



# policy



**Riksidrottsförbundets policy**  
ALKOHOL OCH TOBAK INOM IDROTTEN



## Alkoholpolitiska riktlinjer

Vi vill inom idrottsrörelsen ”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. Droger i olika former är negativt för idrotten. Nedanstående riktlinjer och handlingsplaner behandlar dock endast alkohol och nikotin.

Idrottsrörelsen ställer sig bakom 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.

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.

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. Undersökningen från CAN visar att det utöver denna ordinarie idrottsverksamhet också behövs riktade insatser mot alkoholen.

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<sup>1</sup> ska förekomma bland vare sig ledare eller aktiva i samband med idrottsverksamhet för barn och ungdomar - t ex under träningsläger och tävlingar eller resor till och från dessa.
- Att i samband med idrottsevenemang undvika försäljning av alkoholdrycker<sup>1</sup> till allmänheten. I det fall utskänkning förekommer i samband med större arrangemang av evenemangskaraktär har arrangerande förbund/förening 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 idrottsföreningar uppmärksammar gällande lagstiftning och tillståndsenhetens anvisningar vid utskänkning av alkoholdrycker. Att verka för att försäljare av alkoholdrycker och skolkölvård vid idrottsevenemang har tydliga riktlinjer för hur försäljningen ska gå till, detta i avseende att förhindra överkonsumtion och att det kommer minderåriga till del.
- Att idrottsföreningar och förbund uppmärksammar gällande lagstiftning avseende marknadsföring av alkohol.

---

<sup>1</sup> Alkoholdrycker = spritdrycker, vin, starköl och öl (dryck starkare än lättöl).

- Att alkoholbranschens sponsring/marknadsföring av varumärke och s k lättdrycker, vilka kan förväxlas med alkoholdrycker, ej ska riktas till barn- och ungdomsverksamhet.
- Att idrottsföreningar och förbund i sponsorsammanhang avstår från sådana åtaganden som kan uppmuntra eller på annat sätt leda till ökad alkoholkonsumtion.
- 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 hela idrotten och uppträder därefter.
- Att idrottsföreningar och förbund tar avstånd från vissa fria supporterföreningars s k supporteröl.
- Att SF i samverkan med SISU Idrottsutbildarna och nykterhetsrörelsen tar upp alkoholfrågorna i sin ledarutbildning för att stimulera förbund, föreningar, ledare och aktiva till diskussioner i syfte att nå en samlad policy anpassad efter det egna förbundets och den egna föreningens förutsättningar.
- 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.

## Tobakspolitiska riktlinjer

### Nikotin

Nikotinets 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 rök miljö kan vara riskutsatta. Tobaksrökningen är en av de största enskilda orsakerna till ohälsa. Tobaksdöden drabbar varje år åtminstone c:a 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**

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. I en tidigare undersökning från Skåne avseende alkohol, framgår också att idrottsungdomar röker och snusar i mindre omfattning jämfört med ett riksgenomsnitt. Emellertid infaller den riskfyllda tiden för nästan samtliga tobaksrökare och snusare under ungdomsåren, när grupp-tillhörighet 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?**

- Att idrottsrörelsen 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 idrottsföreningar och förbund uppmärksammar gällande lagstiftning avseende marknadsförening av tobak.
- Att förenings- och förbundsarbete 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. Varje distriktsförbund tar kontakt med kommunerna inom respektive distrikt i syfte att verka för en tobaksfri miljö i enlighet med tobakslagen och av idrottsrörelsens antagna riktlinjer avseende tobak
2. RF tillsammans med SISU Idrottsutbildarna:
  - a. gör en kort sammanställning som innehåller de senaste rönen avseende tobakens (nikotinets) skador.
  - b. för ut den sammanställda informationen genom att låta den ingå i SF:s ledar- och tränarutbildningar.
  - c. informerar barn, ungdom och vuxna om tobaksrökningens och nikotinets farligheter med hjälp av informationsteknikens nya möjligheter.
3. Påverka/hjälpa SF:n att producera ett "grenspecifikt" material som beskriver tobaksrökningens och nikotinets negativa verkningar utifrån den specifika idrottens miljö.
4. RF ska inom ramen för sin ordinarie verksamhet årligen följa upp och utvärdera det tobakspolitiska arbetet.



9 789197 727006

Policy



**RIKSIDROTTSFÖRBUNDET**

Idrottens Hus • 114 73 STOCKHOLM • Tel: 08-699 60 00 • Fax: 08-699 62 00  
riksidrottsforbundet@rf.se • www.rf.se