

Qajeelfama Safuu Ispoortii Waggaa 20 gadii



Qajeelfamni safuu kun malaatooftuu hundaafi dhaabbilee deeggarsa malaatooftuu odeeffannoo barbaachisaa safuu fi qulqullinaa ispoortii walitti qabatee guutummaatti of keessaa qaba.

Qajeelfamni safuu kun malaatooftuu hundaafi dhaabbilee deeggarsa isaanii odeeffannoo barbaachisaa safuu fi qulqullinaa ispoortii walitti qabatee guutummaatti of keessaa qaba.



Kutaa Qulqullinaa Atleetiksii (AIU) Maal dha?

Kutaan Qulqullinaa Atleetiksii (AIU) World Atleetiksii (World Athletics) irraa kan hundeeffame, bifa of-baa'aa ta'een, ispoortii atleetiksii keessatti dhimma qulqullinaa (safuu) kan doophingii wajjin walqabatee fi kan doophingii ala ta'e hunda ni geggeessa / ni bulcha.



Nuti

Hirmaadhaa
Gargaaraa
Humneessaa

Gorsa kennina,
Barsifna,
Odeeffannoo
geessina.

Sakattaanna,
Mirkaneessina,
Adabna.

Kutaan Qulqullinaa Atleetiksii (AIU) dhimma safuu adda addaa kanneen armaan gadii dabalatee hunda ni geggeessa / ni bulcha:



Ittisa dopingii



Umurii sobuu



Dorgommii saaxiluu



Cubbuu Seerota Wagerii



Jijjiirama Lammummaa



Ispoortii nageenya qabeessa



Gumaa fi Malaa



Doophingii maal dha?

Doophingii bu'aa qorannaa
poozitivii qofa kan hin taane,
doophingii jechuun seera
doophingii ittisu tokko ykn isa ol
cabsuu (cubbuu) ta'uu dha.

Kanneen armaan gadii keessaa
cubbuu seera doophingii ittisu 11
keessaa, hundinuu 11 atleetoota
irratti hojjetu; 7 isaan keessaa
immoo hojjattoota deeggarsa
atleetotaa yookaan namoota
biroo irratti hojjetu.



1. Qoricha ittifame, dhangala'aa isaa, yookiin mallattoo isaa qaama atleetii keessatti **argamuu.**
2. Atleetiin qoricha ittifame yookiin mala ittifame fayyadamuu yookiin **fayyadamuu** yaaluu.
3. **Atleetiin** qoricha **fudhachuu** diduu, irraa bahuu, yookiin kennuu diiguu.
4. Atleetiin odeeffannoo iddoo argamuu isaa kennuu **diiguu** fi/ykn qormaata dhiisuu.
5. Atleetiin yookiin namni biraa adeemsa ittisa dopingii **jeequu** yookiin **jeequu yaaluu.**
6. Atleetiin yookiin tajaajiltoon atleetikaa (ASP) qoricha ittifame yookiin mala ittifame **qabaachuu.**
7. Atleetiin yookiin namni biraa qoricha ittifame yookiin mala ittifame **gurguruu** yookiin **gurguruu yaaluu.**
8. Atleetiif qoricha ittifame yookiin mala ittifame **kennuu** yookiin **kennuu yaaluu.**
9. Atleetiin yookiin namni biraa raaw'ata seera ittisa dopingii (ADRV) keessatti **tattaaffachuu** yookiin **tattaaffachuu yaaluu.**
10. Atleetiin yookiin namni biraa **tajaajiltoota** atleetikaa adabamaniin wal qabachuu (wal hidhachuu) dhisamaa ta'uu.
11. Atleetota seera cabsan gabaasuu irraa isaan **dhorkuuf** yookiin haala itti **aarsuu ta'een hojjechuu.**



Tarree Ittifame

Tarreen dhorkaa Waldaa Addunyaa Miira Dopingii (WADA) qorichoota fi maloota dorgommii keessatti fi yeroo hundatti dhorkaman tarreeffataa fi hiika isaanii ibsa. Kun waggaa tokko tokkoon (yoo xiqqaate waggaatti) haaraa taasifama, fi guyyaa 1 Amajjii waggaa hundaa jalqabee hojiira oola

Qorichoonni fi maloanni ittifaman akkamii akka ta'an beekuun itti gaafatamummaa atleetii dha.

Atleetiin qorichi ittifame qaama isaanii keessatti argameef (fedhii isaanii malees) kophaa isaanii itti gaafatamummaa qabu.

→ Tarree Dhorkaa
to'atadhaan ilaali



Itti gaafatamummaa dhuunfaa keessan dha:

Yeroo qoricha itti fayyadamtan of eeggadhaa.

1. Doktora keessanitti himaa akka seera WADA hordofuu qabdan.
→ Fayyadama waliigalaa RDO
2. Qoricha keessan qorichoota ittifaman qabaachuu isaa mirkaneessaa.
3. Hayyannoo Fayyadama Wal'aa'inaa (TUE) isinitti hin mijanne mirkaneeffadhaa; yoo mijanne, yeroo dafaa isa dhiheessaa.

Yeroo iddatoo (supplement) fayyadamtan baay'ee of eeggadhaa.

1. Iddatoota daldala amantamaa irraa filadhaa.
2. Iddatootni mirkanaa'aniifi gareen (batch) isaanii qorataman akka ta'an mirkaneeffadhaa.
→ Informed Sport, Hasta, NSF

- + Galmee qorichootaa fi iddatoo hunda fayyadamtaniif kaa'adhaa.
- + Foormii Ittisa dopingii irratti ifatti ibsaa.



Jijjiirriin umurii maal jechuudha?

Jijjiirriin umurii jechuun isporttoonni umurii isaanii haala tokkoon jijjiiran, akka caalaa yookiin akka xixiqqaa ta'e agarsiisuuf, kanaas kaayyoon faayidaa dorgommii fi faayidaa maallaqaa argachuuf isa godhu.

Isporttoonni, qondaalotni fi hojjattoonni deeggarsa isporttootaa (ASP) jijjiiruu umurii of eeggachuu qabu; kanaafuu amalli keessan iddoo qaba.



Jijjiiruu umurii ittisuuf maal gochuu dandeessa?

- Umurii keessanii fi guyyaa dhaloota keessan irratti amanamoo ta'aa. Galmee soboo argachuuf hin yaalinaa; yookiin namoota biroo maqaa keessaniin galmee soboo argachuuf hin hayyaminaa.
- Waldaaleen biyyaa fi hojjattoonni deeggarsa isporttootaa (ASP) yeroo isporttoota tapha yookiin kuusaa odeeffannoo seeraa (kan akka akkiridaashinii dorgommii) keessa galchan, guyyaan dhaloota yookiin umuriin sirriitti galmeeffame mirkaneessuu qabu.
- Waldaaleen biyyaa fi hojjattoonni deeggarsa isporttootaa (ASP) isporttoota galmeeffamanii galmee adda baasa isaanii sakatta'a cimaa fi yeroodhaan gochuu qabu; akkasumas odeeffannonni kun galmee isaanii keessatti qabaman wajjin akka wal siman mirkaneessuu qabu.

Yeroo kam iyyuu namni tokko guyyaa dhalootaa yookiin umurii keessan jijjiiruuf isin yoo gaafate, of duuba qabaa (hirmaachuu hin fudhatinaa) fi waan kana AIU gabaasaa.



Jijjiirriin dorgommii maal jechuudha?

Jijjiirriin dorgommii yaala kamiyyuu bu'aa dorgommii to'achuuf yookiin karaa uumamaa taphaa ispoortii, yookiin kutaa isaa, jijjiiruuf ta'uudha. Kun faayidaa ispoortii yookiin faayidaa maallaqaaf, yeroo tokko tokko kumaata dhorkame yookiin sochii kumaataatiin raawwatama.

Jijjiirriin dorgommii bu'aa jijjiiruu, sakkoo taphaa, malaqabeessummaa, gadaanaan hojjechuu, yookiin odeeffannoo iccitii namoota seeraan hin eeyyamamneetti dabarsuu of keessaa qabaachuu danda'a.



Seerota Atleetootaaf, Bulchitoota Ispoortiifi Hojjattoota Deeggarsa Atleetotaa (ASP) kanneen haalaan qajeelfaman / murtaa'an.



Yaala dorgommii jijjiiruuf taasifame akkuma beektu gabaasi.



Qorannoo kamiyyuu kan gaggeeffaman waliin hojjedhaa.



Dorgommii atileetiikii irratti hin kumaatina.



Odeeffannoo iccitii hin qoodin. (Kunis odeeffannoo isin yookiin namoonni muraasni ispoortii atileetiikii keessaa beekan, garuu ummatni bal'aan hin beekne.



Wanti tokko bu'aa dorgommii jijjiiruuf yookiin siif yookiin nama biraaf faayidaa malee argachuuf yaalu kamiyyuu hin fudhatin.



Bu'aa yookiin faayidaa sakkoo dorgommii yookiin malaqabeessummaa gosaa kamiyyuu wajjin walqabate hin kenninaa, hin barbaadinaa, yookiin hin fudhadinaa.



Biyya jijjiiruu maal jechuudha?

Yeroo isporttoonni biyya dorgommii ispoortii idil-addunyaa keessatti bakka bu'uu isaanii seeraan jijjiiran, adeemsichi adeemsa cimaa kan World Athletics bulchu hordofuu qaba.

Adeemsa kana keessatti rakkooleen amantummaa hedduun jiru. Isaanis sakkoo jijjiiruu gamta biyyaa wajjin walqabataa geessuu danda'u: galmee sobuu, yeroo hin qabne bakka bu'uu, gurgurtaa namootaa ta'uu danda'u, doping dirqamaa, waadaa soboo fi/ykn waadaa hin dhufne, akkasumas mirga isporttootaa jijjiirratti fi fayyaa isaanii irratti dhiibbaa geessuu.

Rakkoolee kana irraa of eeggadhu; murtoo kamiyyuu dura, seera guutummaatti akka beektu mirkaneessi.

Ispoortii balaa irraa bilisa



Seerotni eegumsa World Athletics buufata isporttoota fi hojjattoota deeggarsa isporttootaa (ASP) hundaaf kennu, akka isaan naannoo nageenya qabeessaa fi deeggarsa qabu ispoortii atileetiikii keessatti hirmaattota hundaaf mirkaneessan.

Naannoo nageenya qabeessaa fi simannaa qabu kan namni hundinuu kabajamu fi gatii argatu uumuun bu'uura eegumsaa keessatti argama. Namni ispoortii atileetiikii keessatti hirmaatu hunduu haqasuu,

cunqursuu yookiin miidhaa ispoortii keessatti warra isaanitti aananitti raawwatamuu irraa tattaaffiidhaan ittisuuf gahee qabu.

Mirga keessanii fi gaafatama
keessan beekuun isinii fi
namoota biroo nageenya
qabaachuuf isin eega.





Cubbuu seeraa kamiyyuu raabsuun gahee keessan raawwachaa.

Odeeffannoo nageenyaan AIU yeroo kamiyyuu dabarsaa. Kun maqaa hin mul'atiin gochuu danda'ama; yoo isin mul'isuu filattan malee, odeeffannoo quunnamtii keessan hin arginu.



WhatsApp

Nu waliin maqaa keessan malee yeroo yerumaatti haasa'aa. Nu lakkoofsa bilbilaa, maqaa, yookiin suuraa keessan hin arginu!



Email

Yoo filattan, maqaa keessan hin mul'ifaatinaa



Web form

Foormii nageenya qabeessa kan online ergaa. Furiqa seenaa keessan yaadadhaa, yookiin deebii keenya argachuuf hubachiisaaf galmaa'i.

“

Fakki (yaada) mo'achaa isin
qabaachuu qabdu; garuu 'gatii
kamiyyuu irratti mo'achuu qaba'
jedhu isin hin qabdan.

Katie Moon

Injifattuu Addunyaa, Injifattuu Oliimpikii



Nuuf barreessa

Nu asii isin deeggaruuf jirra!

Yoo yaadda yookiin gaaffii qabaattan,
Kutaa Amantummaa Ispoortii Atileetiikii
(AIU) quunnamuu hin sodaatinaa.



education@athleticsintegrity.org

athleticsintegrity.org



aiu_athletics