



POLADA

Polska Agencja Antydopingowa

Zasady i wartości sportu



Dlaczego troska o czysty sport jest tak ważna?

Wszyscy sportowcy mają prawo do udziału w uczciwej rywalizacji sportowej.

Wszyscy też zobowiązani są do przestrzegania przepisów antydopingowych i wypełniania obowiązków z tym związanych.

Brak wiedzy nie może być wymówką!



Wartości sportu

- **Uczciwość** – w relacjach społecznych polega na wywiązywaniu się z danego słowa oraz przestrzeganiu reguł społecznych (uznanych norm moralnych), nawet gdy inni tego nie widzą lub nie oczekują
- **Szacunek** – traktowanie innych osób i rzeczy z życzliwością i troską. Szanując kogoś, można uznawać jego wyższość albo traktować jako równego sobie, co oznacza zachowanie dokładnie takie, jakiego oczekiwaloby się dla siebie. Jeśli kogoś naprawdę szanujesz, liczysz się z nim, słuchasz, co ma do powiedzenia, doceniasz jego osiągnięcia, nawet kiedy pokonał cię w bezpośredniej rywalizacji
- **Pasja** – wielkie zamiłowanie do robienia czegoś, co przynosi nam m.in. radość, energię i poczucie spełnienia
- **Determinacja** – zdolność do podejmowania konkretnych, stanowczych decyzji spowodowana mocnym wewnętrznym przekonaniem i siłą woli
- **Przyjemność** – czynności wywołujące uczucie zadowolenia, sprawiające miłe wrażenie, dostarczające przyjemnych doznań

Za co cenimy sport?

- Daje możliwość wspólnej gry i rywalizacji z przyjaciółmi oraz poznawania nowych osób
- Rywalizacja oznacza szacunek dla wszystkich, nawet jeśli są członkami przeciwnej drużyny
- Możliwość zdobywania nowych umiejętności i pokonywania własnych barier
- Daje szansę oceny własnych możliwości i może prowadzić do sukcesów o różnej skali



Rola poszczególnych organizacji

- **Światowa Agencja Antydopingowa (WADA)** - jest odpowiedzialna za opracowywanie, harmonizowanie i koordynowanie przepisów i polityk antydopingowych we wszystkich dyscyplinach sportowych i krajach. Kluczowe działania WADA obejmują: zapewnienie i monitorowanie skutecznego wdrażania Światowego Kodeksu Antydopingowego i związanych z nim Standardów Międzynarodowych, badania naukowe i społeczne, edukację, wywiad i dochodzenia oraz budowanie potencjału antydopingowego z organizacjami antydopingowymi na całym świecie.
- **Polska Agencja Antydopingowa (POLADA)** – jest w naszym kraju aktywnym uczestnikiem globalnej walki z dopingiem w sporcie i krajowym organem odpowiedzialnym za tworzenie w całej Polsce środowiska zaufania do czystego sportu. Jest odpowiedzialna za wdrażanie i zarządzanie krajową polityką antydopingową.

Rady dla sportowców

- **Uświadom** Twojemu lekarzowi, trenerowi i innym osobom z personelu pomocniczego – że jako sportowiec chcesz i musisz działać zgodnie z Przepisami Antydopingowymi
- **Sprawdź** wszystkie przyjmowane leki pod kątem ich ewentualnej zawartości zakazanych w sporcie substancji
- **Zapytaj** w Antydopingowym Pogotowiu Informacyjnym jeśli nie masz pewności co do jakiegokolwiek kwestii antydopingowej (api@antydoping.pl, lub +48 695 367 464)
- **Odwiedź** oficjalną stronę POLADA (www.antydoping.pl) i nasze media społecznościowe by być na bieżąco z najnowszymi wiadomościami i alertami
- **Przyjmij** zasadę „wartościowa dieta na pierwszym miejscu”



ZADZWOŃ I ZAPYTAJ

ANTYDOPINGOWE POGOTOWIE INFORMACYJNE

+48 695 367 464

Pamiętaj o zasadzie odpowiedzialności obiektywnej

- **Wszystkim** sportowcom zaleca się zachowanie czujności przy stosowaniu jakichkolwiek suplementów
- **Nie można** zagwarantować, że jakikolwiek konkretny suplement jest wolny od zabronionych substancji
- **Ważną zasadą** Kodeksu jest zasada odpowiedzialności obiektywnej, która stanowi, że sportowcy ponoszą wyłączną odpowiedzialność za wszelkie zabronione substancje, które zostaną wykryte w pobranych u nich próbkach. Niezależnie od tego, jak się tam dostały i jaki był zamiar ich przyjmowania



POLADA
Polska Agencja Antydopingowa

**GRAMY
FAIR**
#NIEdladopingu

www.antydoping.pl