



## Alkoholpolicy IFK Kristianstad

IFK Kristianstad är en ideell idrottsförening som jobbar för att barn- och ungdomar skall känna gemenskap, kamratskap, trygghet och få en social fostran. Hur vi ledare agerar är viktigt för och mot våra barn- och ungdomar är viktig för denna utveckling. Ett led i detta arbete är att ha policy för olika saker för att säkerställa att alla har samma utgångspunkt. I detta fall en policy mot alkohol.

Utgångspunkten skall vara att idrotten skall utgöra en trygg miljö också ur alkoholsynpunkt.

Föräldrar skall med förtroende kunna låta sina barn- och ungdomar delta i aktiviteter som IFK Kristianstad arrangerar. Detta ställer stora krav på föreningens ledare som i sin samvaro med dem måste vara införstådda med sin roll som vuxna förebilder. Föreningen skall genom att erbjuda föreläsning eller liknade säkerställa att alla parter har kännedom om policyn.

### **Alkohol kan bl a leda till:**

- Försämrad muskeltillväxt
- Vätskeförlust
- Sämre återhämtning
- Trötthet och försämrad sömnkvalitet.
- Sämre logiskt tänkande
- Högt blodtryck
- Tömmer kroppens energiförråd, kan ta upp till tre dygn att återställa.

### **Punkter att följa:**

- IFK Kristianstad följer gällande lagstiftning angående alkohol. Det innebär nolltolerans mot alkohol för barn- och ungdomar under 18 år i samband med aktiviteter i föreningens regi.
- IFK Kristianstads alkoholpolicy innebär inga förbud för ledare, tränare och spelare över 18 år. Dock representerar man alltid, vid resor, matcher, cuper, konferenser och läger alltid IFK Kristianstad. Vidare fungerar man också internt som förebild för yngre medlemmar.
- IFK Kristianstad följer gällande lagstiftning och tillståndsenhetens anvisningar vid eventuell utskänkning av alkohol i samband med kringarrangemang.
- IFK Kristianstads 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 speciellt stöd.
- IFK Kristianstad skall belysa sin policy i samband med termin start vid föräldramöte och för nytillkomna i föreningen. Policyn skall finnas tillgänglig på hemsidan.