



# BVLO-CLUBDOSSIER GEZOND SPORTEN



## Wat kan en wat moet je als sportclub doen om je clubleden 'GEZOND' te laten sporten?



Het is de opdracht van BVLO en van elke BVLO-sportclub om zijn leden (zowel recreatief als competitief) in optimale omstandigheden te laten sporten en alles in het werk te stellen om zoveel mogelijk risico's te vermijden. Ook de sporter heeft als individu een belangrijke verantwoordelijkheid inzake Medisch en ethisch verantwoorde sportbeoefening (MVS en EVS).

“Medisch en ethisch verantwoorde sportbeoefening” (MVS en EVS) is het geheel van preventieve en curatieve maatregelen, bepalingen en aanbevelingen die de Bond voor Lichamelijke Opvoeding en zijn aangesloten sportclubs in acht moeten nemen met het oog op het fysieke en psychische welzijn van hun leden.

De Vlaamse overheid heeft met het **decreet “Medisch en Ethisch Verantwoord Sporten”** wetgevende initiatieven gelanceerd met als doel elke burger in kwaliteitsvolle omstandigheden en op een medisch en ethisch verantwoorde manier te laten sporten.

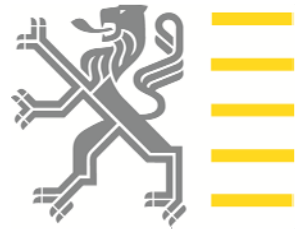
In dit dossier geven wij een overzicht van de acties die BVLO in het kader van het decreet MVS & EVS neemt en wij vermelden daarbij duidelijk welke opdrachten een BVLO-club/-sporter terzake moet opvolgen.

Heb je na het lezen van het dossier toch nog vragen? Aarzel niet en neem contact met het BVLO-secretariaat.

Het BVLO-team – september 2011

**BOND VOOR LICHAAMELIJKE OPVOEDING vzw**  
Waterkluiskaai 16 - 9040 Sint-Amandsberg – Gent  
Tel.: 09/218.91.20 - Fax 09/229.31.20  
E-mail: [info@bvlo.be](mailto:info@bvlo.be) - [www.bvlo.be](http://www.bvlo.be)

## VLAAMSE DECRETEN i.v.m. MEDISCH EN ETHISCH VERANTWOORD SPORTEN



De regelgeving inzake Medisch en Ethisch Verantwoorde Sportbeoefening die voor BVLO en zijn clubs belangrijk zijn, vind je terug in de decreten en uitvoeringsbesluiten:

(1) - *Decreet van 13 juli 2007 inzake medisch en ethisch verantwoorde sportbeoefening.*  
*In werking getreden op 1 augustus 2008.*  
*Gewijzigd decreet van 21 november 2008, in werking [getreden op 1 januari 2009](#) : pdf*

(2) - *De Vlaamse Regering heeft op 20 juni 2008 het nieuwe uitvoeringsbesluit medisch en ethisch verantwoord sporten definitief goedgekeurd.*  
*De nieuwe regelgeving treedt in werking op 01/08/2008 [\[meer ...\]](#)*

(3) - *21.05.2010 - Besluit van de Vlaamse Regering tot uitvaardiging van de thema's en de richtsnoeren betreffende ethisch verantwoord sporten [\[meer ...\]](#)*

Omdat de BVLO onder zijn aangesloten sporters geen 'topsporters' telt, zijn een groot aantal regels voor onze sportfederatie niet van toepassing.

De verplichtingen die onze BVLO-clubs wel moeten opvolgen, proberen we op de volgende bladzijden overzichtelijk weer te geven.

Indien je toch nog vragen hebt, aarzel niet om het BVLO-secretariaat te contacteren.

### VLAAMSE ADMINISTRATIE - ETHISCH EN MEDISCH VERANTWOORD SPORTEN

De Vlaamse overheid heeft binnen het departement Cultuur, Jeugd, Sport en Media van de Vlaamse overheid het "Team medisch verantwoord sporten" opgericht dat onder meer zorgt voor de controle en de opvolging van de decreten Medisch en Ethisch Verantwoord sporten.

Vlaams Ministerie van Cultuur, Jeugd, Sport en Media  
Team medisch verantwoord sporten  
Arenberggebouw - Arenbergstraat 9  
1000 Brussel  
Tel.: 02 553 35 37  
Fax: 02 553 36 50

## HET TEAM MVS VAN DE VLAAMSE OVERHEID

- organiseert dopingcontroles en controles op de leeftijdsgrenzen en sportmedische keuring;
- volgt overtredingen op die vastgesteld werden tijdens de dopingcontroles en de overtredingen op het gebied van leeftijdsgrenzen/sportmedische keuring; controleert de naleving van de regelgeving voor minderjarige sporters;
- informeert en sensibiliseert sporters via allerlei communicatie-initiatieven (website, brochure, folder, ...);
- ondersteunt sportfederaties bij het implementeren van het beleid inzake ethisch verantwoord sporten;
- erkent controleartsen, controledeskundigen, keuringsartsen en keuringscentra; beantwoordt vragen in verband met medisch verantwoord sporten (doping, keuring, ...).



Het busje van het team MVS dat Vlaanderen rondreist om controles uit te voeren (bv. dopingcontroles, leeftijdscontrole, ...)

## WEBSITES VAN DE VLAAMSE OVERHEID

Recreatief of professioneel sporter, trainer of begeleider... iedereen vindt informatie op maat over trainingen, blessures (en vooral het vermijden ervan), doping, voeding, sportmedische keuring, erkende keuringscentra en -artsen, ethisch verantwoord sporten en nog zoveel meer.



[www.gezondsporten.be](http://www.gezondsporten.be)



[www.dopinglijjn.be](http://www.dopinglijjn.be)

[www.ethischsporten.be](http://www.ethischsporten.be)

Link naar de websites van de Vlaamse overheid

Wij vragen aan de BVLO-clubs om op hun website een link te leggen naar deze websites van de Vlaamse overheid.

# BVLO EN MEDISCH EN ETHISCH VERANTWOORD SPORTEN MVS & EVS

De BVLO - Bond voor Lichamelijke Opvoeding groepeerde sportclubs die op een recreatief niveau sporten. Ook al sporten wij op een recreatief niveau, toch dan nog moeten onze clubs en clubleden aan een aantal verplichtingen inzake medisch en ethisch verantwoord sporten voldoen. Met dit dossier willen we je hierbij alvast helpen.



## Welke zijn je verplichtingen als BVLO-club?

- |   |           |
|---|-----------|
| <b>1) PREVENTIEF SPORTMEDISCH ONDERZOEK</b>   | <b>5</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"><li>- verplicht preventief pre-sportief onderzoek voor sporters die 45 jaar en ouder zijn</li><li>- indienen medische infociche voor deelnemers aan BVLO-internaatssportkampen</li></ul>  |           |
| <b>2) OPGAVE VAN JE CLUBACTIVITEITEN</b>  | <b>8</b>  |
| opsturen naar het secretariaat BVLO in Gent   |           |
| <ul style="list-style-type: none"><li>- <i>bij het begin van een nieuw sportjaar:</i><br/><i>jaarprogramma</i> van de trainingen en wedstrijden<br/>(datum – tijdstip – plaats)</li><li>- <i>minimum 3 weken van tevoren:</i> alle andere geplande sportmanifestaties en georganiseerde voorbereidingen van de club<br/>(datum – tijdstip – plaats)</li></ul> |           |
| (BVLO bezorgt deze gegevens aan het team MVS van de overheid)   |           |
| <b>3) DOPING</b>  | <b>8</b>  |
| <ul style="list-style-type: none"><li>- in BVLO geen dopingpraktijken toegelaten</li><li>- informatie over de wetgeving</li></ul>   |           |
| <b>4) VOLLEDIGE MEDEWERKING VERLENEN AAN CONTROLES EN TOEZICHT VAN DE OVERHEID</b>  | <b>13</b> |
| i.v.m. dopingbestrijding – leeftijdsgrenzen – medische keuring  |           |
| <b>5) LEEFTIJDGRENZEN</b>   | <b>13</b> |
| leeftijdsgrenzen voor deelnemers aan BVLO-internaatssportkampen voor bepaalde sportdisciplines  |           |
| <b>6) SPORTREGLEMENTERING</b>   | <b>14</b> |
| <ul style="list-style-type: none"><li>- algemeen en specifiek voor de ropeskippingsport</li><li>- risicovechtsporten (alleen leden die risicovechtsporten op recreatief niveau beoefenen kunnen lid worden van BVLO)</li></ul>  |           |



## Hoe ondersteunt BVLO je club?

- |   |           |
|---|-----------|
| <b>1) MEDISCHE EN ETHISCHE COMMISSIE VAN BVLO</b> | <b>15</b> |
| <b>2) GEKWALIFICEERDE LESGEVERS</b>               | <b>16</b> |
| <b>3) VORMINGS- EN NASCHOLINGSINITIATIEVEN</b>    | <b>17</b> |
| <b>4) ETHISCH VERANTWOORD SPORTEN</b>             | <b>19</b> |

# Wat zijn je verplichtingen als BVLO-club?


## 1) PREVENTIEF SPORTMEDISCH ONDERZOEK

Verplicht preventief sportmedisch onderzoek voor +45-jarigen

**BVLO vraagt jaarlijks een preventief sportmedisch onderzoek voor alle competitiesportbeoefenaars van 45 jaar en ouder.**

BVLO stelt kaartjes ter beschikking. Deze kaartjes zijn op eenvoudige aanvraag gratis op het BVLO-secretariaat verkrijgbaar.

De getuigschriften worden bij de start van het sportjaar ingediend/opgestuurd naar het BVLO-secretariaat in Gent.

	<b>BOND VOOR LICHAAMELIJKE OPVOEDING</b> vzw Waterkluiskaai 16 - 9040 St-Amandsberg - Tel. 09/218 91 20 - Fax 09/229 31 20 E-mail: info@bvlo.be - Website: www.bvlo.be
<b>MEDISCH GESCHIKTHEIDSGETUIGSCHRIFT</b>	
JAAR :	_____
Club :	_____
Naam :	_____ Voornaam : _____
Adres :	_____ straat, nr. _____
Postnr. :	_____ Gemeente : _____
Geslacht : man / vrouw	Geboortedatum : _____

recto

Ondergetekende : _____	
Geneesheer (Nr. _____) bevestigt, na onderzoek, dat de sportbeoefenaar (vermeld op de keerzijde van deze fiche) geschikt is voor het beoefenen van sport en voor competitiesport.	
<b>Datum van onderzoek:</b>	
<b>Handtekening en stempel:</b>	
IEDER JAAR TE HERNIEUWEN	

verso

Als leidraad bij een medisch onderzoek stelt BVLO voor:  
(opgesteld door Dr. Ariane De Kezel, geneesheer verbonden aan BVLO vzw)

#### 1. Anamnese

- doorgemaakte of bekende ziekten
- geneesmiddelengebruik
- risicofactoren voor hart- en vaatziekten
- algemene conditie
- klachten tijdens of na een inspanning
- intensiteit van de sportbeoefening

#### 2. Familiale anamnese

- plotse dood bij een dicht familielid jonger dan 50 jaar
- coronaire ziekte bij een dicht familielid

#### 3. Klinisch onderzoek

##### 3.1. Cardiovasculair:

- bloeddrukmeting in rust
- rustpols
- hart auscultatie (regelmaat ritme, hartgeruisen)
- longauscultatie
- kleine inspanningstest, bv. 30 kniebuigingen laten uitvoeren aan een stevig ritme, vervolgens hartritme bepalen onmiddellijk na de inspanning, na 1 min en na 2 min rust; waardoor men een idee krijgt van het recuperatievermogen van de sporter;
- tevens kan men de bloeddruk meten onmiddellijk na de inspanning en na 2 min rust.

##### 3.2. Bepaling van gewicht en lengte (BMI)

##### 3.3. Urine-onderzoek door middel van bv. Multistix of andere urinestix.

##### 3.4. Locomotorisch onderzoek:

- algemene lichaamsbouw evalueren
- inspectie van de wervelzuil (scoliose, hyperlordose, hyperkyfosen, e.a. opsporen)
- evaluatie van de kniegewrichten
- evaluatie van de enkelgewrichten (laxiteit, stramheid, pijn)
- onderzoek van de achillespezen (zwellings, drukpijnlijk)
- evaluatie van het voetgewelf (platvoet, holvoet)
- evaluatie van de polsgewrichten

Doe de test  
sportmedische keuring !

**SPORTMEDISCHE KEURING** (\*)



Sporten is gezond. Toch is het soms aan te raden om je sportmedisch te laten keuren. Wil je weten of dit voor jou het geval is, doe dan de [test sportmedische keuring \(nieuw venster\)](#).

Je had graag een sportmedische keuring ondergaan, maar je weet hiervoor niet waarheen?

Op de [website Gezond Sporten \(nieuw venster\)](#) vind je de lijst van [erkende keuringsartsen \(nieuw venster\)](#), gesorteerd per provincie zodat je snel de arts kan terugvinden die het dichtst bij jou in de buurt woont! Naast deze keuringsartsen zijn er ook [7 erkende sportmedische keuringscentra \(nieuw venster\)](#) die een breder pakket aan begeleiding aanbieden, onder meer op het vlak van sportvoeding, mentale begeleiding en letselpreventie.

Een basiskeuringsonderzoek bestaat uit het oplijsten van je persoonlijke en familiale voorgeschiedenis, een lichamelijk onderzoek en een rustelektrocardiogram. Voor een preventief sportmedisch onderzoek is er in principe geen Riziv-tussenkost.

(\*) Uit de "Nieuwsbrief Sport voor Allen" - 4 mei 2011 - jaargang 4, nr. 5

Infofiche voor deelnemers aan  
BVLO-sportkampen

Voor de deelnemers aan sportkampen vragen we een  
inlichtingsformulier door de ouders te laten invullen en aan het  
BVLO-secretariaat te bezorgen.

*Voorbeeld inhoud van het medisch inlichtingsformulier voor deelnemers aan de sportkampen:*

## BVLO MEDISCHE FICHE 20XX - SPORTKAMPEN

Naam + voornaam:

Adres + tel.:

In geval van afwezigheid van de ouders, adres van verantwoordelijk persoon + tel:

Laatste inenting tegen tetanos:

Medicatie (afgeven aan de begeleider bij aankomst) welke, wanneer en hoeveel in te nemen:

Voeding (problemen): + ALLERGIEEN????????????????? Huisarts?????????????????

Nuttige inlichtingen:

Naam huisarts + tel:

Handtekening

Kleef hier (met een hoekje vast) 1 INGEVULD mutualiteitsvignet

BOND VOOR LICHAMELIJKE OPVOEDING vzw  
WATERKLUISKAAI 16 - 9040 SINT-AMANDSBERG (GENT) • TEL. 09 218 91 23 • FAX 09 229 31 20 • INFO@BVLO.BE •  
WWW.BVLO.BE



## 2) OPGAVE VAN JE CLUBACTIVITEITEN

Verplichte opgave van activiteiten

Om de Vlaamse overheid de mogelijkheid te geven controles uit te voeren i.v.m. de opdrachten van het MVS-decreet, moeten de BVLO-clubs een overzicht geven van hun activiteiten:

- de clubs zijn verplicht om volgende gegevens op te sturen naar het secretariaat BVLO in Gent
  - bij het begin van een nieuw sportjaar:
    - jaarprogramma van de trainingen en wedstrijden (datum – tijdstip – plaats)
  - minimum 14 dagen van tevoren:
    - alle andere geplande sportmanifestaties en georganiseerde voorbereidingen van de club (datum – tijdstip – plaats)
- de BVLO bezorgt deze gegevens aan de overheid.

Niet vergeten!

## 3) DOPING: [www.dopinglijn.be](http://www.dopinglijn.be) Wie sport moet weten waar de lijn ligt ...

Dopingpraktijken zijn verboden

Dopingpraktijken zijn onethisch en zijn daarenboven gevaarlijk voor de gezondheid van de sporter.  
Dopinggebruik is bij wet verboden en de overheid heeft een lijst van de verboden stoffen opgesteld.

De Vlaamse overheid geeft duidelijke en actuele informatie over het gebruik van geneesmiddelen en (voedings)supplementen.

Op de website [www.dopinglijn.be](http://www.dopinglijn.be) vinden sporters en clubs de noodzakelijke informatie over doping en dopingcontroles.

Uit deze website selecteren wij een aantal gegevens:

### WAT IS DOPING?

Bij het horen van het woord doping denkt iedereen aan het gebruik van een verboden stof. Er is echter meer dan alleen het gebruik van verboden stoffen of methoden. Met de term 'dopingpraktijken' worden alle praktijken bedoeld waar een sporter en zijn entourage zich moeten van onthouden om geen dopingovertreding te begaan.

### WAT ZIJN DOPINGPRAKTIJKEN?

- de aanwezigheid van een verboden stof in het lichaam van een sporter;
- het gebruik van een verboden stof of een verboden methode (ook het onbewust gebruik van verboden stoffen, door bv. het gebruik van een gecontamineerd voedingssupplement, is strafbaar);
- het weigeren, niet komen opdagen of ontwijken van een dopingcontrole;
- het niet of onvolledig meedelen van verblijfsgegevens als elitesporter (elke combinatie van drie gemiste controles en/of aangifteverzuimen binnen een periode van achttien maanden wordt als een overtreding beschouwd);
- het plegen van bedrog, of een poging daartoe, bij om het even welk onderdeel van de dopingcontrole;

- het bezit van verboden stoffen en methoden;
- het verhandelen of de poging tot verhandelen van om het even welke verboden stof of verboden methode;
- de toediening, of de poging tot toediening van een verboden stof of verboden methode aan om het even welke sporter;
- het aanmoedigen van, helpen bij, vergemakkelijken van, mogelijk maken van, aanzetten tot, verbergen van, of om het even welke medeplichtigheid in het kader van een overtreding van de antidopingregels.

### **WELKE ZIJN DE VERBODEN STOFFEN?**

### **BEVAT EEN GENEESMIDDEL (EEN) VERBODEN STOF(FEN)?**

### **WAT MET VOEDINGSSUPPLEMENTEN?**

Op de website [www.dopinglijn.be](http://www.dopinglijn.be) vind je een lijst van de geneesmiddelen en de verboden stoffen.

Je kan een geneesmiddel opzoeken en zien of dit al dan niet een verboden middel(en) bevat.

Er is ook aandacht voor voedingssupplementen die (verboden) stoffen kunnen bevatten die niet op de verpakking vermeld staan.

### **WAT IS HET TTN – AANVRAAGDOCUMENT?**

TTN is de afkorting van "Toestemming wegens Therapeutische Noodzaak".

Als je sport en om medische redenen een geneesmiddel moet gebruiken (in eender welke vorm: pilletjes, insputingen, puffers, druppels, ...), moet je opletten. Sommige geneesmiddelen bevatten immers stoffen die op de dopinglijst staan en die aanleiding kunnen geven tot een positieve dopingtest.

Voor deze verboden stoffen kan of moet (als je elitesporter bent) je een toestemming vragen.

a) **Elitesporters zijn verplicht** een toestemming wegens therapeutische noodzaak aan te vragen (zodra hen een verboden stof wordt voorgeschreven). Pas wanneer ze de toestemming ontvangen hebben, mogen ze het geneesmiddel met de verboden stof(fen) gebruiken. (Hoe weet ik of ik [elitesporter](#) ben?)

b) Voor de **sporters die geen elitesporter zijn**, raden wij alleen die sporters aan die een **behoorlijk grote kans maken op dopingcontrole aan om een aanvraag op voorhand in te dienen**. Zij moeten wel steeds het gebruik van de verboden stof tijdens de dopingcontrole aan de controlearts melden en dit op het dopingcontroleformulier laten noteren.

### **Wie heeft minder kans op een dopingcontrole en voor wie lijkt een aanvraag "toestemming wegens therapeutische noodzaak" niet echt aangewezen?**

- Sporters die aan sporten deelnemen die weinig of niet gecontroleerd worden (zie [cijfers en statistieken dopingcontroles](#));
- Sporters die hun sport voornamelijk recreatief beoefenen;
- Sporters die hun sport op lager competitief niveau beoefenen.

c) **Minderjarigen** moeten voor het gebruik van een verboden stof **geen TTN aanvragen**. Het volstaat dat zij bij een dopingcontrole een medisch attest voor het gebruik van het geneesmiddel tonen aan de controlearts. (Pas op: **minderjarige elitesporters** moeten **wel** een TTN aanvragen.)



## WIE KAN GECONTROLEERD WORDEN?

Volgens de regelgeving kan al wie in georganiseerd verband aan sport doet (*van de recreatieve fitnessser tot de elitesporter*) op elk ogenblik gecontroleerd worden. Bepaalde sporters worden echter meer gecontroleerd dan andere.

Bij het plannen van de dopingcontroles wordt onder meer rekening gehouden met:

- het aantal in het verleden vastgestelde dopingovertredingen in een bepaalde sporttak;
- de dopinggevoeligheid van de sporttak (onder meer door de mate waarin geloofd wordt dat dopinggebruik tot betere prestaties kan leiden in een bepaalde sporttak);
- het belang van de sporttak in Vlaanderen (populariteit, commercieel belang).

Ook individuele sporters binnen eenzelfde sporttak worden soms meer gecontroleerd dan anderen. Zo zal een sporter die al een dopingovertreding heeft begaan of een sporter waarbij verschillende controles buiten wedstrijdverband niet onaangekondigd konden gebeuren, meer gecontroleerd worden dan zijn collega-sporter die steeds onaangekondigd gecontroleerd kon worden en die nog nooit een overtreding heeft begaan.

In de praktijk zorgt dit ervoor dat controles binnen wedstrijdverband voornamelijk gebeuren bij meerderjarige sporters van nationaal of internationaal niveau ('elitesporters') en bij sporters of groepen sporters waarbij in het verleden vaak een hoog percentage dopingovertredingen werd vastgesteld.

Zo zullen in de ploegsporten voornamelijk wedstrijden uit de hoogste nationale afdelingen gecontroleerd worden en bij de individuele sporten voornamelijk de meer belangrijke wedstrijden (bv. provinciale, Vlaamse of Belgische kampioenschappen).

Bepaalde sporttakken die in het verleden steeds veel dopingovertreders kenden (bodybuilding, kickboksen, boksen, wielrennen, ...) zullen ook meer gecontroleerd worden dan sporttakken die al jarenlang weinig dopingovertredingen laten optekenen. In dopinggevoelige sporten worden ook minder belangrijke wedstrijden gecontroleerd.

Buiten wedstrijdverband worden alleen sporters die tot de elitegroep behoren gecontroleerd of sporters waartegen zeer sterke vermoedens van dopinggebruik zijn gerezen. Of het kan gebeuren dat bij een sporter bijkomende controles worden gehouden (follow-up) in geval van een [atypisch resultaat](#) (verhoogde testosteroone/epitestosteroone verhouding).




Informeer je clubleden over de dopingwetgeving

Wij vragen aan onze sportclubs om hun leden op de hoogte te brengen dat dopingpraktijken niet toegelaten zijn.

Leg op jouw clubwebsite een link naar de website

[www.dopinglijn.be](http://www.dopinglijn.be) van de Vlaamse overheid.

Daar vinden je clubleden alle noodzakelijke, praktische en actuele informatie over dopingpraktijken: gebruik van verboden stoffen en dopingcontroles. Heel wat praktische vragen krijgen hier een antwoord.



Leg een link naar de website van de Vlaamse overheid

Als voorbeeld geven wij je hieronder een greep uit de meest gestelde vragen en antwoorden die op de website terug te vinden zijn.

## HOE KAN IK ALS SPORTER WETEN OF EEN BEPAALD GENEESMIDDEL EEN VERBODEN STOF BEVAT?

Sinds half 2003 kan iedereen op de website [www.dopinglijn.be](http://www.dopinglijn.be) terecht om te kijken of een bepaald geneesmiddel een verboden stof bevat. Alle geneesmiddelen die vermeld staan in het gecomentarieerd geneesmiddelenrepertorium van het Belgisch Centrum voor Farmacotherapeutische Informatie staan hierop vermeld.

Maandelijks wordt deze lijst aangepast.

Let op! Niet elk product waaraan geneeskrachtige werking wordt toegeschreven is een officieel geneesmiddel en dus vermeld in de

lijst met geneesmiddelen.

De als "geneesmiddel" op de dopinglijst vermelde producten zijn enkel de officieel in België geregistreerde geneesmiddelen.

De geneesmiddelen in het groen weergegeven, zijn toegelaten. De geneesmiddelen op een rode achtergrond bevatten een of meer verboden stoffen. Door op het geneesmiddel zelf te klikken, krijg je meer uitleg en kan je zien onder welke voorwaarden het geneesmiddel verboden is (altijd, alleen buiten wedstrijdverband, alleen bij bepaalde sporten, ...).

--> Zie "[lijst geneesmiddelen](#)" voor meer informatie over het gebruik van de lijst.

Indien er toch nog iets onduidelijk is, kan u uw vraag per e-mail stellen aan het team Medisch Verantwoord Sporten van de Vlaamse Gemeenschap: [dopinglijn@vlaanderen.be](mailto:dopinglijn@vlaanderen.be).

## WAT ALS EEN SPORTER OM MEDISCHE REDENEN EEN VERBODEN STOF MOET GEBRUIKEN?

Het antwoord hierop vind je onder de rubriek [Toestemming wegens Therapeutische Noodzaak \(TTN\)](#)

## MAG IK VOEDINGSSUPPLEMENT "X" NEMEN?

Noch wij, noch u (waarschijnlijk) kennen de volledige en correcte samenstelling van deze producten, die kunnen gecontamineerd zijn met verboden stoffen. Wetenschappelijk onderzoek heeft aangetoond dat meer dan 10% van de voedingssupplementen stoffen bevat die niet op de verpakking vermeld staan en zo aanleiding kunnen geven tot een positieve dopingcontrole. Om een positieve dopingcontrole te vermijden en om uw gezondheid niet te schaden, raden wij u aan deze producten niet te gebruiken.

Ook uit een gezonde en evenwichtige voeding kunnen sporters de nodige vitamines halen. Voor meer informatie over voeding kan u terecht op de website [www.gezondsporten.be](http://www.gezondsporten.be).

Surf naar [www.cjsm.vlaanderen.be/gezondsporten/voeding/index.htm](http://www.cjsm.vlaanderen.be/gezondsporten/voeding/index.htm) om meer te weten te komen over sportvoeding en sportdranken met een wetenschappelijk onderbouwde uitleg.

Via [www.cjsm.vlaanderen.be/dopinglijn/doping/voedingssupplementen/index.html](http://www.cjsm.vlaanderen.be/dopinglijn/doping/voedingssupplementen/index.html) vindt u het antwoord op een aantal vragen over voedingssupplementen.

**De sporter is en blijft verantwoordelijk voor de producten die hij/zij gebruikt.**

## IS CREATINE SCHADELIJK? IS CREATINE TOEGELATEN?

Creatine staat niet op de lijst van verboden stoffen of methoden en is dus toegelaten. Creatine kan enig positief effect hebben bij prestaties welke een korte explosieve krachtontplooiing vragen. Voor duursporten wordt geen prestatieverbetering genoteerd. Een oplaaddosis van 5 gram per dag gedurende een 14-tal dagen en daarna een onderhoudsbehandeling van 3 gram per dag lijkt niet schadelijk te zijn.

Wetenschappelijke literatuur meldt dat het best is vooraf een medisch onderzoek te ondergaan met onder andere controle van lever- en nierfunctie. Bij aandoeningen van deze organen kan er wel schade ontstaan, zelfs bij "normale doses". Het gebruik van grote hoeveelheden creatine kan de gezondheid schaden (o.a. nierproblemen veroorzaken).

## KAN IK POSITIEF TESTEN ALS IK REDBULL HEB GEDRONKEN?

Neen, op voorwaarde dat u geen andere middelen of producten met verboden stoffen hebt gebruikt. Sinds 1 januari 2004 is cafeïne toegelaten en zal een sporter dus niet positief testen bij een dopingcontrole na het drinken van een of meerdere Redbulls.

## MIJN ZON/DOCHTER NEEMT RILATINE OF CONCERTA (METHYLFENIDAAT), MAAR DIT STAAT OP DE LIJST BIJ DE VERBODEN PRODUCTEN. WAT MOET IK NU DOEN?

Rilatine en Concerta zijn geneesmiddelen die een stof bevatten (methylfenidaat) die verboden is bij controles binnen wedstrijdverband. Bij controles buiten wedstrijdverband is het gebruik van methylfenidaat toegelaten. Bespreek met je behandelende arts wanneer je het gebruik van methylfenidaat moet onderbreken als je aan een wedstrijd wil deelnemen.

Als uw zoon/dochter Rilatine of Concerta moet nemen om medische redenen, zijn er 2 mogelijkheden:

*a. Mijn zoon/dochter is minderjarig:*

Door een wijziging in de Vlaamse antidopingregelgeving hoeven minderjarige sporters (die geen elitesporter zijn) sinds 1 augustus 2008 geen aanvraag "toestemming wegens therapeutische noodzaak" meer aan te vragen, maar volstaat het om bij een dopingcontrole het medisch attest van de behandelende arts te tonen aan de controlearts. Belangrijk hierbij is dat de sporter alle recent genomen geneesmiddelen tijdens de controle aan de controlearts meldt.

*b. Mijn zoon/dochter is meerderjarig:*

Zodra de sporter 18 jaar is, volstaat het medisch attest niet langer en heeft de niet-elitesporter de keuze: ofwel vraagt hij/zij een toestemming wegens therapeutische noodzaak aan zodra hem/haar een verboden stof wordt voorgeschreven (best steeds vragen aan uw arts of het voorgeschreven geneesmiddel een verboden stof bevat), ofwel vraagt hij/zij een toestemming aan nadat hij/zij een dopingcontrole heeft ondergaan (enkel voor verboden stoffen). In het eerste geval heeft de sporter zekerheid zodra hij/zij de beslissing ontvangen hebt, in het tweede geval betekent een weigering tot gebruik van de verboden stof een positieve dopingcontrole.

Je vult het aanvraagformulier samen met je arts in, je faxt het naar 02-553 36 50 of je stuurt het op naar:

Departement Cultuur, Jeugd, Sport en Media - Team Medisch Verantwoord Sporten  
Commissie van onafhankelijke artsen - Arenbergstraat 9 - lokaal 2C3 - 1000 Brussel

Via "[Wat bij ADHD?](#)" vindt u de documenten die de commissie van onafhankelijke artsen verwacht om uw aanvraag volledig te maken. Als de sporter de toestemming krijgt (voor het gebruik van methylfenidaat) zal hij/zij die steeds in het bezit moeten hebben om bij eventuele dopingcontrole aan de controlearts te tonen en om de toestemming te laten vermelden op het dopingcontroleformulier. Zo worden positieve dopingcontroles vermeden.

### **IS CANNABIS VERBODEN VOOR SPORTERS? ZO JA, WAAROM? CANNABIS HEEFT TOCH EEN KALMERENDE WERKING I.P.V. EEN STIMULERENDE?**

Cannabis staat op de lijst van de verboden stoffen bij controles binnen wedstrijdverband en is dus verboden voor sporters. Cannabis is verboden omwille van het euforisch effect en om de sporter tegen zichzelf te beschermen zodat hij op een normale (en niet op een euforische manier) zijn sport kan beoefenen. Op te merken valt dat cannabis zeer lang opspoorbaar blijft. Het roken van één joint kan verschillende weken later nog leiden tot een afwijkend analyseresultaat.

### **BESTAAT ER EEN LIJST VAN VERBODEN DOPINGPRODUCTEN VOOR DIEREN (PAARDEN, DUIVEN...)?**

De dopinglijn geeft enkel informatie aangaande humane doping en is dus een initiatief om de sporter te informeren en te sensibiliseren over gezond sporten, m.a.w. de sporter kan hierbij terecht met vragen over zijn gezondheid (welke producten of geneesmiddelen mag hijzelf wel of niet nemen, wat zijn de al dan niet schadelijke effecten van een bepaald product, enz...). Advies geven over dieren en doping doet de dopinglijn niet, hiervoor kan men terecht bij de FOD Volksgezondheid, Veiligheid Voedselketen en Leefmilieu, Afdeling Dierenwelzijn (tel.: 09 268 64 70).

### **IK HEB GEHOORD DAT ALCOHOL VERBODEN IS VOOR SPORTERS. IS DIT INDERDAAD ZO?**

Alcohol staat inderdaad op de verboden lijst weliswaar enkel voor bepaalde sporten. Alcohol is alleen bij controles binnen wedstrijdverband verboden in de onderstaande sporten. De geldende grenswaarde voor een dopingovertreding is 0,10 g/l. *Autosport (FIA); Boogschieten (FITA); Bowling (negen- en tien pins) (FIQ); Karate (WKF); Moderne vijfkamp (alleen bij schietonderdelen) (UIPM); Motorsport (FIM); Powerboatracen (UIM); Vliegtuig (FAI)* - Voor de andere sporten staat alcohol niet op de verboden lijst.

### **IK BEN 15 JAAR EN MOET WEGENS ASTMA EEN PUFFER GEBRUIKEN WAARIN FORMOTEROL ZIT. IK HEB HOREN ZEGGEN DAT IK EEN TOESTEMMING OF ZOIETS MOET AANVRAGEN. KLOPT DIT?**

In Vlaanderen moeten enkel meerderjarige sporters en minderjarige elitesporters een toestemming aanvragen indien ze om medische redenen een geneesmiddel moeten gebruiken dat een verboden stof bevat. Indien u geen aangetekende brief ontvangen hebt waarin staat u elitesporter bent, bent u een niet-elitesporter en hoeft u als minderjarige in Vlaanderen geen toestemming aan te vragen. Het volstaat dat u bij een dopingcontrole een medisch attest toont aan de controlearts en dit laat noteren op het dopingcontroleformulier. Het is immers belangrijk dat een sporter tijdens de controle zelf alle recent genomen geneesmiddelen (waaronder het gebruik van zalven, puffers en insputingen) aan de controlearts meldt.

### **IK MOET EEN EINDWERK MAKEN VOOR SCHOOL EN HEB ALS ONDERWERP "DOPING IN DE SPORT" GEKOZEN. KAN U MIJ MEER INFORMATIE BEZORGEN OVER EEN AANTAL DOPINGPRODUCTEN?**

Via [www.dopinglijn.be/geneesmiddelen-supplementen-en-ttn/verboden-stoffen/](http://www.dopinglijn.be/geneesmiddelen-supplementen-en-ttn/verboden-stoffen/) vindt u een overzicht van de verboden stoffen en methoden, ingedeeld in groepen, met uitleg over de werking van de middelen en de mogelijke gezondheidsrisico's die hieraan verbonden zijn.

### **IK BEN 17 JAAR EN BINNENKORT GA IK DEELNEMEN AAN EEN INTERNATIONALE WEDSTRIJD IN HET BUITENLAND. HOE KAN IK MIJ IN REGEL STELLEN MET DE ANTIDOPINGREGELGEVING ALS ADHD-PATIËNT (DIE RILATINE NEEMT)?**

In Vlaanderen hoeven minderjarige niet-elitesporters geen toestemming aan te vragen voor het gebruik van een geneesmiddel dat een verboden substantie bevat. In het buitenland is dit mogelijk anders. Daarom adviseren we u om u te informeren bij uw internationale sportfederatie of bij het nationaal antidopingorgaan van het land waar u gaat sporten.

### **REGELMATIG HOOR IK DE TERM 'ELITESPORTER' OPDUIKEN IN HET KADER VAN VERBLIJFSGEGEVENS MEEDELEN. WIE WORDT HIERMEE EIGENLIJK BEDOELD?**

Elitesporters zijn sporters die hun sport in een Olympische discipline beoefenen op internationaal niveau (bv. sporters die geselecteerd worden voor een EK of WK) of hun sport als hoofdberoep hebben (professionele sporters).

Elitesporters worden met een aangetekende brief op de hoogte gebracht dat ze elitesporter zijn. Elitesporters (in het kader van dopingbestrijding) hebben immers een aantal verplichtingen waaronder het meedelen van verblijfsgegevens die een niet-elitesporter niet heeft. De lijst van elitesporters wordt bepaald aan de hand van de criteria die in de antidopingregelgeving staan, in samenspraak met de betrokken federatie en clubs.

Zodra de elitesporter de aangetekende brief ontvangen heeft, is hij elitesporter tot hij/zij opnieuw een aangetekende brief krijgt waarin hem of haar wordt meegedeeld dat hij/zij geen elitesporter meer is, en bijgevolg niet meer aan de hieraan verbonden verplichtingen hoeft te voldoen.

## 4) VOLLEDIGE MEDEWERKING VERLENEN AAN DE CONTROLES EN TOEZICHT VAN DE OVERHEID

Medewerking aan controles van de overheid

Het decreet verplicht elke sportvereniging, dus ook jouw club, de totale medewerking te verlenen aan de controles en aan het toezicht op de controles. Dit geldt niet alleen voor dopingcontroles, maar ook voor controles op leeftijdsgrenzen (zie punt 5), opleidingsvoorwaarden, sportmedische keuring, preventief gezondheidsonderzoek en risicovechtporten.

Voor de dopingcontrole betekent dat onder meer dat de controlearts aan de afgevaardigde van de sportvereniging of de organisator iemand kan vragen om hem bij te staan.

In nabijheid van de sportmanifestatie, houdt de sportvereniging een lokaal met toilet en wachtruimte te beschikking, dat geschikt is voor het nemen van urinemonsters. Die controleruimte moet gedurende de procedure van monsterneming exclusief ter beschikking staan van de controleactiviteit. In de ruimte moet een tafel staan die het de controlearts mogelijk maakt om op een efficiënte manier te werken met de documenten en materialen.

Als de opdrachtgever een mobiele controleruimte (dopingbus) ter beschikking stelt, kan de monsterneming daar worden uitgevoerd.

Bij afwezigheid van een voldoende ingerichte controleruimte bepaalt de controlearts de plaats van monsterneming.

De sportvereniging of, in voorkomend geval, de organisator, zorgt voor voldoende ongeopende flessen niet-alcoholische drank.

## 5) LEEFTIJDGRENZEN

Leeftijdsgrenzen respecteren

Aangepaste bewegingsactiviteiten die onder leiding van bevoegde lesgevers verlopen, zijn een weldaad voor jonge kinderen. BVLO raadt ten stelligste af om kinderen op jonge leeftijd met (sport)competitie te laten starten.

Wedstrijdjes moeten bij jongeren altijd op een kindvriendelijke manier verlopen. Risicovolle oefeningen en bewegingen zijn ontoelaatbaar.

Voor de **sporttak ropeskippping** hanteert BVLO: 4 leeftijdscategorieën, telkens met een aangepaste wedstrijdinvulling:

De leeftijd van het oudste teamlid bepaalt de categorie waaraan men deelneemt:

MINI's = 8-11 jaar  
BELOFTES = 12-14-jarigen  
JUNIORES & SENIORES = 15-17-jarigen

Voor de **andere sporttakken en sportdisciplines** stelt BVLO geen leeftijdsgrenzen voorop behoudens wettelijke of decretale bepalingen die minimale leeftijdsgrenzen bepalen voor de beoefening van de sporttakken.

Voor de **BVLO-internaatsportkampen** volgt BVLO de leeftijdscategorieën van het Bloso die opgenomen zijn in de uitvoeringsbesluiten van de facultatieve opdracht "Sportkampen".



- a) behoudens wettelijke of decretale bepalingen die hogere minimale leeftijdsgrenzen bepalen voor de beoefening van de sporttakken, bereiken alle deelnemers de minimumleeftijd van zes jaar in de loop van het jaar waarin het sportkamp wordt georganiseerd. De minimumleeftijd wordt evenwel op veertien jaar gebracht voor de discipline duiken, op tien jaar voor kano of kajak op zee, en op tien jaar voor windsurfen op zee mits de deelnemer daarvoor al een attest evolutie 1 heeft behaald;
- b) de minimumleeftijd om deel te nemen aan een sportkamp met meer dan één sporttak wordt bepaald door de hoogste minimumleeftijd die vereist is om deel te nemen aan de verschillende aangeboden sporttakken;

## 6) SPORTREGLEMENTERING

Naleven van de reglementering van BVLO ropeskipping

### ROPESKIPPING

**Ter bescherming van de jongeren heeft de BVLO-commissie ropeskipping haar reglementen voor de BVLO-competitie ropeskipping aangepast.**

In de individuele competitie springt men in 1 touw (single rope).

Volgende proeven moeten worden uitgevoerd waarbij er voor de mini's minder belastende proeven voorzien zijn:

- Compulsory oefening: verschillende oefeningen per leeftijdscategorie  
Mini's/Beloften: 40 seconden Junioren/Senioren: 60 seconden
- 30" speed
- 3 minuten uithouding (2 minuten voor de mini's)
- freestyle oefening van minimum 45' tot 1 minuut 15'
- dubbels: per sprong gaat het touw 2 keer onder de voeten. Tijdslimiet: 30 sec

Naleven van de richtlijnen van de commissie risicovechtsporten

### RISICOVECHTSPORTEN

**Bij de Bond voor Lichamelijke Opvoeding kunnen alleen maar clubs aansluiten die risicovechtsporten op een recreatief niveau beoefenen en die niet aan competitie bij risicovechtsporten doen.**

**Wat is een risicovecht sport?** = de sport waarbij het via bepaalde technieken is toegestaan om aan de tegenstander slagen of stoten toe te dienen met de intentie de fysieke of psychische integriteit van de tegenstander te verminderen.

Sportminister Philippe Muyters heeft een expertencommissie risicovechtsporten aangesteld die momenteel richtlijnen uitwerkt uit om de gezondheidsrisico's in risicovechtsporten zoals het boksen of kickboksen te beperken. De richtlijnen richten zich tot alle betrokkenen gaande van sporters, trainers, federaties, wedstrijdorganisatoren, scheidsrechters en juryleden.

De richtlijnen hebben niet alleen betrekking op de gevolgen voor de gezondheid van slagen en stoten op het lichaam, maar voorzien ook maatregelen om de dopingproblematiek in deze sporttakken aan te pakken onder meer door de kwaliteit van de omkadering en de begeleiding te verbeteren.

Naleven van wettelijke voorwaarden voor het beoefenen van sport

**Voor alle SPORTTAKKEN EN SPORTDISCIPLINES volgt BVLO de wettelijke of decretale bepalingen die voorwaarden opleggen voor het veilig beoefenen van een sporttak of sportdiscipline.**

# Hoe ondersteunt BVLO je club?

## 1) MEDISCHE EN ETHISCHE COMMISSIE VAN BVLO

Medische en ethische commissie van BVLO

De 'Medische en Ethische Commissie' van de Bond voor Lichamelijke Opvoeding vzw voert het beleid inzake medische en ethische verantwoorde sportbeoefening van BVLO uit.

### **BVLO Medische en Ethische Commissie**

Het BVLO orgaan dat verantwoordelijk is voor medisch verantwoord sporten en ethiek in de sport is de "Commissie voor medische en ethische aspecten", opgericht op 16 mei 2000.

De commissie is verantwoordelijk voor o.m.:

- frequentie en inhoud medisch presportief onderzoek van de BVLO-leden
- catalogeren wedstrijd- en activiteitenkalenders van BVLO en van zijn clubs
- informeren over de dopingwetgeving
- bepalen leeftijdsgrenzen van competities ropeskipping.

*Commissieleden zijn:*

*Dr. Ariane De Kezel, Prof. Dr. Em. Jacques Vrijens, Prof. Dr. Kristine De Martelaer, Line Dumoulin*  
*Algemeen aanspreekpunt voor MVS en EVS: Line Dumoulin, secretaris-generaal BVLO*

Normaliter gebeurt de controle en opvolging van de richtlijnen m.b.t. MVS/EVS in eerste instantie door het BVLO-secretariaat. Het Dagelijks Bestuur/Directiecomité wordt gerapporteerd bij moeilijkheden. Opvolging van de dossiers gebeurt in samenspraak met de juridische raadgever van BVLO.

### **Statuten BVLO vzw**

In de statuten van de vzw Bond voor Lichamelijke Opvoeding werd een clause i.v.m. MVS opgenomen: Artikel 13: .... "De Bond voor Lichamelijke Opvoeding onderschrijft volledig het decreet van de MVS van 27 maart 1991. De Bond voor Lichamelijke Opvoeding aanvaardt de rechtspraak van de disciplinaire organen van de Vlaamse Regering."

### **Statutaire en reglementaire bepalingen ter voorkoming van sportletsels, overbelasting en dopingpraktijken**

BVLO telt geen elitesporters onder zijn leden. De BVLO-leden (recreatieve sporters) worden door de disciplinaire organen van de Vlaamse Gemeenschap berecht wanneer ze betraapt worden op doping.

### **Deontologische Commissie**

Naast de Ethische en Medisch Commissie heeft BVLO ook een "Deontologische Commissie" opgericht.

Deze commissie neemt initiatieven i.v.m. de bestaande wetgeving o.m. inzake mensenhandel en treedt op als tuchtcommissie bij inbreuken op de wetgeving ter zake.

De taken van de deontologische commissie worden waargenomen door het dagelijks bestuur BVLO.

VRAGEN ???

\* voor vragen i.v.m. de praktische opvolging van de verplichtingen van sporters en sportclubs i.v.m. MVS en EVS: contacteer Katrien Allaert, 09/218.91.24 – [katrien.allaert@bvlo.be](mailto:katrien.allaert@bvlo.be)

\* wil je een probleem m.b.t. MVS en EVS voorleggen aan de medische en ethische commissie van de BVLO: contacteer Line Dumoulin, 09/218.91.27 – [line.dumoulin@bvlo.be](mailto:line.dumoulin@bvlo.be)

## 2) GEKWALIFICEERDE LESGEVERS

BVLO stimuleert zijn aangesloten clubs om voor hun sportactiviteiten en trainingen een beroep te doen op gekwalificeerde lesgevers (minimum een VTS-diploma) en bij voorkeur voorrang te geven aan gediplomeerden lichamelijke opvoeding (bachelors en masters lichamelijke opvoeding).

Gediplomeerden staan garant voor een technische en pedagogische verantwoorde sportbegeleiding op alle niveaus en voor alle leeftijdsgroepen.

Gediplomeerden LO hebben ook een EHBO-vorming gekregen tijdens hun opleiding.

Op zoek naar een gekwalificeerde lesgever voor je club?

De clubs die op zoek zijn naar gekwalificeerde lesgevers kunnen hun oproep melden bij BVLO. Als wij niet onmiddellijk kunnen helpen, kunnen wij je oproep op onze website plaatsen.



opgebouwd over tewerkstelling in de sport.

Je kan ook contact opnemen met VLABUS.

**VLABUS, Vlaams Bureau voor Sportbegeleiding vzw**, ijvert voor een kwalitatieve begeleiding van de sportsector in Vlaanderen. Vlabus werkt met een pool van gediplomeerde lesgevers. Het hoofddoel van Vlabus is het creëren van officiële tewerkstelling in de sportsector in Vlaanderen. Als unieke organisatie heeft Vlabus een jarenlange kennis

Via een eenvoudige aanvraag is het mogelijk om een geschikte sportlesgever te vinden of in te schakelen.

[Een sportlesgever zoeken...](#)

Alle info vind je terug op de website [www.vlabus.be](http://www.vlabus.be)

Zuiderlaan 13 - 9000 Gent

tel.: 09/243.12.70 - fax:

09/243.12.79 – E-mail:

[info@vlabus.be](mailto:info@vlabus.be)

Vlabus heeft 5 provinciale afdelingen.

### Project sportclubs?

Vlabus vzw biedt elke sportclub de kans om met de steun van de Vlaamse Gemeenschap en de provincies aan een zeer voordelig tarief trainers en lesgevers in te schakelen.

[Lees meer over het project](#)



### Begeleiding tijdens BVLO-activiteiten

- Tijdens de BVLO-activiteiten gebeurt de begeleiding door BVLO-verantwoordelijken die over de nodige kwalificaties beschikken (ook hier bij voorrang begeleiders met een diploma lichamelijke opvoeding) en ervaring hebben om een groep te begeleiden.
- Er wordt steeds gezorgd voor een voldoende aantal begeleiders.
- BVLO beschikt over een aantal EHBO-koffers die aanwezig zijn op de organisaties waar de deelnemers actief deelnemen aan sportactiviteiten.
- Voorafgaand aan buitenlandse activiteiten sluit de BVLO met alle deelnemers een contract af waarin duidelijke afspraken gemaakt worden onder meer m.b.t. attitude, sociaal gedrag, gebruik van medicatie en dopingreglementering.

Momenteel legt BVLO geen verplichting op om te werken met gekwalificeerde trainers.  
Wel neemt BVLO initiatieven om zoveel mogelijk personen te stimuleren om een VTS-opleiding te volgen.

## 3) VORMINGS- EN NASCHOLINGSINITIATIEVEN

Stimuleer je trainer(s) / lesgever(s)  
om een VTS-diploma te behalen

BVLO stimuleert sportclubs om te werken met  
gekwalificeerde trainers of lesgevers.

### \*\*\* OPLEIDING GEKWALIFICEERDE TRAINERS/LESGEVERS

(Het behalen van officiële en erkende diploma's in de wereld van de sport en de lichamelijke opvoeding)

Je club werkt bij voorkeur met professioneel gevormde **bachelors of masters lichamelijke opvoeding en bewegingswetenschappen** (opleidingen aan een hogeschool of universiteit) of met gediplomeerden van de **Vlaamse Trainersschool**. Opgeleide trainers/lesgevers staan garant voor kwaliteit en veiligheid.



\* Je trainer(s)/lesgever(s) kunnen een diploma behalen bij de VTS - **Vlaamse Trainersschool**.

Voor heel wat sporttakken en -disciplines kan je bij de VTS een officieel VTS-diploma initiator, trainer B, instructor B, trainer A of zelfs toptrainer behalen. Je kan instappen in een initiatoropleiding vanaf 17 jaar.

Met een getuigschrift van Aspirant-trainer bezit je nog geen diploma (vanaf 16 jaar) maar deze vorming is een wel een prima opstap naar een initiator opleiding.

BVLO is lid van de denkcel VTS roeskipping en werkt mee aan de invulling van de inhoud van de opleidingscursussen roeskipping.

Daarnaast werkt BVLO een vereenvoudigde vorming roeskipping (aspirant initiator) uit met als doel de stap naar de officiële opleidingscursussen haalbaarder te maken. Bij de aspirant initiator ligt de nadruk vooral op het aanleren van didactische vaardigheden en methodiek en het leren werken met een groep.

Voor alle informatie over de opleidingen van de Vlaamse Trainersschool verwijzen we naar de website:

<http://www.bloso.be/VlaamseTrainersschool/Pages/default.aspx>

\* Jongeren die na hun middelbare studies de opleidingen professionele bachelor lichamelijke opvoeding aan een **Vlaamse hogeschool** of master in de lichamelijke opvoeding en bewegingswetenschappen aan een **Vlaamse universiteit** willen aanvatten, krijgen meer informatie over deze studies op de website van BVLO:



### \*\*\* TIJDSCHRIFT VOOR LICHAMELIJKE OPVOEDING

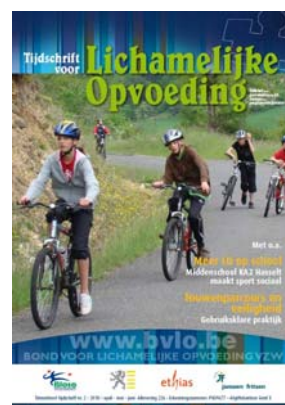
Bezorg het Tijdschrift voor Lichamelijke Opvoeding aan je trainers/lesgevers

Het secretariaat van elke BVLO-club ontvangt een abonnement op het 3-maandelijkse Tijdschrift voor Lichamelijke Opvoeding.

In het Tijdschrift voor LO publiceert BVLO regelmatig theoretische en praktijkgerichte artikels in verband met o.m. gezond sporten, dopingproblematiek, risico's bij het sporten, preventie, ...

Een overzicht van de inhoud van het Tijdschrift voor Lichamelijke Opvoeding vind je op de website van BVLO:

<http://bvlo.be/nl/x/139/tijdschrift-voor-lichamelijke-opvoeding>



## 4) ETHISCH VERANTWOORD SPORTEN

Nieuwe wetgeving ethisch verantwoord sporten (\*)

Sinds 1 januari 2011 werkt BVLO gedurende twee jaar actief aan het thema **RECHTEN VAN HET KIND IN DE SPORT**. Hiervoor neemt BVLO verschillende initiatieven gericht naar zijn aangesloten sportclubs.

Sinds 1 januari 2009 is er in Vlaanderen een algemeen kader voor het ethisch verantwoord sporten van kracht (\*). De Vlaamse Regering heeft op 21 mei 2010 een besluit goedgekeurd waardoor een aantal thema's en richtsnoeren werden uitgevaardigd. De volledige sportsector dient vanaf 1 januari 2011 deze thema's in de praktijk te brengen. Met een 'richtsnoer' wordt de concrete invulling van een bepaald thema bedoeld.

BVLO heeft een stevige traditie opgebouwd op vlak van het uitdragen van waarden en normen in de sport. Onze clubs zijn van bij de lancering geïnformeerd over de **'Panathlonverklaring over ethiek in de jeugdsport'** en over de noodzaak van een ethische benadering in de sport.

Tot nu toe beperkte onze aandacht zich naar het aanbieden van informatie. Nu vragen we een duidelijk engagement van onze clubs. BVLO wil zijn clubs daarbij begeleiden en ondersteunen. Door stapsgewijs eenvoudige en voor de (recreatieve) clubs haalbare initiatieven aan te bieden, willen we de clubs aanzetten om te starten met acties rond EVS die hun clubleden rechtstreeks bereiken.



Uit een reeks van zes thema's die de Vlaamse overheid voorstelde, koos BVLO voor het uitwerken van het **thema RECHTEN VAN HET KIND IN DE SPORT met de richtsnoeren:**

#### **Richtsnoer 1:**

de **Panathlonverklaring over ethiek in de jeugdsport** van 24 september 2004 binnen de federatie en sportclubs concretiseren en implementeren.

## **Richtsnoer 2:**

zijn sportclubs, trainers, begeleiders en andere betrokkenen **te sensibiliseren, te begeleiden en te ondersteunen** bij het ethisch en pedagogisch verantwoord omgaan met hun jeugdleden, met bijzondere aandacht voor hun ontwikkelingsniveau.

Via concrete acties naar onze sportclubs willen we deze richtsnoeren uitwerken.

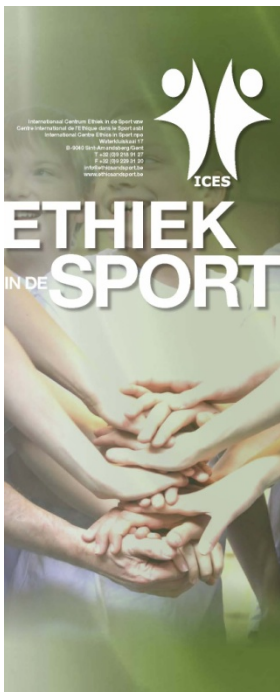
1. We willen de BVLO-clubs - *met jeugdafdeling* - informeren over onze acties i.v.m. ethiek in de sport. We stellen de **Panathlonverklaring voor en vragen hen om de verklaring officieel te willen ondertekenen**. (ondertekenen kan op de website [www.sportopjongerenmaat.be](http://www.sportopjongerenmaat.be) )

De clubs die deze verklaring ondertekenen, worden ook via onze website bekend gemaakt.

Daarbij willen we de clubs inhoudelijke ondersteuning aanbieden zodat zij overtuigd zijn om daadwerkelijk aandacht te besteden aan waarden en normen in hun club en te starten met het uitwerken van concrete acties voor hun leden.

2. Wij vinden het nodig dat de jonge sporters in een sportclub zich ervan bewust zijn dat zij naast hun rechten ook plichten hebben. We willen via een draaiboek de clubs stimuleren en begeleiden bij het opstellen van een **gedragscode voor de jonge sporter**.

De aanbiedingsvorm van de gedragscode gebeurt op een kindvriendelijke en leuke manier.



Op vlak van de ethische benadering van de sport werkt BVLO nauw samen met ICES, het Internationaal Centrum Ethiek in de Sport.

Op de website van ICES vzw vinden de sportclubs meer informatie over ethiek in de sport en vinden zij een aantal good practices:

[www.ethicsandsport.com](http://www.ethicsandsport.com)

Wij verwijzen ook naar de website van de Vlaamse overheid over EVS:

[www.ethischsporten.be](http://www.ethischsporten.be)



## **(\*) SITUERING VAN DE WETGEVING**

Met het decreet van 13 juli 2007 inzake medisch en ethisch verantwoorde sportbeoefening, gewijzigd bij het decreet van 21 december 2008, werd vanaf 1 januari 2009 in de Vlaamse Gemeenschap een algemeen kader voor de ethisch verantwoorde sportbeoefening gecreëerd. Het besluit van de Vlaamse Regering van 20 juni 2008 houdende uitvoering van het decreet van 13 juli 2007 inzake medisch en ethisch verantwoorde sportbeoefening, gewijzigd bij besluit van 19 december 2008, voorziet in een stappenplan voor de invoering van de principes uit het decreet.

De Vlaamse Regering heeft op 21 mei 2010 het besluit goedgekeurd waarin thema's en richtsnoeren voor ethisch verantwoord sporten worden uitgevaardigd.

De 6 thema's zijn:

1. De rechten van het kind in de sport: het benadrukken van de positieve waarden van jeugdsport en hen beschermen tegen negatieve effecten;
2. Inclusie: het verlagen van toegangsrempels naar sport voor iedereen;
3. Respect voor diversiteit: respectvol omgaan met iedereen ongeacht afkomst, status, beperking, culturele achtergrond, ...;
4. Fair Play: aandacht voor sociale waarden van sport, aandacht voor aangepaste sport- en oefenvormen;
5. Integriteit van de sporter: bescherming van sporters tegen negatieve effecten zoals stress, blessures, doping, agressie, geweld...;
6. Solidariteit: respectvol omgaan met anderen en je omgeving, meer inspraak in het beleid van clubs en federatie.

De sportfederaties zijn verplicht één of meerdere thema's en daaraan gekoppeld minimum twee richtsnoeren uit te werken.