



Syftet med Tomelilla Gymnastikklubbs verksamhet är att erbjuda ett varierat utbud av motionsaktiviteter, bl a fn Alla kan gympa, Familjegympa, Bamsegympa, Barngympa, Hopp & volt, Parkour, dans samt Tabata, yoga, motionsgymnastik, Balans & Artrosträning och Vattengympa för vuxna.

Vår målsättning är att få medlemmarna att tycka det är roligt med gympa och på så sätt bidra med möjlighet till ett friskare och sundare liv.

Vi erbjuder motionsaktiviteter från ett år och uppåt. Vi bedriver vår verksamhet i kommunala lokaler och vi har fn runt 20 pass i veckan. Verksamheten är vanligtvis igång från januari till maj och från augusti till december. Föreningen har 350-400 medlemmar.

Tomelilla Gymnastikklubbs drogpolicy är ett stöd för ledare och medlemmar samt visar tydligt klubbens förhållningssätt till alkohol och droger. Det är allas ansvar att policyn följs.

Föreningen uppmuntrar ledare och styrelsen att delta i föreläsningar om droger (t ex Skåneidrottens) och detta i syfte om att höja kunskapen i ämnet.

Vår förening är av tradition en hälsans förening och vi tar avstånd till alla droger. Alkohol, droger och rökning ska inte förekomma under varken egen träning, pass med medlemmar eller Tgk's andra kringaktiviteter.

Som ledare är man klubbens ansikte utåt, vilket även bör beaktas privat.

Inom Tomelilla Gymnastikklubbs verksamhet kan det förekomma träningsläger men vi har fn ingen tävlingsverksamhet. Allt styrelsearbete sker under alkohol- och drogfria former. Likaså våra kringaktiviteter såsom disco, Familjedagen mm.

Vår drogpolicy omfattar tobak, alkohol, narkotika och doping.

## **Regler för tobak:**

Enligt svensk lag är åldersgränsen 18 år för köp och bruk. I Tomelilla Gymnastikklubb gäller att barn och ungdomar under 18 år inte använder tobak i vår verksamhet. För alla i föreningen över 18 år gäller det att inte använda tobak under våra aktiviteter.

I de lokaler som Tomelilla Gymnastikklubb har sina aktiviteter råder totalt rökförbud. Våra ledare och styrelsemedlemmar ska föregå med gott exempel och inte använda cigaretter eller snus under föreningens aktiviteter.

## **Handlingsplan för tobak om regler inte följs:**

Ledaren är ansvarig till att samtal förs med medlemmen och att föräldrar kontaktas om medlemmen är under 18 år. Ledaren kan ta hjälp av någon från styrelsen vid samtal med/om berörd medlem.

Om någon av Tomelilla Gymnastikklubbs ledare påträffas med nikotin under klubbens aktiviteter kommer styrelsen att samtala med den berörda ledaren och ta kontakt med dennes föräldrar om denne är under 18 år.

Om det är en medlem eller förälder som upptäcker avvikelse i förhållandet till policyn tar man ta hjälp av (annan) ledare eller styrelse för att konfrontera personen. Styrelsen ska alltid meddelas.

## **Regler för alkohol:**

Enligt svensk lag är åldersgränsen 18 år för köp av folköl och av konsumtion av alkohol på restaurang och diskotek. För att köpa alkohol på Systembolaget är åldersgränsen 20 år. Inga alkoholhaltiga drycker får förekomma i föreningens aktiviteter och på styrelsemöten. Vi har inga föreningsfester med alkohol och det är inte tillåtet att inta alkohol eller uppträda berusad på Tomelilla Gymnastikklubbs kringaktiviteter.

## **Handlingsplan för alkohol om regler inte följs:**

Ledaren är ansvarig till att samtal förs med medlemmen och att föräldrar kontaktas om medlemmen är under 18 år. Ledaren kan ta hjälp av någon från styrelsen vid samtal med/om berörd medlem.

Om någon medlem kommer alkoholpåverkad till Tomelilla Gymnastikklubbs aktiviteter kommer denna inte att släppas in. Om en medlem vid upprepande tillfällen uppträder berusad eller bakfull vid klubbens aktiviteter kommer denna person att stängas av från Tomelilla Gymnastikklubbs verksamhet. Styrelsen kommer sedan i samråd med ledare och medlem att fatta beslut om när eventuellt återinträde kan ske. Alla samtal protokollförs.

Om någon av Tomelilla Gymnastikklubbs ledare påträffas berusad eller bakfull under klubbens aktiviteter kommer styrelsen att samtala med den berörda ledaren och ta kontakt med dennes föräldrar om denne är under 18 år. Om en ledare vid upprepande tillfällen uppträder berusad eller bakfull vid klubbens aktiviteter kommer denna person att stängas av från Tomelilla Gymnastikklubbs verksamhet. Styrelsen kommer sedan i samråd med ledaren fatta beslut om när återinträde kan ske. Det är viktigt att klubbens styrelse håller kontakt med berörd person under tiden. Vid misstanke om alkoholproblem hos någon av klubbens ledare kommer styrelsen kontakta berörd person för att vidta åtgärder till exempel kontakt med sjukvård. Alla samtal protokollförs.

Om det är en medlem eller förälder som upptäcker avvikelse i förhållandet till policyn tar man ta hjälp av (annan) ledare eller styrelse för att konfrontera personen. Styrelsen ska alltid meddelas.

## **Doping och narkotika**

Hantering och bruk av dopingpreparat och narkotika är förbjudet enligt svensk lag och polisanmälan ska alltid göras. WADA's dopinglista gäller. Om läkare förskrivit narkotika/doping på medicinska indikationer kräver klubben in läkarintyg.

## **Handlingsplan om regler inte följs:**

Om man som medlem upptäcker att någon inte följer klubbens drogpolicy anmäler man detta till klubbens ledare. Ledare anmäler till styrelsen.

Gäller det en ledare kontaktar man styrelsen direkt. Alla kontaktuppgifterna finns på klubbens hemsida.

Samtal med berörd medlem eller ledare görs av styrelsen och om personen är under 18 år kommer föräldrar eller målsman att delta i samtalet. Alla samtal protokollförs.

Medlemmen eller ledaren kommer med omedelbar verkan att stängas av från Tomelilla Gymnastikklubbs aktiviteter vid användning av narkotika och doping. Styrelsen kommer sedan att råda ledare/medlem att kontakta sjukvården för hjälp. Kontakt med social myndighet och/eller polis och om medlem eller ledare är under 18 år sker detta i samråd med föräldrarna eller målsman. Medlemmen eller ledare måste uppvisa negativt drogtest för att återfå inträde i verksamheten.

Om medlem eller ledare skulle dömas för dopingbrott, oavsett form, kommer denne att med omedelbar verkan stängas av från våra verksamheter. Återinträde gäller som ovan.

## Hur kommuniceras Tomelilla Gymnastikklubbs drogpolicy

- I informationsblad, som delas ut till alla medlemmar, står att klubben har en drogpolicy.
- På alla Styrelse- och Ledarmöte där vi informerar och diskuterar klubbens drogpolicy.
- Alla ledare ska väl känna till drogpolicyn och var de kan hitta den.
- Alla ledare har en utskriven version.
- På alla flyers och ev annonser om möjligt.
- Hemsidan.
- Årsmötet

## Kompetenshöjande insatser.

- Informera samtliga ledare om drogpolicyn minst en gång/år, gärna oftare.
- Diskutera problem och problemlösning kring eventuell nyttjande av droger.
- Föreningen uppmuntrar ledare och styrelse att delta i föreläsningar (t ex Skåneidrottens) om droger och detta i syfte om att höja kunskapen i ämnet.
- Drogpolicyn har alltid en stående punkt i vid varje styrelse- och ledarmöte.

## Aktivitetsplan för Drogpolicyn

- I informationsblad, som delas ut till alla medlemmar, står att klubben har en drogpolicy.
- I alla flyers och helst annonser ska det stå att klubben har en drogpolicy.
- Informera nya ledare om drogpolicyn när de introduceras i klubben.
- Alla ledare ska väl känna till drogpolicyn och var de kan hitta den.
- Alla ledare har en utskriven version
- Informera alla styrelsemedlemmar och medlemmar om drogpolicyn årligen i samband med årsmötet.
- Slutligen ska drogpolicyn årligen revideras och fastställas på varje årsmöte.

Denna drogpolicy är antagen vid styrelsemöte 2008-03-15.

Senast reviderad på årsmötet 2025-03-09