför har ungdomsledarna inom idrottsrörelsen 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?

1. Att idrottsrörelsen ska 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
2. Att det utöver vad tobakslagen föreskriver arbetas för att skapa helt rökfria idrottsmiljöer inomhus och rökfria zoner utomhus så att ofrivillig inandning av tobaksrök kan undvikas
3. Att idrottsföreningar uppmärksammar gällande lagstiftning avseende marknadsföring av tobak
4. Att föreningsarbete bedrivs i rökfria miljöer
5. Att ledare och aktiva blir medvetna om tobakens och snusets negativa inverkan på individ och miljö och därmed arbetar för att konsumtionen minskar

Fastställt av Förbundsstyrelsen den 15 december 2011.



Mats Årjes  
Förbundsordförande



Niklas Carlsson  
Förbundsdirektör

Huvudsponsor

VATTENFALL 