



KUOPION REIPPAAN
VOIMISTELIJAT

PÄIHDEPELISÄÄNNÖT

- Kuopion Reippaan Voimistelijoiden kaikki tapahtumat ovat päihteettömiä. Tapahtumia ovat treenit, leirit, kilpailut, näytökset sekä vapaaehtoistyö. Päihteeksi luokittelemme huumeet, huumausaineina käytettävät lääkkeet, alkoholin, tupakan, sähkötupakan ja nuuskan.
- Mikäli alaikäinen voimistelija nähdään KRV:n tapahtumissa tai vapaaajalla käyttävän päihteitä, tulee siitä ilmoittaa voimistelijan valmentajalle sekä vanhemmille. Pelisääntöjä rikkonut voimistelija poistetaan kilpailuista tai leiriltä. Tilanne käsitellään yhteistyössä valmennuskoordinaattorin, valmentajan, vanhempien ja voimistelijan kesken.
- Täysi-ikäisten päihteiden käyttöön puututaan, mikäli siitä on koitunut haittaa hänen tehtävässään toimia seuran edustajana. Tapaukset käsitellään erikseen. KRV kannustaa päihteettömyyteen. Täysi-ikäinen ei saa osallistua seuran toimintaan päihtyneenä.
- Valmentajien on syytä käydä keskustelua 11-ikävuodesta alkaen voimistelijoiden kanssa päihteiden vaaroista ja niiden vaikutuksesta terveyteen. Päihteet eivät kuulu urheiluun tai urheilulliseen elämäntapaan. Mitä myöhemmäksi päihdekokeilut jäävät, sitä pienemmät on riskit myöhemmällä iällä päihteiden väärinkäytölle. Myös energiajuomien käytöstä on hyvä käydä keskustelua. Energiajuomia ei suositella alle 15-vuotiaille ja juomat eivät ole osa terveellistä urheilijan ruokavaliota.