

Turun Jyry

Päihdepelissäännöt

Laatinut: Kati Tarkkonen ja Taru Hovirinta 2.8.2020

Hyväksytty: 1.9.2020 Hallituksen kokouksessa

Turun Jyryn arvoihin kuuluu terveellisten elämäntapojen edistäminen, ehdoton pidättäytyminen dopingin käytöstä, sekä kannustaminen päihteettömyyteen ja savuttomuuteen. Päihteet ja urheilu eivät kuulu yhteen. Päihteillä on monia urheilusuorituksia ja harjoittelua haittaavia vaikutuksia. Kaikki päihteet altistavat myös riippuvuudelle.

Turun Jyryn toiminta on aina päihteetöntä. Turun Jyryn järjestämät tapahtumat, leirit, harjoitukset ja kilpailut ovat päihteettömiä. Päihteettömyys koskee kaikkia osallistujia.

Nuorisourheilu

Lapsilla ja nuorilla on oikeus päihteettömään harrastusympäristöön.

Nuorisourheilussa noudatamme ehdotonta päihteettömyyttä. Tämä tarkoittaa alkoholia, tupakkatuotteita (tupakka, nuuska, sähkötupakka jne), ja huumausaineita.

Ohjeita valmentajille ja ohjaajille:

- Aikuisen velvollisuus on puuttua lapsen ja nuoren päihteiden käyttöön.
- Puutu päihteiden käyttöön, jos havaitset lapsen/nuoren käyttävän päihteitä.
 - Keskustelu vanhempien ja nuoren kanssa
- Muista että toimit myös itse esimerkkinä nuorelle: mikä on oma suhtautumisesi päihteiden käyttöön? Mieti aina mihin sävyyn puhut päihteistä.
- Valmentajan tai ohjaajan ei tule koskaan lasten tai nuorten urheilutoiminnassa mukana ollessaan käyttää päihteitä, tai saapua harjoituksiin krapulassa.
- Päihdekeskustelu nuorten kanssa: Teini-ikäisten urheilijoiden kanssa voi olla tarpeen järjestää keskusteluhetki päihteisiin liittyen.
- Myös energiajuomien käytöstä on hyvä keskustella vanhempien ja nuorten kanssa. Energiajuomia ei suositella alle 15-vuotiaille, eivätkä ne kuulu säännöllisesti nautittuna terveelliseen urheilijan ruokavalioon.
- Tutustu Päihteetön Pelikenttä-materiaaliin:
<https://storage.googleapis.com/valo-production/2016/12/paihteeton-pelikentta-esite-www2.pdf>

Ohjeita vanhemmille:

- Aikuisen velvollisuus on puuttua lapsen ja nuoren päihteiden käyttöön.

- Aseta sopivasti rajoja, sopikaa yhteisistä pelisäännöistä
- Kuuntele nuoren mielipiteitä ja osoita että arvostat häntä, vaikka asioista oltaisiinkin välillä eri mieltä.
- Hanki tietoa päihteistä ja keskustele nuoren kanssa päihteiden vaikutuksista silloin, kun näiden asioiden esille ottaminen on luontevaa.
- Voit pohtia teini-ikäisesi kanssa miten toimia esimerkiksi tilanteessa, jossa joku tarjoaa hänelle päihteitä.
- Huoltajana toimiessaan vanhempi edustaa seuraa ja on sitoutunut seuran päihdesääntöihin kaikissa seuran tapahtumissa.

Aikuisten harraste- ja kilpaurheilu

- Kaikki Turun Jyryn toiminta on päihteetöntä.
- Kannustamme seuran jäseniä savuttomuuteen myös harrastus- ja tapahtumapaikkojen läheisyydessä.