



## Intern Reglement Deel 8:

# GEZOND EN ETHISCH SPORTEN ( GES )

### **ART. 1 : Gezond en ethisch sporten.**

Alle judoka's dienen zich te schikken naar het Decreet over Gezond en Ethisch Sporten van 20 december 2013, verschenen in het Belgisch staatsblad op 31 januari 2014. Het decreet van 13 juli 2007 inzake medisch en ethisch verantwoorde sportbeoefening, gewijzigd bij de decreten van 21 november 2008 en 25 mei 2012, wordt opgeheven, ook artikelen 16, tweede en derde lid, en 19, § 3, werden opgeheven op 1 januari 2015 met ingang van de vernieuwde WADA-code.

### **ART. 2 : De federatie betreft minstens één arts bij de uitwerking van haar gezond sportenbeleid**

Het team binnen Judo Vlaanderen dat instaat voor het gezond sportenbeleid staat onder leiding van de aangestelde arts en wordt ondersteund door het sporttechnisch secretariaat. Zij staan in voor het vormgeven, uitvoeren en opvolgen van het gezond sportenbeleid van de federatie. Dit zowel op niveau van de federatie als op niveau van de clubs en sporters (zie medische commissie). De groep bevat minstens één arts. Federaties kunnen samenwerken om een gezamenlijke pool uit te bouwen of eenzelfde arts te betrekken bij hun federatie specifieke beleid.

### **ART. 3 : Analyse/ preventie sport specifieke risico's**

De leden van Judo Vlaanderen worden geïnformeerd over de sport specifieke risico's die verbonden zijn aan judo. Dit gebeurt voornamelijk door het vrijgeven van statistieken en onderzoeken rond sport specifieke blessures.

Blessurepreventie is een belangrijk onderdeel van het Gezond Sporten beleid van Judo Vlaanderen. De leden worden door dit beleid geïnformeerd over risico's en de preventie van mogelijke blessures; daarnaast ontvangen de leden o.a. informatie over EHBO, sportvoeding en doping. Het aantal blessuregevallen bij onze aangesloten leden wordt jaarlijks opgevolgd met de zorgverzekeraar.

### **ART. 4 : Sportmedisch geschiktheid onderzoek.**

De vergunninghouders zijn verplicht een regelmatige medische controle te ondergaan. De clubverantwoordelijken worden erop gewezen dat zij dit kenbaar moeten maken aan hun leden. Ieder club is vrij hieromtrent een regeling uit te werken en dit administratief op punt te stellen.

Bij deelname aan competities wordt verondersteld dat iedere deelnemende judoka zich regelmatig medisch laat onderzoeken.

Voor de vergunninghouders zal vanaf de leeftijd van 40 jaar bij elke deelname aan een competitieve activiteit of een examen een attest van medische geschiktheid gevraagd worden. Deelname zal enkel toegestaan worden na het voorleggen van een doktersattest dat niet ouder mag zijn dan 6 maand of door een bewijs van medische controle getekend door een arts.

Wat betreft de frequentie van het medisch onderzoek dienen de richtlijnen gevolgd te worden, ons opgelegd door de Vlaamse executieven (GES-decreet uitvoeringsbesluiten).

#### **ART. 5 : Leeftijdsgrenzen**

Binnen Judo Vlaanderen bestaan de volgende leeftijdsgrenzen voor de jeugd:

- Kleuters, bepaald in samenspraak met de clubs, doorgaans vanaf 4 jaar
- 6, 7 & 8 jarigen gericht op ontmoetingen
- 9 t/m 12 jarigen op lokaal niveau
- Vanaf 13 jaar kan men meer wedstrijdgericht sporten

#### **ART. 6 : Leden informeren**

Judo Vlaanderen informeert de leden over de specifieke risico's, verbonden aan het beoefenen van judo en over de initiatieven om het gezond en ethisch sporten te bevorderen. Het eigen beleid rond gezond sporten wordt aan de leden via verschillende kanalen gecommuniceerd. Zo gebruikt Judo Vlaanderen o.a. de JV-website, sociale media en drukwerk om de leden te informeren.

#### **ART. 7 : De medische commissie.**

1: Doelstelling:

- Uitwerken en opvolgen van het medisch beleid, in nauw contact met het bestuursorgaan en de andere commissies.
- In samenwerking met de sportcommissie, een degelijke begeleiding verzekeren van de topatleten.
- Geregelde bijeenkomsten organiseren, principieel 4 keer per jaar, met eventueel extra vergaderingen, ter gelegenheid van trainingen, stages en wedstrijden.

2: Opdrachten:

2.1: Medische begeleiding:

Onder medische begeleiding in de judosport dient te worden verstaan: de onder de verantwoordelijkheid van een arts vallende zorg voor de gezondheid van de sportbeoefenaar zowel voor, tijdens, als na het verrichten van een prestatie.

Deze zorg, die overwegend preventief van aard is, omvat naast de periodieke keuring een aantal hygiënische maatregelen en adviezen met betrekking tot de voeding, kleding en klimatologische omstandigheden, het oefenterrein en de tatami's met het daar bijhorende sanitair. Doch ook het curatieve aspect, zeker wat betreft de diagnose en de behandeling van typische sportletsels, zal in samenwerking met de behandelende arts of kinesist besproken worden.

2.2: Begeleiding van elitejudoka's:

- Geregelde evaluatie van trainingstoestand:

De inspanningsonderzoeken moeten geschieden in een degelijk uitgerust centrum (SPORT VLAANDEREN, BOIC, Universiteit). De frequentie en de meest geschikte periode moeten worden bepaald in functie van het trainings- en wedstrijdprogramma en de resultaten moeten worden besproken met de verantwoordelijke technisch directeur. Een nauwe samenwerking is dan ook een noodzakelijke vereiste. Vandaar ook de aanwezigheid van de trainer in de commissie.

- Nationale en regionale elites:  
Begeleiding ter voorbereiding van competities.
- De leden van de medische commissie moeten, in de mate van het mogelijke, aan enkele principiële voorwaarden voldoen:  
Beschikbaar zijn, het judo beoefenen of beoefend hebben, in het andere geval moet hij/zij zeer nauw betrokken zijn bij het begeleiden van sportmensen, de kinesisten-verzorgers zullen onder leiding van de aangestelde artsen de taak opnemen die hen toegewezen wordt, de artsen en kinesisten zullen regelmatig in contact zijn met de beoefenaars en de trainers en zouden hun volledig vertrouwen moeten krijgen, de aangeduide arts zal de geneeskundige dossiers van de nationale en regionale elites onder zijn verantwoordelijkheid nemen.
- De gewonde of zieke judoka's:  
Verschillende mogelijkheden kunnen zich voordoen bij een gekwetste judoka.  
De judoka verzorgt zelf zijn wonden en gaat eventueel naar een arts van zijn keuze.  
De judoka wordt verzorgd door de arts of kinesist van de commissie en volgt bij hem de nabehandeling.  
De judoka wordt verzorgd door een arts of kinesist van de commissie, maar gaat nadien naar de arts of kinesist van zijn keuze.  
De toestand van gekwetste en zieke topjudoka's dient door de medische commissie gevolgd te worden in nauw contact met de behandelende arts of kinesist.  
De vrije keuze van arts en het medisch geheim moeten daarbij volledig gewaarborgd blijven.  
Er zal worden gestreefd naar een geregelde aanwezigheid van een kinesist en/of arts op de trainingen, stages en wedstrijden, rekening houdend met de wensen van de technische commissie.  
Ook voor de begeleiding naar buitenlandse wedstrijden en verplaatsingen zal een planning worden opgesteld.

### 3: Doping:

De medische commissie zal alles in het werk stellen om het gebruik van verboden geneesmiddelen in de judosport te vermijden door:

- geregelde informatie aan judoka's en trainers,
- controle op het geneesmiddelengebruik van judoka's voor wedstrijden (o.a. geneesmiddelen ter bestrijding van pijn, verkoudheid, gewichtstoename enz.),
- ondersteuning bij dopingcontroles binnen wedstrijdverband
- ondersteuning bij dopingcontroles buiten wedstrijdverband

De medische commissie zal er eveneens op toezien dat bepaalde praktijken vermeden of bestreden worden, o.a. :

- het gebruik van medicatie zonder medisch toezicht,
- het overdreven gebruik van vitamines,
- het misbruiken van bepaalde voedingsproducten, voedingssupplementen enz.
- het samenwerken met personen op de lijst van schorsing wegens dopingpraktijken.

**ART. 8 : Dopingcontrole.**

## 1. Algemeen.

Overeenkomstig het GES-decreet is het gebruik van dopingmiddelen verboden tijdens de sportbeoefening. De dopingcontrole kan te allen tijde plaatsvinden tijdens alle sportactiviteiten, op trainingen, wedstrijden, examens enz. Dit geldt zowel voor de club als voor de provinciale en federale activiteiten van Judo Vlaanderen, FFBJ en KBJB. Het bestuursorgaan van Judo Vlaanderen behoudt zich het recht voor om ter zake de nodige controles door gespecialiseerd personeel te laten uitvoeren. Deze controles kunnen tevens gebeuren door bevoegde personen van het Ministerie van de Vlaamse Gemeenschap.

Iedere judobeoefenaar dient de lijst van verboden middelen te kennen.

Iedereen is verplicht mede te werken aan de opgelegde dopingcontroles en kan zich hieraan op straffe van veroordeling door de Disciplinaire Commissie opgericht door het GES-decreet van 20 december 2013 niet onttrekken.

## 2. Rechten en plichten van de sportbeoefenaar.

**WAT IS EEN DOPINGCONTROLE ?**

Bij een dopingcontrole worden urinemonsters verzameld en vervolgens onderzocht op dopingpraktijken. Dit alles heeft tot doel het gebruik van verboden substanties en middelen te ontmoedigen.

**MAG IK IEMAND MEENEMEN ?**

U mag vragen dat de controle plaatsvindt in aanwezigheid van een arts van uw keuze. Als minderjarige sporter kan u zich laten vergezellen door één van uw wettige vertegenwoordigers. Het is niet de bedoeling dat u meer dan één persoon meeneemt en het normale verloop van de controle mag hierdoor niet in het gedrang komen.

De controlearts moet echter de redenen van de weigering vermelden in het verslag van urinemonsterafname.

**HOE KUNT U EEN POSITIEVE UITSLAG VOORKOMEN ?**

Vraag aan uw arts of uw apotheker of er zich al dan niet verboden producten bevinden in de voorgeschreven geneesmiddelen. Zelfs "onschuldige" middelen als neusdruppels, hoestsiroop, sommige pijnstillers of anticonceptiepillen voor vrouwen kunnen verboden bestanddelen bevatten.

**WELKE ZIJN DE DISCIPLINAIRE SANCTIES ?**

Bij een vaststelling van dopinggebruik zal de Disciplinaire Commissie een disciplinaire straf uitspreken: een verbod van deelname aan sportmanifestaties en/of georganiseerde voorbereidingen voor een termijn van 3 maanden tot maximaal 2 jaar. Bij herhaling worden deze termijnen verdubbeld. Bovendien kunnen u de kosten van de controle aangerekend worden.

**WELKE GENEESMIDDELEN EN METHODEN ZIJN VERBODEN ?**

Volgende groepen van geneesmiddelen zijn verboden:

- stimulantia (pepmiddelen);
- narcotica (analgetica, pijnstillers);
- anabolica (spierversterkende middelen);
- corticosteroiden (cortisone);
- peptide hormonen;
- bètablokkers (regelen hart-/bloeddruk);
- diuretica (ontwateringstabletten).

Wat eveneens niet is toegelaten, is het toepassen van bloed doping (dit is het intraveneus laten toedienen van bloed, derivaten of dergelijke), alsook de manipulatie van de urineproductie of van urinestalen.

**WAT ALS U SPECIALE GENEESMIDDELEN MOET NEMEN VOOR BIJVOORBEELD ASTMA ?**

Voor de behandeling van dergelijke aandoeningen zijn voldoende toegelaten geneesmiddelen beschikbaar. Hierbij kan de arts van uw keuze u adviseren. Voor andere

geneesmiddelen kan men "Toestemming wegens therapeutische noodzaak" (TTN) aanvragen. Meer informatie hierover is beschikbaar bij NADO Vlaanderen.

#### WAAROM DOPINGCONTROLE ?

Geneesmiddelen, andere middelen en /of behandelingsmethoden worden tegenwoordig niet alleen gebruikt voor het geneeskundig doel waarvoor ze oorspronkelijk bestemd zijn. Sommige mensen gebruiken deze middelen in een poging hun sportprestaties te verbeteren. Zij beseffen echter niet, dat ze hiermee hun gezondheid in gevaar brengen. In de sport is er op deze manier geen sprake van fair play, maar van bedrog. Alleen indien het medisch verantwoord is, is het geoorloofd onder toezicht van een arts tijdens wedstrijden of trainingen geneesmiddelen te gebruiken. Zelfs dan nog mogen slechts geneesmiddelen worden gebruikt die niet in strijd zijn met de dopingreglementering.

#### 3. Hoe verloopt de dopingcontrole.

##### OPROEP VOOR DOPINGCONTROLE:

Ter gelegenheid van een wedstrijd of training wordt u door een controlearts of zijn helper bij middel van een oproepingsformulier meegedeeld dat u aangeduid wordt voor een dopingcontrole. Deze controle mag het normale verloop van de wedstrijd niet hinderen. Alle sportbeoefenaars, welke ook hun nationaliteit is, kunnen worden opgeroepen.

##### ONTVANGSTMELDING:

U tekent voor ontvangst op het oproepingsformulier.

Binnen de bepaalde tijd moet u zich bij de dopingcontrole aanbieden. U moet in het bezit zijn van een identiteitsbewijs. Het uur en de plaats van controle zijn vermeld op het oproepingsformulier. Bij weigering van ondertekening zal dit door de controlearts gemeld worden.

##### REGISTRATIE EN IDENTIFICATIE IN HET CONTROLELOKAAL:

Bij aankomst in het controlelokaal wordt uw identiteit gecontroleerd en worden intussen de administratieve gegevens ingevuld op het proces-verbaal van monsterneming.

##### KEUZE VAN DOPINGCONTROLESET:

U kiest zelf een verpakking met een opvangbeker, een trechter, en twee genummerde flesjes met afsluitdoppen.

##### PLASSEN ONDER TOEZICHT:

Onder toezicht van een aanwezige controlearts urineert u in de opvangbeker, tot er 60 cc geproduceerd is. De controlearts kan alle maatregelen nemen om bedrog en onwil uit te sluiten.

U blijft onder zijn toezicht tot u de noodzakelijke hoeveelheid urine hebt geproduceerd. Onderwijl mag u drinken, maar u blijft onder toezicht.

##### VERDELEN VAN DE URINE:

In uw aanwezigheid wordt uw urine uit de opvangbeker verdeeld over de twee genummerde flesjes.

##### VERZEGELING VAN DE FLESJES:

In uw aanwezigheid worden de beide flesjes verzegeld met lak. Vervolgens worden de flesjes in de verpakking gestopt die nogmaals wordt verzegeld. Op de buitenzijde van deze verpakking wordt nogmaals het codenummer vermeld samen met de identificatie A of B. Het B-flesje dient voor het geval u in beroep gaat en een tegenanalyse aanvraagt.

##### INVULLEN VAN DE FORMULIEREN:

Op het proces-verbaal van monsterneming wordt vermeld:

- de gegevens van de wedstrijd;
- uw naam, voornaam, adres en geboortedatum ;
- startnummer of vergunningsnummer ;
- naam en adres van uw begeleider ;
- medicatie die werd genomen de laatste drie dagen, welke arts deze voorschreef en welke apotheker deze afleverde ;

- uur van de urineafname ;
- codenummer van de flesjes ;
- de hoeveelheid geproduceerde urine ;
- alle opmerkingen i.v.m. de procedure.

**ONDERTEKENING VAN HET PROCES-VERBAAL VAN MONSTERNEMING:**

Uzelf en/of eventueel uw wettelijke vertegenwoordiger, tekenen voor akkoord.

Met uw handtekening verklaart u zich akkoord met de gevolgde procedure en bevestigt u dat er geen klachten zijn over de gang van zaken tijdens de dopingcontrole.

Mocht u niet akkoord gaan met de gevolgde procedure, en/of klachten hebben over de gang van zaken tijdens de dopingcontrole, dan vermeldt u dit op het proces-verbaal van monsterneming.

Op het document is hiervoor een speciale ruimte gereserveerd.

**U MOET WEL TEKENEN !**

De dopingcontrole is hiermee afgelopen. U ontvangt één exemplaar van het proces-verbaal van monsterneming.

**MEDEDELING VAN HET RESULTAAT:**

Enkel een positief gevonden resultaat wordt u binnen 4 weken meegedeeld.

Met een aangetekend schrijven kan u in beroep gaan.

Meer informatie over doping en de verdere sanctionering van overtredingen met betrekking tot doping bij elitesporters en begeleiders kunt u vinden in het Intern Reglement van Judo Vlaanderen.

**ART. 9 : De ethische commissie****1. Doelstelling van de ethische commissie**

De ethische commissie is een onafhankelijk adviesorgaan dat zowel aan vergunninghouders, als aan sportclubs en aan de federatie advies verleent omtrent problemen en vragen rond ethisch sporten en op basis van de problemen die haar worden gesignaleerd aan de federatie richtlijnen kan geven omtrent het te voeren beleid inzake ethisch sporten.

Voor de definitie van ethisch sporten verwijzen we naar de definitie van artikel 2 van het decreet (20 december 2013):

Art. 2. In dit decreet wordt verstaan onder :

- ethisch sporten : sporten in overeenstemming met het geheel van positieve waarden en normen en daarmee verband houdende maatregelen die eenieder in acht moet nemen met het oog op de bewaring en bevordering van de individuele integriteit (fysieke, psychische en seksuele), fair play en sociale integriteit (solidariteit, diversiteit en inclusie)

**2. Bevoegdheid van de ethische commissie**

De ethische commissie heeft een adviserende functie en geen disciplinaire bevoegdheid.

De ethische commissie is bevoegd om :

- kennis te nemen van alle meldingen en vragen inzake ethisch verantwoord sporten die binnenkomen hetzij op het emailadres [judo@ethischecommissie.com](mailto:judo@ethischecommissie.com) hetzij via schrijven ter attentie van de ethische commissie per adres van het secretariaat van Judo Vlaanderen.
- aan de verzoekende partij advies te verlenen, desgewenst een actieplan op te stellen aangaande de gestelde problemen en/of vragen al dan niet na de verzoekende partij gehoord te hebben in zijn/haar mondelinge uiteenzetting.

De mailbox [judo@ethischecommissie.com](mailto:judo@ethischecommissie.com) wordt uitsluitend beheerd door de leden van de ethische commissie.

Louter in kader van de bevoegdheid van de ethische commissie en enkel met akkoord van de verzoekende partij kan zij contact opnemen met andere personen die het voorwerp uitmaken van de melding of vraag, waarbij zij het vertrouwelijk karakter respecteert.

De ethische commissie is tevens bevoegd om een advies te geven aan Judo Vlaanderen in zake ethisch sporten. Deze kunnen onder meer betrekking hebben op:

- Advies voor het ontwikkelen van tools;
- Advies voor het uitwerken van informatiebeleid en/of vorming;
- Adviezen op vlak van preventieve als reactieve acties;
- Advies naar specifieke actieplannen;
- Advies naar aanpassen / introduceren (nieuwe) reglementeringen.

**3. Samenstelling van de commissie**

De ethische commissie is samengesteld uit 3 effectieve leden waarvan een lid de rol opneemt van Aanspreekpunt Integriteit (API). De leden van de ethische commissie worden aangesteld door het bestuursorgaan van Judo Vlaanderen voor een periode van 4 jaar. De leden bezorgen aan het bestuursorgaan van Judo Vlaanderen een getuigschrift van goed zedelijk gedrag.

De leden van de ethische commissie kunnen geen deel uitmaken van een andere commissie van Judo Vlaanderen en/of geen actieve rol spelen binnen de structuren van Judo Vlaanderen.

Naast de drie effectieve leden wordt er door het bestuursorgaan 1 plaatsvervangend lid aangesteld voor de periode van 4 jaar. Dit plaatsvervangend lid zal zetelen in de plaats van een effectief lid telkenmale dit effectief lid niet kan zetelen.

Indien een lid van de commissie een bepaalde betrokkenheid of belangenconflict heeft ten aanzien van een concrete case, kan hij/zij niet deelnemen aan de besprekingen. In dat geval zal het plaatsvervangende lid worden opgeroepen.

#### **4. Werking van de commissie**

Behoudens in geval van hoogdringendheid houdt de ethische commissie zitting uiterlijk binnen de 2 maanden nadat er melding is binnengekomen. De ethische commissie bepaalt zelf de datum van deze zitting.

De zittingen/vergaderingen van de ethische commissie vinden plaats op de zetel van de Judo Vlaanderen of op een andere plaats bepaald in gemeen overleg en met akkoord van de Judo Vlaanderen. De commissieleden kunnen tevens in gemeen overleg beslissen om te zetelen of te vergaderen via videoconferentie of conference call. Zij bepalen tevens in gemeen overleg de communicatievorm met verzoekende partij.

De ethische commissie rapporteert jaarlijks aan het bestuursorgaan betreffende haar werkzaamheden, met in achtneming van het vertrouwelijkheidsvereiste.

De ethische commissie komt minstens 1 x per jaar samen.

De ethische commissie kan, indien zij dit nodig acht, een beroep doen op externe specialisten waar nodig.

Beslissingen worden genomen en adviezen worden verleend bij meerderheid van stemmen.

De procedure binnen de ethische commissie is strikt vertrouwelijk.