

सत्यमेव जयते
Government of India

निष्पक्ष खेल
Play fair

NATIONAL
ANTI DOPING
AGENCY
INDIA

নাডা

ইণ্ডিয়াৰ

ন্যায়পূৰ্ণ ক্ৰীড়া পথ-নিৰ্দেশিকা

নিষ্ঠাৰে খেলক,
সততাৰে খেলক

QR কোড
লিংকটোৰ বাবে

সুজাতা চতুর্বেদী, আইএএছ
সচিব
[illegible]

ভাৰত চৰকাৰ
ক্রীড়া বিভাগ
যুৱ পৰিক্ৰমা আৰু ক্রীড়া মন্ত্রালয়
[illegible]



আগকথা

ক্রীড়া এবিধ শক্তিশালী মাধ্যম যি মানুহক একত্রিত কৰে, যি সীমাৰ পৰিধি পাৰ হৈ যায়, আৰু যি ব্যক্তিক উৎকৃষ্টতা আহৰণৰ বাবে প্রয়াস কৰিবলৈ অনুপ্রাণিত কৰে। ইয়াৰ অভ্যন্তৰত— ন্যায়পূর্ণতা, সত্যনিষ্ঠা, আৰু সন্মানৰ প্রমূল্যসমূহক আধাৰ হিচাপে লৈয়েই ক্রীড়া গঢ় লৈ উঠে। এই প্রমূল্যসমূহৰ সংৰক্ষণ আৰু উত্তৰণৰ বাবে সকলো পর্য্যায়তে সমাবেশী আৰু বহনক্ষম ক্রীড়াৰ বিকাশ ঘটাবলৈ থকা আমাৰ দায়বদ্ধতাত আমি অটলহৈ থকাটো অত্যাৱশ্যকীয়।

বৈশ্বিক ক্রীড়া ৰাষ্ট্ৰ হিচাপে ভাৰতৰ অগ্রগতি অব্যাহত থকাৰ সময়ত, ক্রীড়াক নিকা কৰাৰ বাবে থকা আমাৰ দায়বদ্ধতা কেৱল এটা বিনিয়মনমূলক প্রয়োজনেই নহয়, বৰঞ্চ ই এটা নৈতিক অনিবার্যতাও। সকলো ৰূপতে ড'পিঙে ক্রীড়াৰ মৌলিক প্রমূল্যসমূহৰ অৱক্ষয় সাধন কৰাৰ লগতে সৎ প্রতিযোগিতাৰ মনোভাৱো নোহোৱা কৰে।

এই সন্দর্ভত, শিক্ষাই হৈছে আমাৰ আটাইতকৈ শক্তিশালী সঁজুলি। ড'পিঙ প্রতিৰোধ মানে কেৱল বিধি বলবৎ কৰাই নহয়, লগতে ক্রীড়াবিদ আৰু ক্রীড়া পৰিস্থিতিতন্ত্রৰ সকলো সদস্যৰ মাজত সজাগতা, দায়িত্ব, আৰু নৈতিক সিদ্ধান্ত গ্রহণৰ এক সবল আধাৰশিলা গঢ়ি তোলাও। ৰাষ্ট্রীয় ডোপ-ৰোধী এজেন্সিৰ (নাডা ইণ্ডিয়া) দ্বাৰা বিকশিত এই ন্যায়পূর্ণ ক্রীড়া পথ-নির্দেশিকা হ'ল সংস্থাটোৰ দৃষ্টিভঙ্গী প্রতিফলিত কৰা এটা প্রশংসনীয় উদ্যম।

এই পথ-নির্দেশিকাই ড'পিঙ প্রতিৰোধী ব্যৱস্থাসমূহৰ গুৰুত্ব, সেইবোৰ উল্লংঘা কৰাৰ পৰিণাম, আৰু ক্রীড়াৰ সততা সুৰক্ষিত কৰাত প্রত্যেক হিতধাৰকৰ গুৰুত্বপূর্ণ ভূমিকা বুজাত ক্রীড়াবিদ, প্রশিক্ষক আৰু সহায়ক কর্মচাৰীগণৰ বাবে এটা সর্বাত্মক সম্পদ হিচাপে কাম কৰিব। ই এনে এটা সংস্কৃতিত উদগণি দিয়ে, য'ত নিকা প্রতিযোগিতাৰ জয়গান গোৱা হয়, আৰু য'ত সফলতা— এটি চমু বাটেৰে গৈ পোৱা নাযায়, বৰঙ ইয়াক লাভ কৰা হয় প্রতিভা, কঠোৰ পৰিশ্রম, আৰু অধ্যৱসায়ৰ পৰিণতিত।

নিকা ক্রীড়াৰ উত্তৰণৰ বাবে থকা ইয়াৰ অবিচলিত আত্মোৎসর্গাৰ বাবে মই নাডা ইণ্ডিয়াৰ শলাগ লৈছোঁ। মই নিশ্চিত যে ক্রীড়াত ন্যায়পূর্ণতা, সত্যনিষ্ঠা আৰু উৎকৃষ্টতাৰ মূলনীতিসমূহৰ মর্যাদা অটুট ৰখাৰ প্রতি যিসকল সমর্পিত সেই সকলোৰে বাবে এই পথ-নির্দেশিকা এক মূল্যৱান সম্পদ হ'ব।

ক্রম নম্বৰ 3, 'C' উইং, শাস্ত্রী ভৱন, নিউ দিল্লী-110001 টেলিফোন: 011-23388623
[illegible]
ফেক্স: 011-23388758, ই-মেইল: secy-sports@nic.in



সঞ্চালক প্রধানৰ বাণী

ভাৰতৰ ক্রীড়া সম্প্রদায়ৰ সদস্যসকলৰ মাজত নিকা ক্রীড়া, নৈতিক আচাৰ, তথা অৱগত সিদ্ধান্ত-গ্রহণৰ এটা সংস্কৃতিত উৎসাহ যোগোৱাৰ বাবে অভিকল্পনা কৰা নাডা ইণ্ডিয়াৰ ন্যায়পূর্ণ ক্রীড়া পথ-নির্দেশিকা নামৰ এক সর্বাত্মক তথা সুগম্য সম্পদ নিৱেদন কৰিবলৈ পাই মই অত্যন্ত আনন্দিত হৈছোঁ।

ক্রীড়াবিদ, প্রশিক্ষক, আৰু সহায়ক কর্মচাৰীগণৰ মাজত সচেতনতা, শিক্ষা, আৰু নৈতিক প্রমূল্যসমূহৰ উৎসাহ-বর্ধন কৰি নিকা ক্রীড়াৰ এটা সংস্কৃতি গঢ়ি তুলিবলৈ কৰা প্রয়াসত নাডা ইণ্ডিয়াই গ্রহণ কৰা মিছনে বিধি বলবৎ প্রক্রিয়াৰ সীমা অতিক্রম কৰি যায়। এই প্রকাশনৰ জৰিয়তে, আমি হিতধাৰকসকলক যথাযথ বিধিসমূহৰ অনুপালন কৰা, অজানিতে কৰা বিধি উল্লংঘন এৰাই চলা, তথা ন্যায়পূর্ণ ক্রীড়াৰ বার্তা বহনকাৰী দূত হিচাপে কাম কৰাত প্রয়োজন হোৱা শিক্ষাৰে সুসজ্জিত কৰি তুলিব খুজিছোঁ।

ই আমাৰ এই বিশ্বাসেই প্রতিফলিত কৰে যে ক্রীড়াত প্রকৃত উৎকৃষ্টতা কেৱল প্রতিভা আৰু কঠোৰ পৰিশ্রমৰ মাজেৰেই নাহে, ই লগতে আহে সত্যনিষ্ঠা তথা নিয়ম-নীতিৰ প্রতি থকা সম্মানৰ মাজেদিয়েও।

এই পথ-নির্দেশিকাক মূল্যৱান প্রসঙ্গ পুথি হিচাপে ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ আৰু ক্রীড়াৰ পৱিত্রতাৰ মর্যাদা অক্ষুণ্ণ ৰাখিবলৈ চলোৱা সামূহিক মিছনত সক্রিয় অৱিহণা যোগাবলৈ মই সকলো হিতধাৰককে উৎসাহ প্রদান কৰিছোঁ।

অনন্ত কুমাৰ
সঞ্চালক প্রধান
ৰাষ্ট্রীয় ডোপ-ৰোধী এজেন্সি, ভাৰত

বিষয়বস্তু

ডোপিং-প্রতিৰোধৰ পৰিচয় 1

নিকা ক্রীড়াৰ সৈতে জড়িত নীতিসমূহ আৰু প্ৰমূল্যসমূহ: 2-3

ক্রীড়াবিদসকলৰ আৰু ক্রীড়াবিদক সহায় কৰা কৰ্মচাৰীসকলৰ অধিকাৰসমূহ আৰু দায়িত্বসমূহ 4-6

কঠোৰ দায়বদ্ধতাৰ নীতি 7

কঠোৰ উত্তৰদায়িত্বৰ নীতি 8-9

ডোপ-ৰোধী নিয়মৰ উল্লংঘন 10-11

ক্রীড়াত নিষিদ্ধ কৰা সামগ্ৰী আৰু পদ্ধতিবোৰ বুজি লোৱা 12-13

পৰিপূৰক সামগ্ৰী ব্যৱহাৰৰ সৈতে সংলগ্ন বিপদাশংকা 14-16

ঔষধৰ ব্যৱহাৰ আৰু চিকিৎসীয় ব্যৱহাৰৰ বাবে পোৱা অব্যাহতি 17-18

ডোপিং নিয়ন্ত্ৰণ কাৰ্যপদ্ধতি 19-21

ক্রীড়াবিদগৰাকী ক'ত আছে 22

মুখ খোলক 23-25

ডোপিং-প্ৰতিৰোধৰ

পৰিচয়



এণ্টি-ড'পিং হৈছে এনে এক কাঠামো য'ত এনে নিয়ম, অনুশীলন আৰু পদক্ষেপ অন্তৰ্ভুক্ত কৰা হয় যিয়ে খেলুৱৈসকলক নিষিদ্ধ পদাৰ্থ বা পদ্ধতিৰ ব্যৱহাৰৰ জৰিয়তে ক্ৰীড়াত অন্যায় সুবিধা লাভ কৰাত বাধা দিয়ে। মূলতঃ এণ্টি-ড'পিং কাৰ্যসূচীৰ উদ্দেশ্য হৈছে প্ৰতিযোগিতাৰ অখণ্ডতা ৰক্ষা কৰা আৰু একে সময়তে ন্যায্য খেল, খেলুৱৈৰ স্বাস্থ্য, আৰু নৈতিক আচৰণক প্ৰসাৰ কৰা।

বিশ্বজুৰি বিশ্ব এণ্টি-ড'পিং সংস্থাই (ৱাডা) এই প্ৰচেষ্টাসমূহৰ নেতৃত্ব দিয়ে বিশ্ব এণ্টি-ড'পিং সংহিতাৰ জৰিয়তে – যিটো হৈছে বিশ্বৰ ক্ৰীড়া সংস্থা আৰু ৰাষ্ট্ৰসমূহে অনুসৰণ কৰা এক ঐক্যবদ্ধ মানদণ্ড। ভাৰতত এই নিয়মসমূহ বলবৎ কৰাৰ প্ৰাথমিক কৰ্তৃপক্ষ হিচাপে ৰাষ্ট্ৰীয় এণ্টি ড'পিং এজেন্সী (NADA) য়ে কাম কৰে। যুৱ পৰিক্ৰমা আৰু ক্ৰীড়া মন্ত্ৰালয়ৰ অধীনত কাম কৰা। ভাৰত চৰকাৰৰ যুৱ পৰিক্ৰমা আৰু ক্ৰীড়া মন্ত্ৰালয়ৰ অধীনত কাম কৰা নাডাই স্বচ্ছ ক্ৰীড়াৰ সংস্কৃতি গঢ়ি তোলাৰ বাবে উৎসৰ্গিত স্বায়ত্তশাসিত সংস্থা হিচাপে কাম কৰে।

নাডাৰ মূল দায়িত্বসমূহৰ ভিতৰত আছে নমুনা সংগ্ৰহ, ফলাফল ব্যৱস্থাপনা আৰু বিচাৰ, ড'পিং বিৰোধী শিক্ষা আৰু সজাগতা, চিকিৎসামূলক ব্যৱহাৰৰ ৰেহাই, সমাজ বিজ্ঞানৰ গৱেষণা, আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় সহযোগিতা আৰু চোৰাংচোৱা তথ্য সংগ্ৰহ আৰু অনুসন্ধান কৰা। নৈতিকতা আৰু সততাৰ প্ৰতি শক্তিশালী দায়বদ্ধতাৰে নাডাই ড'পিংমুক্ত ক্ৰীড়া পৰিৱেশ সৃষ্টিৰ বাবে চেষ্টা কৰে, য'ত প্ৰতিযোগিতা প্ৰতিভা, প্ৰশিক্ষণ আৰু প্ৰকৃত মনোভাৱৰ দ্বাৰা নিৰ্ধাৰিত হয়।

নিকা ক্রীড়াৰ সৈতে

জড়িত নীতিসমূহ আৰু প্ৰমূল্যসমূহ:

ক্রীড়াৰ ভাৱনা হৈছে মানৱ ভাৱনা, দেহ আৰু মনৰ জয়গান গোৱা, আৰু ইয়াৰ বিশেষত্ব হ'ল তলত দিয়া প্ৰমূল্যসমূহ:

1. ·আচাৰনীতি, ন্যায়পূৰ্ণ ক্রীড়া আৰু সত্যনিষ্ঠা
2. স্বাস্থ্য
3. হাঁহি-ধেমালি আৰু আনন্দ
4. প্ৰদৰ্শনত উৎকৃষ্টতা
5. চৰিত্ৰ আৰু শিক্ষা
6. সামূহিক কাৰ্য
7. আত্মোৎসৰ্গা আৰু দায়বদ্ধতা
8. নিয়ম-নীতি আৰু আইনৰ প্ৰতি সন্মান
9. নিজৰ আৰু আন অংশগ্রহণকাৰীৰ প্ৰতি সন্মান
10. সাহস
11. সমুদায় আৰু একাত্মতা

এই প্ৰমূল্যসমূহ হ'ল নিকা ক্রীড়াৰ অত্যাৱশ্যকীয় আধাৰশিলা। ক্রীড়াবিদসকলে তেওঁলোকৰ ক্রীড়াৰ পৰিৱেশত তেওঁলোকে একেলগে কাম কৰা আন যিকোনো ক্রীড়াবিদৰ মাজত তথা ক্রীড়াবিদক সহায় কৰা আন যিকোনো কৰ্মচাৰীৰ মাজত এইবোৰৰ উত্তৰণ ঘটোৱা উচিত।

তিনিটা প্ৰধান ক্ৰীড়া প্ৰমূল্য আছে:

1

সন্মান:

নিজৰ তথা আনৰ বাবে মৰ্যাদা ৰক্ষা কৰিব পৰাটোৱেই হ'ল সন্মান। ইয়াৰ লক্ষ্য হ'ল নিজৰ তথা আনৰ বাবে যত্নৰ ভাব প্ৰদৰ্শন কৰি সন্মানপূৰ্বক আচৰণ, যোগাযোগ দক্ষতা তথা মনোবৃত্তিৰ আৰু ভাবাবেগ, নৈতিক উভয় সংকট তথা নিয়ম-নীতি বিষয়ক অনুপ্ৰেৰণাদায়ক চিন্তাৰ উত্তৰণ ঘটোৱা।

2

সমতা:

সমতা হ'ল সফলতাৰ লক্ষ্যত উপনীত হ'বলৈ সকলোৰে বাবে থকা সমান সুযোগ। এই প্ৰমূল্যৰ কেন্দ্ৰীয় গুৰুত্ব হ'ল সুযোগসমূহৰ উত্তৰণ ঘটোৱা য'ত সকলোৱে নিজৰ পূৰ্ণ সম্ভাৱনা কামত লগাব পাৰে আৰু সকলোৰে বাবে সমান সুবিধাৰ গুৰুত্বৰ বোধ।

3

সমাৱেশ:

সমাৱেশ হ'ল সকলোৰে অংশগ্ৰহণ। ইয়াৰ লক্ষ্য হ'ল বৈচিত্ৰ্যৰ জয়গান গাই আৰু প্ৰশংসা কৰি, সমাৱেশৰ ধাৰণাটো ভালকৈ বুজি লৈ আৰু সুগম্যতাৰ উত্তৰণমূলক সমাধানৰ দিহা কৰি সকলোৰে অংশগ্ৰহণত উদগণি যোগোৱা।

প্ৰতিটো শ্ৰেণীকোঠাত ক্ৰীড়া প্ৰমূল্য (S V i E C) টুলকিটৰ অভিকল্পনা কৰা হয় আকৰ্ষণীয় ক্ৰিয়াকলাপৰ জৰিয়তে শিশুসকলৰ (8-12 বছৰ বয়সীয়া বিদ্যাৰ্থীসকল) মনত সন্মান, সমতা আৰু সমাৱেশৰ প্ৰমূল্যসমূহ নিগাজীকৈ স্থাপন কৰাত শিক্ষক-শিক্ষয়িত্ৰীসকলক সহায় কৰিব পৰাকৈ। SViEC টুলকিট WADA ADeL প্লেটফৰ্মত লভ্য আৰু ইয়াত পঞ্জীয়ন কৰি সকলোৱে ইয়াত প্ৰৱেশাধিকাৰ লাভ কৰিব পাৰে।
https://www.wada-ama.org/en/sport-values-every-classroom

WADA ৰ এণ্টি ডোপিং ই-লাৰ্নিং প'ৰ্টেলৰ (ADeL) বাবে লিংক

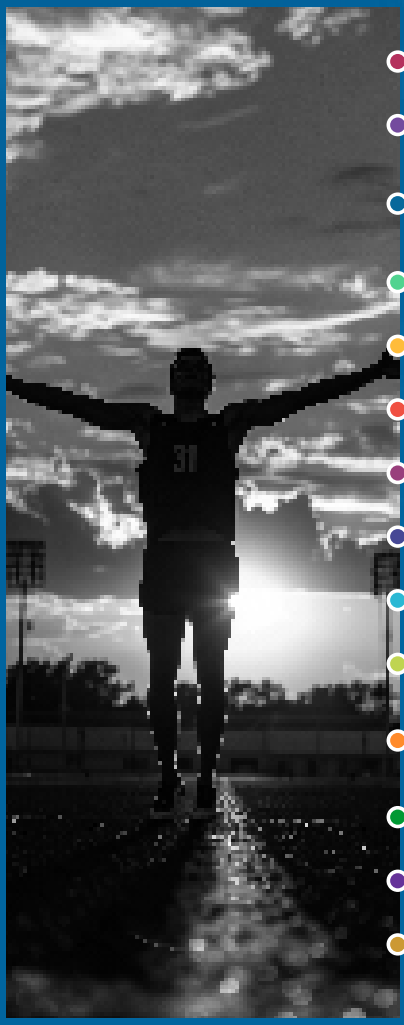
www.adel.wada-ama.org

ক্ৰীড়াবিদসকলৰ

আৰু ক্ৰীড়াবিদক সহায় কৰা কৰ্মচাৰীসকলৰ অধিকাৰসমূহ আৰু দায়িত্বসমূহ

ক্ৰীড়াবিদসকলৰ অধিকাৰসমূহ তলত দিয়া হৈছে:

সংহিতা আৰু আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় মানকৰ জৰিয়তে তলত দিয়া অধিকাৰসমূহ ক্ৰীড়াবিদসকলে নিজৰ অধিকাৰ হিচাপে লাভ কৰে:



- সুযোগৰ সমতা
- সাম্যিক আৰু ন্যায়পূৰ্ণ কাৰ্যসূচী
- চিকিৎসীয় উপচাৰ আৰু স্বাস্থ্য অধিকাৰৰ সুৰক্ষা
- ন্যায়ৰ অধিকাৰ
- জবাবদেহীৰ অধিকাৰ
- দুৰ্নীতি ফাদিলকাৰীৰ অধিকাৰ
- শিক্ষাৰ অধিকাৰ
- ডেটা সুৰক্ষাৰ অধিকাৰ
- ক্ষতিপূৰণৰ অধিকাৰ
- সুৰক্ষিত ব্যক্তিৰ অধিকাৰ
- এটা নমুনা সংগ্ৰহৰ কালছোৱাত অধিকাৰ
- B নমুনা বিশ্লেষণৰ অধিকাৰ
- আন অধিকাৰ আৰু স্বাধীনতা প্ৰভাৱান্বিত নহয়
- আবেদন আৰু স্থিতি

নমুনা সংগ্রহৰ কালছোৱাত ক্রীড়াবিদৰ অধিকাৰ

- ডোপিং নিয়ন্ত্রণ বিষয়া (DCO) গৰাকীৰ পৰিচয় চাওক
- নমুনা সংগ্রহ প্রক্রিয়াৰ বিষয়ে, যাৰ অধীনত এই কাম সম্পন্ন কৰা হ'ব সেই কর্তৃত্বৰ বিষয়ে আৰু নমুনা সংগ্রহৰ প্রকাৰৰ বিষয়ে অতিৰিক্ত তথ্য বিচাৰি অনুৰোধ কৰক
- জলযোজিত কৰক
- লগত এগৰাকী প্রতিনিধি নিব, যদি লভ্য হয়, এগৰাকী দোভাষীও নিব।
- বিধিমান্য কাৰণত ডোপিং নিয়ন্ত্রণ কেন্দ্রত ৰিপ'র্টিং কৰাত এটা বিলম্ব কৰিবলৈ অনুৰোধ কৰক
- কিবা বিকলাংগতা (যদি প্রযোজ্য হয়) ক্রীড়াবিদৰ বাবে পৰিৱর্তনৰ অনুৰোধ কৰ
- তেওঁলোকৰ অধিকাৰ আৰু দায়িত্বৰ বিষয়ে অৱগত হওক
- প্রক্রিয়াটোৰ অভিলেখৰ এটা প্রতিলিপি প্রাপ্ত কৰক
- "সুৰক্ষিত ব্যক্তিসকলৰ" বাবে আৰু অধিক সুৰক্ষা বিচাৰক, তেওঁলোকৰ বয়সৰ বাবে বা আইনী সামর্থৰ অভাৱৰ বাবে

ক্রীড়াবিদসকলৰ দায়িত্বসমূহ তলত দিয়া হৈছে:

- বিশ্ব ডোপ-ৰোধী আচাৰ সংহিতাৰ সৈতে ৰজিতা খুৱাই NADAই প্রস্তুত কৰা ৰাষ্ট্রীয় ডোপ-ৰোধী নিয়মাৱলীৰ অনুপালন কৰা।
- প্রতিযোগিতাত থাকোতেও বা প্রতিযোগিতাৰ পৰা আঁতৰি থাকোতেও, নমুনা সংগ্রহৰ বাবে উপস্থিত থকা।
- অধিসূচনাৰ পৰা আৰম্ভ কৰি নমুনা সংগ্রহ প্রক্রিয়া সম্পূর্ণ নোহোৱালৈকে সকলো সময়তে ডোপিং নিয়ন্ত্রণ বিষয়া (D C O) বা কুমাৰী ক্রীড়াবিদৰ লগত যোৱা সংৰক্ষিকাৰ পোনপটীয়া পর্যৱেক্ষণৰ ভিতৰত থাকক।
- নমুনা সংগ্রহ প্রক্রিয়াৰ সময়ত বিচাৰিলেই পৰিচয় জ্ঞাপন কৰা।
- কোনো নিষিদ্ধ সামগ্রী যাতে তেওঁলোকৰ শৰীৰত প্রৱেশ কৰা নাই বা তেওঁলোকৰ ওপৰত যাতে কোনো নিষিদ্ধ পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰা নাই তাক সুনিশ্চিত কৰা।
- বলবৎ হৈ থকা নিষিদ্ধ তালিকা অনুসাৰে কোনো উপচাৰেই যাতে নিষিদ্ধ কৰা হোৱা নাই আৰু পৰামর্শ দিয়া চিকিৎসকসকল বা প্রয়োজন হ'লে পোনে পোনে ADO ৰ ওচৰলৈ গৈ তাক পৰীক্ষা কৰাটো সুনিশ্চিত কৰা।
- যদি কোনো বৈকল্পিক উপচাৰ সম্ভৱ নহয় আৰু চিকিৎসামূলক ব্যৱহাৰৰ অব্যাহতিৰ (TUE) প্রয়োজন হয় তেন্তে NADA ওচৰত আবেদন কৰা।
- ডোপিং নিয়ন্ত্রণৰ বাবে বাছনি কৰা বুলি অধিসূচনাবদ্ধ হোৱাৰ পাছত নমুনা সংগ্রহৰ বাবে ততালিকে ৰিপ'র্ট কৰা।
- ডোপিং নিয়ন্ত্রণ প্রপত্রত (DCF) প্রৱিষ্ট কৰা তথ্যৰ নির্ভুলতা সুনিশ্চিত কৰা।

ক্ৰীড়াবিদক সহায়কৰোতা ব্যক্তিৰ অধিকাৰ আৰু দায়িত্ব

এই সংহিতাৰ অধীনত ক্ৰীড়াবিদক সহায়কৰোতা ব্যক্তিৰ আৰু আন ব্যক্তিৰ অধিকাৰৰ ভিতৰত পৰে:

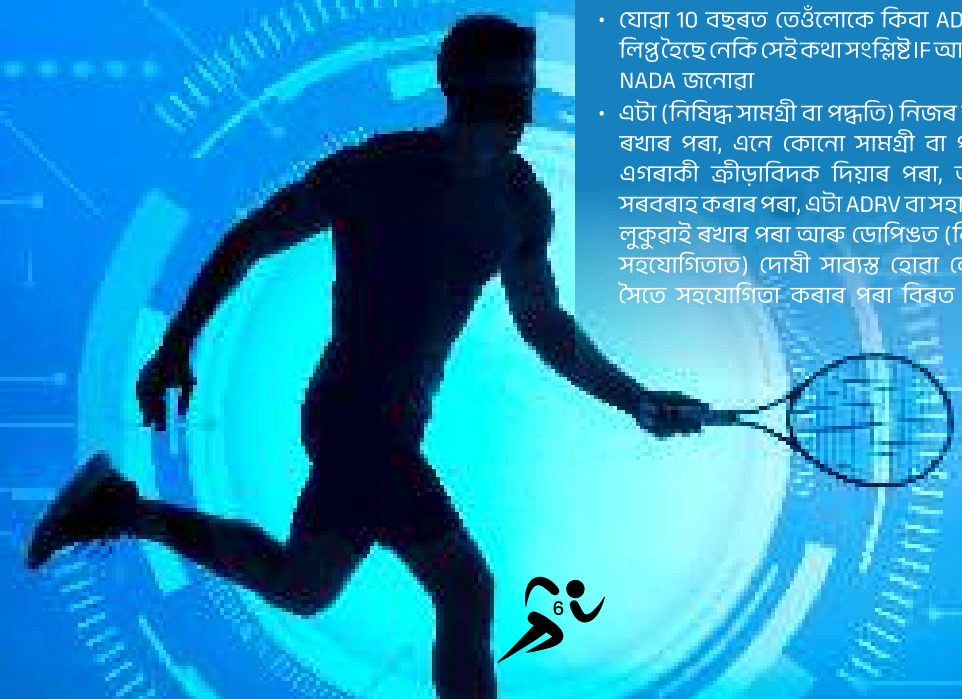
- **একটি**
- **এক স্বাধীন শুনানী মণ্ডলীৰ সম্মুখত ন্যায়পূৰ্ণ শুনানীৰ অধিকাৰ**
- **শুনানীৰ সিদ্ধান্তৰ বাবে আপীল কৰাৰ অধিকাৰ**
- **ISPPPI তথা আন যিকোনো স্থানীয় প্ৰযোজ্য আইন অনুসাৰে ডেটা সুৰক্ষাৰ অধিকাৰ**

এই সংহিতাৰ অধীনত ক্ৰীড়াবিদক সহায়কৰোতা ব্যক্তিৰ আৰু আন ব্যক্তিৰ অধিকাৰৰ ভিতৰত পৰে:

- এক স্বাধীন শুনানী মণ্ডলীৰ সম্মুখত ন্যায়পূৰ্ণ শুনানীৰ অধিকাৰ
- শুনানীৰ সিদ্ধান্তৰ বাবে আপীল কৰাৰ অধিকাৰ
- ISPPPI তথা আন যিকোনো স্থানীয় প্ৰযোজ্য আইন অনুসাৰে ডেটা সুৰক্ষাৰ অধিকাৰ

এই সংহিতাৰ অধীনত ক্ৰীড়াবিদক সহায়কৰোতা ব্যক্তিৰ আৰু আন ব্যক্তিৰ অধিকাৰৰ ভিতৰত পৰে:

- ক্ৰীড়াবিদসকলৰ মাজত নিকা ক্ৰীড়া আচৰণ গঢ়ি তুলিবলৈ ক্ৰীড়াবিদসকলৰ প্ৰমূল্য তথা আচৰণত তেওঁলোকৰ প্ৰভাৱ ব্যৱহাৰ কৰা
- সকলো ডোপ-ৰোধী নীতি তথা নিয়মাৱলীৰ কথা জানি লোৱা আৰু সেইবোৰৰ অনুপালন কৰা
- ক্ৰীড়াবিদৰ ডোপিং নিয়ন্ত্ৰণ কাৰ্যসূচীৰ সৈতে সহযোগিতা কৰা
- ADRV সমূহৰ অনুসন্ধান চলাই থকা NADA সৈতে সহযোগিতা কৰা
- যোৱা 10 বছৰত তেওঁলোকে কিবা ADRV ত লিপ্ত হৈছে নেকি সেই কথা সংশ্লিষ্ট IF আৰু/বা NADA জনোৱা
- এটা (নিষিদ্ধ সামগ্ৰী বা পদ্ধতি) নিজৰ হাতত ৰখাৰ পৰা, এনে কোনো সামগ্ৰী বা পদ্ধতি এগৰাকী ক্ৰীড়াবিদক দিয়াৰ পৰা, অবৈধ সৰবৰাহ কৰাৰ পৰা, এটা ADRV বা সহাপৰাধ লুকুৱাই ৰখাৰ পৰা আৰু ডোপিঙত (নিষিদ্ধ সহযোগিতাত) দোষী সাব্যস্ত হোৱা লোকৰ সৈতে সহযোগিতা কৰাৰ পৰা বিৰত থকা।



কঠোৰ উত্তৰদায়িত্বৰ নীতি

এটা প্ৰতিযোগিতাত নিজৰ প্ৰদৰ্শনৰ বাবে ক্ৰীড়াবিদসকল নিজেই উত্তৰদায়ী হয়। একেদৰে তেওঁলোকৰ দেহত পোৱা যিকোনো সামগ্ৰীৰ বাবে ক্ৰীড়াবিদসকলেই উত্তৰদায়ী হয়। তেওঁলোকে ব্যৱহাৰ কৰা বা ব্যৱহাৰ কৰিবলৈ চেষ্টা কৰা, বা তেওঁলোকৰ দেহত পোৱা যিকোনো নিষিদ্ধ সামগ্ৰীৰ বাবে ক্ৰীড়াবিদসকলেই উত্তৰদায়ী হয়, সামগ্ৰীবিধ তলৈ যেনেকৈয়ে নাযাওক কিয় বা প্ৰতাৰণা কৰিবলৈ তেওঁলোকৰ এটা অভিপ্ৰায় থাককেই বা নাথাকক কিয়। গতিকে ক্ৰীড়াবিদসকলে জনা উচিত ক্ৰীড়াত কোনবোৰ সামগ্ৰী বা পদ্ধতি নিষিদ্ধ কৰা হৈছে আৰু কেনেকৈ তেওঁলোকে নিজকে সেইবোৰৰ পৰা সুৰক্ষিত কৰিব পাৰে।



ডোপিঙৰ

পৰিণতি

ADRV ত লিপ্ত যিকোনো লোকেই জানে যে তেওঁলোকক ক্ৰীড়াত ভাগ লোৱাৰ পৰা নিষিদ্ধ কৰা হ'ব পাৰে।

1. অস্থায়ী নিলম্বন: ব্যৱস্থাপনাই গ্ৰহণ কৰা প্ৰক্ৰিয়াৰ ফলাফল অহালৈ কৰা অপেক্ষাৰ অন্ত নপৰালৈকে বা চূড়ান্ত সিদ্ধান্ত নহালৈকে ক্ৰীড়াবিদ বা আন লোকজনক যিকোনো প্ৰতিযোগিতা বা কাৰ্যকলাপত ভাগ লোৱাৰ পৰা বাৰণ কৰা হ'ব পাৰে।

2. অযোগ্যতা: এটা ADRV ৰ বাবে ক্ৰীড়াবিদ বা আন লোকজনক প্ৰতিযোগিতাত ভাগ ল'বলৈ অনুমতি দিয়া নহ'ব পাৰে বা প্ৰশিক্ষণ, কোচিং, বা পুঁজিযোগান প্ৰক্ৰিয়াত প্ৰৱেশাধিকাৰৰ দৰে আন যিকোনো কাৰ্যকলাপৰ পৰা বাৰণ কৰা হ'ব পাৰে। ADRV ৰ পৰিস্থিতিৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি অযোগ্যতাৰ এইছোৱা কাল 4 বছৰ পৰ্যন্ত হ'ব পাৰে বা আনকি গোটেই জীৱনজুৰি হ'ব পাৰে।

3. ফলাফল ৰদ কৰা: এছোৱা নিৰ্দ্দিষ্ট কালৰ ভিতৰত, এটা প্ৰতিযোগিতা বা অনুষ্ঠানত ক্ৰীড়াবিদগৰাকীয়ে দেখুওৱা ফলাফল ৰদ কৰা হ'ব পাৰে, যাৰ পৰিণতিত তেওঁ পোৱা যিকোনো পদক, পইণ্ট আৰু পু�ৰস্কাৰ বাজেয়াপ্ত কৰা হ'ব পাৰে।

4. ৰাজহুৱা সদৰিকৰণ: ডোপ-ৰোধী সংস্থাই (ADO) সাধাৰণ ৰাইজক ADRV ৰ কথা জানিবলৈ দিয়ে।

5. জৰিমনা

6. শাৰীৰিক স্বাস্থ্যৰ ওপৰত পৰা পৰিণতি: এটা নিৰ্দ্দিষ্ট অৱস্থা বা অসুস্থতাৰ উপচাৰৰ বাবে ঔষধ আৰু চিকিৎসীয় হস্তক্ষেপৰ বিকাশ ঘটোৱা হৈছে। সামগ্ৰীবিধ, পালি আৰু গ্ৰহণৰ আবৃত্তিৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি, ডোপিং উৎপাদসমূহৰ স্বাস্থ্যৰ ওপৰত বিশেষভাৱে নেতিবাচক পাৰ্শ্ব-ক্ৰিয়া থাকিব পাৰে।

7. মনোবৈজ্ঞানিক স্বাস্থ্যৰ ওপৰত পৰা পৰিণতি: কিছুমান ডোপিং সামগ্ৰীয়ে ক্ৰীড়াবিদৰ মানসিক স্বাস্থ্যৰ ওপৰত এটা প্ৰভাৱ পেলাব পাৰে। উৎকণ্ঠা, অত্যধিক-অমোঘ ব্যাধি বা মনোবিক্ষিপ্তি হ'ল ডোপিঙৰ প্ৰত্যক্ষ পৰিণতি।

৪. সামাজিক পৰিণতি:

a) খ্যাতি আৰু ভাবমূৰ্তি বিনষ্ট হোৱা, যিটো স্থায়ী হ'ব পাৰে সংবাদ মাধ্যমে দিয়া গুৰুত্বৰ বাবে, আৰু ভৱিষ্যতৰ নিকা প্ৰদৰ্শনো মানুহে সন্দেহৰ চকুৰে চাব পাৰে।

b) কেৰিয়াৰ সম্পৰ্কীয় ভৱিষ্যত সম্ভাৱনা বিনষ্ট হোৱা।

c) সহকৰ্মী তথা ক্ৰীড়াৰ পৰা নিসঙ্গতা।

d) বন্ধুবৰ্গ আৰু পৰিয়ালৰ সৈতে থকা সম্পৰ্ক বিনষ্ট হোৱা।

e) আবেগিক আৰু মনোবৈজ্ঞানিক কল্যাণ প্ৰভাৱান্বিত হোৱা।

f) স্থিতি, খ্যাতি, সন্মান আৰু

৯. বিত্তীয় পৰিণতি

a) সেই জৰিমনা যিটো অংক এটা ডোপ-ৰোধী সংস্থাই (ADO) এটা ADRV ৰ সৈতে সংবদ্ধ খৰচকে ধৰি ইয়াৰ ডোপ-ৰোধী নিয়মাৱলীত অন্তৰ্ভুক্ত কৰিব পাৰে।

b) আয়/বিত্তীয় সমৰ্থনৰ ক্ষতি, যেনে চৰকাৰী পুঁজি, আন ৰূপৰ বিত্তীয় সমৰ্থন বন্ধ হোৱা আৰু প্ৰতিযোগিতাত অংশগ্ৰহণ নকৰাৰ বাবে হোৱা ক্ষতি।

c) পৃষ্ঠপোষকে প্ৰত্যাহাৰ কৰাৰ ফলত হোৱা বিত্তীয় সমৰ্থনৰ ক্ষতি

d) পৃষ্ঠপোষকক প্ৰতিপূৰ্তি কৰাৰ প্ৰয়োজনীয়তা, যদি সেই ব্যৱস্থা চুক্তিত সন্নিৱিষ্ট থাকে।

e) পুৰস্কাৰ হিচাপে পোৱা ধনৰ প্ৰতিপূৰ্তি।

f) ভৱিষ্যতৰ কেৰিয়াৰ সম্ভাৱনাত বিনষ্ট হোৱা খ্যাতিৰ প্ৰভাৱ।

১০. আইনী পৰিণতি:

a) কিছুমান দেশে বিশ্ব ডোপ-ৰোধী আচাৰ সংহিতাৰ ঊৰ্ধ্বলৈ উঠি নিষিদ্ধ সামগ্ৰী ব্যৱহাৰ কৰাটো এটা ফৌজদাৰী অপৰাধ কৰিছে (উদাহৰণস্বৰূপে অষ্ট্ৰিয়া, ইটালী, ফ্ৰান্স)।

b) কিছুমান দেশত, নিষিদ্ধ সামগ্ৰীৰ তালিকাত থকা এটা সামগ্ৰী বা কেইটামান সামগ্ৰী অবৈধভাৱে সৰবৰাহ কৰা, নিজৰ লগত ৰখা বা নিজে লোৱাৰ সৈতে সম্পৰ্কিত ADRVs ক এটা ফৌজদাৰী অপৰাধ বুলি গণ্য কৰা হয়।

ডোপ-ৰোধী
নিয়মৰ উল্লংঘন

ডোপিং কৰল এটা ইতিবাচক পৰীক্ষাই নহয়। ইয়াক তলত দিয়া ৰাষ্ট্ৰীয় ডোপ-ৰোধী নিয়মৰ উল্লংঘনবোৰৰ (ADRVs) এক বা একাধিক ADRVৰ সংঘটন হিচাপে সংজ্ঞাবদ্ধ কৰা হয়। ডোপ-ৰোধী নিয়মাৱলী, 2021 অনুসাৰে 11 প্ৰকাৰৰ ADRV আছে।

NADR-অনুচ্ছেদ সংখ্যা	উল্লংঘনৰ প্ৰকাৰ	এইসকলৰ ক্ষেত্ৰত প্ৰযোজ্য
2.1	এগৰাকী ক্ৰীড়াবিদৰ নমুনাত এটা নিষিদ্ধ সামগ্ৰীৰ উপস্থিতি	কেৱল ক্ৰীড়াবিদসকল
2.2	এগৰাকী ক্ৰীড়াবিদে কৰা এটা নিষিদ্ধ সামগ্ৰীৰ ব্যৱহাৰ বা ব্যৱহাৰৰ বাবে কৰা এটা চেষ্টা।	কেৱল ক্ৰীড়াবিদসকল
2.3	নমুনা সংগ্ৰহ দাখিল কৰাটো এৰাই চলা, অস্বীকাৰ কৰা, বা ব্যৰ্থ হোৱা	কেৱল ক্ৰীড়াবিদসকল
2.4	যেতিয়া এগৰাকী ক্ৰীড়াবিদে এটা পঞ্জীবদ্ধ পৰীক্ষা পুলত তিনিটা মিছ কৰা পৰীক্ষাৰ যিকোনো এটা সংযোজন আৰু/বা 12 মাহৰ এটা অৱধিৰ ভিতৰত দাখিল কৰাৰ এটা ব্যৰ্থতাৰ সংঘটন হয় তেতিয়া ক'ত আছে সদৰি কৰাৰ ব্যৰ্থতা বিবেচনা কৰা হয়।	কেৱল ক্ৰীড়াবিদসকল
2.5	ডোপিং নিয়ন্ত্ৰণৰ যিকোনো অংশৰ হেৰফেৰ ঘটোৱা বা হেৰফেৰ ঘটাবলৈ চেষ্টা কৰা।	ক্ৰীড়াবিদসকল, ক্ৰীড়াবিদক সহায়-সমৰ্থন কৰা ব্যক্তি আৰু আন ব্যক্তিসকল
2.6	এটা নিষিদ্ধ সামগ্ৰী বা নিষিদ্ধ প্ৰক্ৰিয়া নিজৰ লগত ৰখা।	ক্ৰীড়াবিদসকল আৰু ক্ৰীড়াবিদক সহায়-সমৰ্থন কৰা ব্যক্তি
2.7	যিকোনো নিষিদ্ধ সামগ্ৰী বা নিষিদ্ধ প্ৰক্ৰিয়া অবৈধ সৰবৰাহ কৰা বা কৰিবলৈ চেষ্টা কৰা।	ক্ৰীড়াবিদসকল, ক্ৰীড়াবিদক সহায়-সমৰ্থন কৰা ব্যক্তি আৰু আন ব্যক্তিসকল



2.8	যিকোনো নিষিদ্ধ সামগ্রী বা নিষিদ্ধ প্রক্রিয়া কোনো ক্রীড়াবিদৰ শৰীৰত দিয়া বা দিবলৈ চেষ্টা কৰা	ক্রীড়াবিদসকল আৰু ক্রীড়াবিদক সহায়-সমর্থন কৰা ব্যক্তি
2.9	এটা ADRV বা চেষ্টা কৰা কোনো ADRV ৰ সময়ত সহায় কৰা, অনুপ্রেৰণা দিয়া, সাহায্য কৰা, প্ৰৰোচিত কৰা, ষড়যন্ত্ৰ কৰা, লুকুৱাই ৰখা বা জানি-শুনি কৰা গোপন সহযোগিতা বা এনে সহযোগিতাৰ বাবে চেষ্টা কৰা	ক্রীড়াবিদসকল, ক্রীড়াবিদক সহায়-সমর্থন কৰা ব্যক্তি আৰু আন ব্যক্তিসকল
2.10	এটা ডোপিং উল্লংঘনৰ সমতুল্য এটা ফৌজদাৰী বা অনুশাসনমূলক অপৰাধত দোষী সাব্যস্ত হোৱা বা এনে অপৰাধৰ বাবে নিষেধাজ্ঞাৰ অধীনস্থ হৈ থকা এগৰাকী প্ৰশিক্ষক, চিকিৎসক, ফিজিঅ' বা ট্ৰেইনাৰৰ দৰে কোনো পেছাদাৰী বা ক্রীড়াৰ সৈতে সম্পৰ্কিত কামত থকা লোকৰ সৈতে সহযোগিতা কৰা।	ক্রীড়াবিদসকল, ক্রীড়াবিদক সহায়-সমর্থন কৰা ব্যক্তি আৰু আন ব্যক্তিসকল
2.11	এনেকুৱা কাম যি ডোপিং বিষয়ক তথ্য আনক জনাব খোজা (দুৰ্নীতি ফাদিলকাৰী) কাৰোবাক তেনে কৰাৰ পৰা বিৰত থাকিবলৈ ভাবুকি দিয়ে বা তেনে কামৰ বাবে নিৰুৎসাহিত হোৱাকৈ ভয় দেখুৱায়, বা তেনে কৰাৰ বাবে প্ৰতিশোধ লয়।	ক্রীড়াবিদসকল, ক্রীড়াবিদক সহায়-সমর্থন কৰা ব্যক্তি আৰু আন ব্যক্তিসকল



ক্ৰীড়াত নিষিদ্ধ কৰা সামগ্ৰী আৰু পদ্ধতিবোৰ বুজি লোৱা

নিষিদ্ধ কৰা সামগ্ৰী আৰু পদ্ধতিবোৰ সন্নিৱিষ্ট আছে নিষিদ্ধ তালিকাত (তালিকা)। বিশ্ব ডোপ-ৰোধী অভিকৰণে (WADA) প্ৰতি বছৰে এই নিষিদ্ধ তালিকা প্ৰকাশ কৰে, যিখন তালিকাই ক্ৰীড়াত নিষিদ্ধ কৰা হোৱা সামগ্ৰী আৰু পদ্ধতিবোৰ চিনাক্ত কৰে। প্ৰতি বছৰে অক্টোবৰ মাহত WADA-ই পৰৱৰ্তী বছৰৰ বাবে অদ্যতন কৰা নিষিদ্ধ তালিকা প্ৰকাশ কৰে। আসন্ন বছৰৰ পহিলা জানুৱাৰীৰ পৰা এই তালিকা কাৰ্যকৰী হয়।

এই তালিকাখন সকলো সময়তে প্ৰযোজ্য হৈ থাকে।
এই তালিকাত থাকে সেইবোৰ সামগ্ৰী আৰু পদ্ধতি যিবোৰ:

- সকলোসময়তে (প্ৰতিযোগিতাত আৰু প্ৰতিযোগিতাৰ বাহিৰত) নিষিদ্ধ কৰা হৈছে
- কেৱল প্ৰতিযোগিতাত নিষিদ্ধ কৰা হৈছে
- নিৰ্দ্দিষ্ট কিছুমান খেলত (তীৰচালনা, গ'ল্ফ আৰু শ্বুটিঙ) নিষিদ্ধ কৰা হৈছে
- চৰ্তসাপেক্ষ – ক্ৰীড়াবিদসকলক এটা নিৰ্দ্দিষ্ট পালি বা এটা নিৰ্দ্দিষ্ট পালি পৰিসৰৰ ভিতৰত ল'বলৈ অনুমতি দিয়া হয় কিন্তু সেই পালি বা পৰিসৰৰ বাহিৰত ইয়াক নিষিদ্ধ কৰা হৈছে (উদাহৰণস্বৰূপে, হাঁপানী ৰোগৰ ইনহেলাৰত পোৱা কিছুমান উপকৰণ)। আন চৰ্তসাপেক্ষ সামগ্ৰীবোৰ হ'ল সেইবোৰ, যিবোৰ কেৱল লোৱাৰ ধৰণ সাপেক্ষেহে নিষিদ্ধ কৰা হৈছে। উদাহৰণস্বৰূপে, এটা ক্ৰীম হিচাপে লোৱা হয়, গিলি দিয়া হয়, বা শুঙি লোৱা হয়।

আনুষ্ঠানিক তালিকাখন প্ৰকাশ কৰা হৈছে WADA ৰ ৱেবছাইটত: www.wada-ama.org আৰু NADA ৱেবছাইটত: https://nadaindia.yas.gov.in/

ইয়াত দিয়া হৈছে আপুনি মনত ৰাখিবলগীয়া কেইটামান গুৰুত্বপূর্ণ কথা:

এগৰাকী ক্রীড়াবিদে লোৱা ঔষধত কোনো নিষিদ্ধ সামগ্রী থাকিব পাৰে। যিকোনো ঔষধ ল'বলৈ আৰম্ভ কৰাৰ আগতে সদায়ে চিকিৎসীয় পৰামর্শ ল'ব, আৰু পৰীক্ষা কৰিব আপুনি লোৱা ঔষধত WADA ই নিষিদ্ধ কৰা সামগ্রী আছে নেকি।

• ভাৰতত হোৱা প্রতিযোগিতাত ভাগ লোৱা ক্রীড়াবিদসকলৰ বাবে ঔষধবোৰৰ স্থিতি পৰীক্ষা কৰিবলৈ NADA ন' য়ৰ মেডিচিন (KYM) এপটো সহায়ক হ'ব পাৰে: NADA-এর Know Your Medicine (KYM) অ্যাপটি ওষুধের অবস্থা পরীক্ষা করার জন্য একটি সহায়ক হাতিয়ার: https://kym.nadaindian.yas.gov.in এয়াক গুগল প্লেষ্টৰতো পোৱা যায়।

• ভাৰতৰ বাহিৰত হোৱা আগশাৰীৰ প্রতিযোগিতাসমূহত ভাগ লোৱা ক্রীড়াবিদসকলে WADA-অনুমোদিত আন্তঃৰাষ্ট্রীয় টুলবোৰ ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰে যেনে:

গ্ল'বেল DRO (ড্রাগ ৰেফাৰেন্স অনলাইন): www.globaldro.com

ব্রিটেন, কানাডা, আমেৰিকা যুক্তৰাষ্ট্র, চুইজাৰলেণ্ডকে ধৰি ভালেকেইখন দেশে ইয়াক ব্যৱহাৰ কৰে।

• স্থানীয় চিকিৎসা পথ-প্রদর্শনৰ বাবে আয়োজক দেশ বা প্রতিযোগিতা আয়োজকৰ ডোপ-ৰোধী অধিকৰণৰ পৰামর্শ লওক।

• যদি প্রয়োজন হয় সংশ্লিষ্ট কর্তৃপক্ষৰ পৰা সদায়ে এটা চিকিৎসীয় ব্যৱহাৰ অব্যাহতি (TUE) আগতীয়াকৈ অনুমোদন কৰোৱাই লওক।

• সামগ্রীটো কেতিয়া লোৱা হৈছে সেইটো ডাঙৰ কথা নহয়। যদি কেৱল প্রতিযোগিতাতহে নিষিদ্ধ কৰা এটা সামগ্রী প্রতিযোগিতাৰ বাহিৰত লোৱা হৈছে, তেতিয়াও তাৰ পৰিণতিত এটা ইতিবাচক পৰীক্ষাৰ ফলাফল আহিব পাৰে যদিহে ক্রীড়াবিদগৰাকীৰ শৰীৰত তেতিয়াও সেই সামগ্রী থাকে আৰু প্রতিযোগিতা চলি থকাৰ সময়ত এটা পৰীক্ষাৰ বাবে তেওঁক বাছনি কৰা হৈছে।

• ঘৰুৱা দেশৰ পৰা আয়োজক দেশলৈ লগত অনা যিকোনো ঔষধৰ বাবে সংশ্লিষ্ট সীমাশুল্ক প্রশাসনৰ পৰামর্শৰ পুনৰীক্ষণ কৰক। সাধাৰণতে ক্রীড়া মহোৎৱৰ আয়োজক সমিতিয়ে সীমাশুল্ক তথা মালবস্তু পথ-নির্দেশনাত ইয়াক প্রদান কৰে। আপুনি যদি নিশ্চিত হ'ব পৰা নাই, তেন্তে ভাৰতীয় অলিম্পিক সংস্থাক (IOA) সোধক।

• পাহৰি নাযাব, আপুনি লৈ থকা যিকোনো ঔষধৰ কথা আপোনাৰ দলৰ চিকিৎসকৰ আগত সদৰি কৰা উচিত যাতে তেখেতে আপোনাক পৰামর্শ দিব পাৰে।

পৰিপূৰক সামগ্ৰী ব্যৱহাৰৰ সৈতে সংলগ্ন বিপদাশংকা

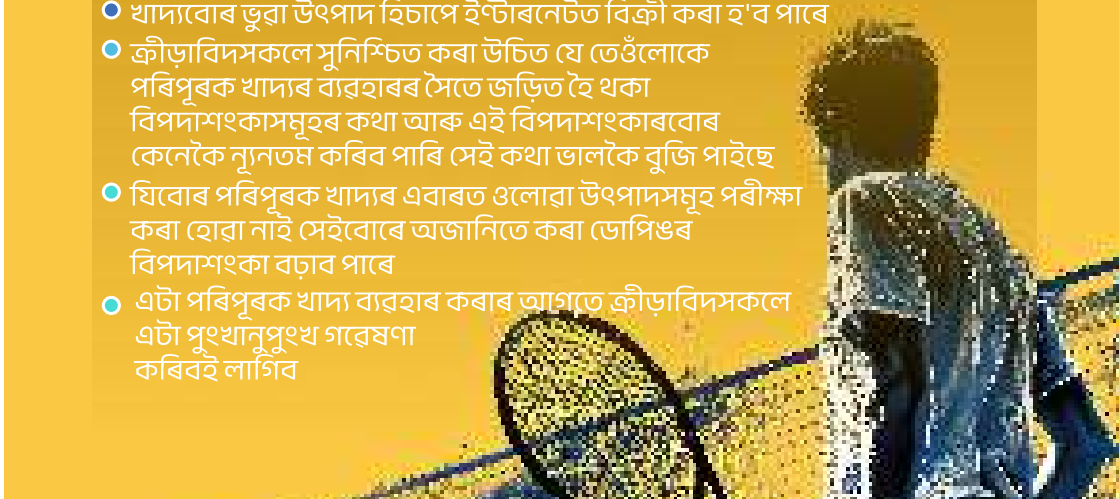
পুষ্টিগত পৰিপূৰকবোৰৰ অভিপ্ৰায় হ'ল খাদ্যৰ পৰিপূৰক প্ৰদান কৰা, যিবোৰত থাকে এক বা একাধিক খাদ্যগত উপাদান যেনে, ভিটামিন, খনিজ পদাৰ্থ, এমিনো এচিড, বনৌষধি, বা আনকি উদ্ভিদজাত সামগ্ৰী। সেইবোৰ আহে বিভিন্ন ৰূপত যেনে কেপছুল, টেবলেট, পাউডাৰ, বা ছফ্ট্ জেল, আৰু ইহঁতৰ কাম হ'ল অতিৰিক্ত অতিৰিক্ত পুষ্টিতত্ত্ব প্ৰদান কৰা।

পৰিপূৰক ব্যৱহাৰৰ সৈতে বিপদাশংকা জড়িত হৈ থাকে।

খাদ্যগত পৰিপূৰকবোৰত বিপদাশংকা থাকে কাৰণ সিহঁতৰ থাকিব পাৰে এনে নিষিদ্ধ সামগ্ৰী যি হৈ উঠিব পাৰে ক্ৰীড়াবিদসকলে অজানিতে কৰা কোনো ADRV ৰ কাৰণ আৰু এনেকৈ তেওঁলোকক নিজৰ নিজৰ খেলত ভাগ লোৱাৰ পৰা নিষিদ্ধ কৰা হ'ব পাৰে।

পৰিপূৰক:

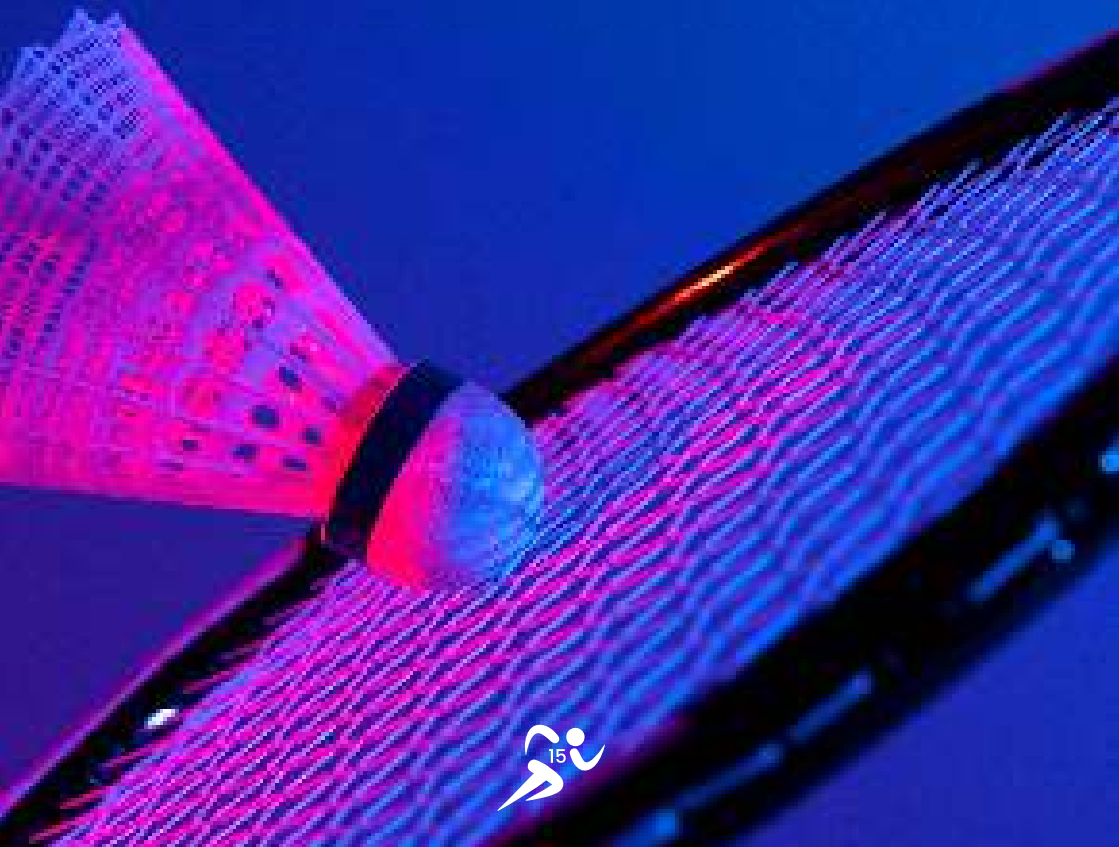
- খাদ্যবোৰত এটা নিষিদ্ধ সামগ্ৰী থাকিব পাৰে
- খাদ্যবোৰ উৎপাদন প্ৰক্ৰিয়াৰ সময়ত এটা নিষিদ্ধ সামগ্ৰীৰ দ্বাৰা সংদূষিত হ'ব পাৰে
- খাদ্যবোৰত এনে উপকৰণ থাকিব পাৰে যিবোৰৰ নাম তালিকাত থকা নামতকৈ বেলেগকৈ দিয়া হৈছে
- খাদ্যবোৰে ভুৱা দাবী কৰিব পাৰে যেনে "WADA ৰ দ্বাৰা অনুমোদিত" বা "ক্ৰীড়াবিদসকলৰ বাবে সুৰক্ষিত"
- খাদ্যবোৰে কিছুমান উপকৰণৰ নাম লেবেলত নিদিব পাৰে
- খাদ্যবোৰ ভুৱা উৎপাদ হিচাপে ইণ্টাৰনেটত বিক্ৰী কৰা হ'ব পাৰে
- ক্ৰীড়াবিদসকলে সুনিশ্চিত কৰা উচিত যে তেওঁলোকে পৰিপূৰক খাদ্যৰ ব্যৱহাৰৰ সৈতে জড়িত হৈ থকা বিপদাশংকাসমূহৰ কথা আৰু এই বিপদাশংকাৰবোৰ কেনেকৈ ন্যূনতম কৰিব পাৰি সেই কথা ভালকৈ বুজি পাইছে
- যিবোৰ পৰিপূৰক খাদ্যৰ এবাৰত ওলোৱা উৎপাদসমূহ পৰীক্ষা কৰা হোৱা নাই সেইবোৰে অজানিতে কৰা ডোপিঙৰ বিপদাশংকা বঢ়াব পাৰে
- এটা পৰিপূৰক খাদ্য ব্যৱহাৰ কৰাৰ আগতে ক্ৰীড়াবিদসকলে এটা পুংখানুপুংখ গৱেষণা কৰিবই লাগিব



ক্ৰীড়াবিদসকলৰ বাবে দিয়া পৰামৰ্শ

এই বিপদাশংকাবোৰ প্ৰশমিত কৰিবলৈ, ক্ৰীড়াবিদসকলে ভালেমান সতৰ্কতা অৱলম্বন কৰিব পাৰে:

- পেছাদাৰী লোকসকলৰ সৈতে আলোচনা কৰক: যিকোনো পৰিপূৰক খাদ্য লোৱাৰ প্ৰক্ৰিয়া আৰম্ভ কৰাৰ আগতে সদায়ে এগৰাকী চিকিৎসক, পুষ্টিতত্ত্ববিদ, বা স্বাস্থ্যসেৱা বৃত্তিধাৰীৰ সৈতে আলোচনা কৰক।
- লেবেলখন সাৱধানে চাওক: তালিকাবদ্ধ কৰা আটাইবোৰ উপকৰণ পুংখানুপুংখভাৱে পঢ়ক আৰু সেইবোৰ WADA ই প্ৰদান কৰা সাম্প্ৰতিক নিষিদ্ধ সামগ্ৰীৰ তালিকাৰ সৈতে মিলাই চাওক।
- তৃতীয় পক্ষৰ প্ৰমাণীকৰণ: লেবেলত নিৰ্ভৰযোগ্য তৃতীয় পক্ষৰ প্ৰমাণীকৰণ আছেনে নাই পৰীক্ষা কৰক।
- পালি সম্পৰ্কীয় পথ-নিৰ্দেশনা: পৰামৰ্শ দিয়া পালিবোৰ মানি চলক আৰু অত্যধিক অন্তৰ্গ্ৰহণ এৰাই চলক।
- ব্যৱহাৰ বন্ধ কৰাটো বিবেচনা কৰক: যদি সম্ভৱ হয়, পৰিপূৰক খাদ্য লোৱাটো বন্ধ কৰাৰ কথা বিবেচনা কৰক।
- অনলাইন ক্ৰয় এৰাই চলক: ভুৱা উৎপাদ হাতত পৰাৰ বিপদাশংকা কম কৰিবলৈ পৰিপূৰক খাদ্যৰ অনলাইন ক্ৰয় পৰিহাৰ কৰি চলক।
- সন্দেহজনক উপকৰণ আছে নেকি চাওক: কিছুমান সামগ্ৰী থকা পৰিপূৰক খাদ্যৰ প্ৰতি সাৱধান হৈ চলক, যেনে সংখ্যা আৰু গ্ৰীক আখৰ একেলগে থকা সংযোজন বা নিৰ্দ্দিষ্ট ছাফিক্স থকা পৰিপূৰক খাদ্য।



যদি আপুনি এটা পৰিপূৰক খাদ্য ব্যৱহাৰ কৰে

1. সৰু এটা পৰিমাণ লগত ৰাখক – আপোনাৰ পৰীক্ষাৰ যদি ইতিবাচক ফলাফল ওলায়, অন্ততঃ আপোনাৰ হাতত থাকিব বাকী থকা নমুনাৰ এটা বৈজ্ঞানিক পৰীক্ষা কৰি সেইটো সংদূষিত নেকি তাক চোৱাৰ এটা বিকল্প

2. বেটচ্-টেষ্ট চার্টিফিকেট লগত ৰাখক – যদি আপুনি এটা পৰিপূৰক খাদ্য সঁচাকৈ লব লাগে, তেন্তে এটা বেটচ্-টেষ্ট কৰা উৎপাদ বাছনি কৰি আপোনাৰ বিপদাশংকা কম কৰক।

3. ক্রয়ৰ প্রমাণ লগত ৰাখক, এখন ৰছিদৰ দৰে
প্রাকৃতিকভাৱে পোৱা পুষ্টিকৰ খাদ্যৰ কোনো বিকল্প নাই। সঠিক খাদ্য সঠিক সময়ত সঠিক পৰিমাণে লোৱাটোৱেই হল শ্রেষ্ঠ নীতি।

প্রাকৃতিকভাৱে পোৱা পুষ্টিকৰ খাদ্যৰ কোনো বিকল্প নাই। সঠিক খাদ্য সঠিক সময়ত সঠিক পৰিমাণে লোৱাটোৱেই হল শ্রেষ্ঠ নীতি।



ঔষধৰ ব্যৱহাৰ আৰু চিকিৎসীয় ব্যৱহাৰৰ বাবে পোৱা অব্যাহতি

এগৰাকী ক্ৰীড়াবিদৰ স্বাস্থ্যৰ প্ৰশ্নটো হ'ল গুৰুত্বপূৰ্ণ। এগৰাকী ক্ৰীড়াবিদ, যি বৈধ চিকিৎসীয় কাৰণত, এনে এটা ঔষধ ব্যৱহাৰ কৰিবলগীয়া হয় যাৰ থাকে এটা নিষিদ্ধ সামগ্ৰী বা এটা নিষিদ্ধ পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰিবলগীয়া হয়, তেওঁ এনে কৰিব পৰা হ'ব লাগে। এটা অসুস্থতা বা অৱস্থাত ভোগা এগৰাকী ক্ৰীড়াবিদক এনেকুৱা এটা ঔষধ লগা হ'ব পাৰে যাৰ থাকে নিষিদ্ধ তালিকাত থকা কিবা উপকৰণ, তেতিয়া তেওঁ এটা চিকিৎসীয় ব্যৱহাৰৰ বাবে পোৱা অব্যাহতি (TUE) প্ৰাপ্ত কৰিব লাগে।

এটা TUE-এ সুনিশ্চিত কৰে যে ক্ৰীড়াবিদসকলক তেওঁলোকৰ অসুস্থতাৰ বাবে আনকি তেতিয়াও উপচাৰ কৰিব পৰা যায় যেতিয়া সেই উপচাৰ পদ্ধতিত এটা নিষিদ্ধ সামগ্ৰী বা পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰিবলগীয়া হয়, আৰু তাকো কোনো নিষেধাজ্ঞাৰ সম্মুখীন হোৱাৰ বিপদাশংকা নথকাকৈ। এটা TUE ত অনুমোদন দিয়া হয় এইবোৰৰ বাবে:

- এটা নিদান কৰা হোৱা চিকিৎসীয় অৱস্থা
- এটা স্থিৰ কৰি থোৱা অৱধি
- এটা স্থিৰ কৰি থোৱা পালি আৰু ব্যৱহাৰৰ আবৃত্তি
- এটা স্থিৰ কৰি থোৱা পথেদি ঔষধ প্ৰদানৰ ব্যৱস্থা



আপুনি সেই ঔষধৰ স্থিতি তালিকাত বা NADA সৈতে পৰীক্ষা কৰিবই লাগিব। যদিহে সেই সামগ্ৰী নিষিদ্ধ কৰা থাকে, তেতিয়া এক TUE ৰ বাবে আবেদন কৰিবলৈ আপুনি এই প্ৰক্ৰিয়াটো অনুসৰণ কৰিব লাগিব।

TUE প্ৰক্ৰিয়া



চিকিৎসক

ক্ৰীড়াবিদগৰাকী যায় তেওঁৰ
চিকিৎসকৰ ওচৰলৈ আৰু তেওঁৰ
এনেকুৱা এটা চিকিৎসীয় অৱস্থা হোৱা বুলি
নিদান কৰা হয় যাৰ বাবে ক্ৰীড়াবিদগৰাকীয়ে
এটা নিষিদ্ধ সামগ্ৰী বা পদ্ধতি ব্যৱহাৰ কৰিবলগীয়া হয়

ক্ৰীড়াবিদ

TUEC ৰ সিদ্ধান্তৰ কথা
ক্ৰীড়াবিদগৰাকীক জনাওক
আৰু ADAMS ত
অভিলেখবদ্ধ কৰক

এটা TUE ৰ বাবে আবেদন কৰক

ADO TUE ব্যৱস্থাপক/
প্ৰশাসক



ADO TUE ব্যৱস্থাপক/
প্ৰশাসক

এটা সিদ্ধান্তলৈ আহিবলৈ
21 দিন লাগিব

ADO TUEC ক আবেদন
দাখিল কৰা হৈছে

TUEC

চিকিৎসীয় সামগ্ৰীবিধ বা সেইটো লোৱাৰ পথটো কি হ'ব তাৰ চিকিৎসীয় পৰামৰ্শ পোৱাৰ পাছত এথলীটসকলে যিমান পাৰে সোনকালে TUE ৰ বাবে আবেদন কৰা উচিত। যদিহে সামগ্ৰীবিধ কেৱল প্ৰতিযোগিতাতহে নিষিদ্ধ কৰা হয়, তেন্তে প্ৰতিযোগিতাৰ অতি কমেও 30 দিনৰ আগতে আবেদন কৰাটো সুনিশ্চিত কৰক।

ডোপিং নিয়ন্ত্রণ কার্যপদ্ধতি

ক্রীড়াবিদসকলক যিকোনো সময়ত, যিকোনো ঠাইত পৰীক্ষা কৰা হ'ব পাৰে। এই পৰীক্ষা হ'ব পাৰে প্ৰতিযোগিতা চলি থাকোতে, প্ৰতিযোগিতাৰ বাহিৰত, ট্ৰেইনিং চলি থকা স্থানত বা আনকি ক্রীড়াবিদৰ ঘৰত বা সাম্প্ৰতিক আবাসগৃহত। কোনো অগ্ৰীম জাননী নিদিয়াকৈ এই পৰীক্ষা কৰা হ'ব।
যেতিয়া ক্রীড়াবিদসকলক ডোপিং নিন্ত্রণৰ (পৰীক্ষা) বাবে বাছনি কৰা হয়, তেওঁলোকে তলত দিয়া প্ৰক্ৰিয়াটোৰ মাজেদি যাব লাগিব:

প্ৰস্ৰাৱৰ নমুনা সংগ্ৰহ





• ক্রীড়াবিদসকলে এটা নমুনা সংগ্ৰহ পাত্ৰ বাছনি কৰিব – সেইটো যে ছীল কৰা আছে আৰু অক্ষত হৈ আছে তাক সুনিশ্চিত কৰক।

• ক্রীড়াবিদগৰাকীৰ সৈতে একে লিঙ্গৰ এগৰাকী DCO-এ নমুনা প্ৰদান কৰাৰ সাক্ষী হৈ থাকিব।

• ক্রীড়াবিদে এটা নমুনা সংগ্ৰহ কিট বাছনি কৰিব – সেইটো ছাল হৈ থকাটো, অক্ষত হৈ থকাটো আৰু দুয়োটা বটলতে সংখ্যাবোৰ (কোডবোৰ) একে হোৱাটো সুনিশ্চিত কৰক।

• ক্রীড়াবিদে প্ৰস্ৰাৱৰ নমুনাটো "A" আৰু "B" বটললৈ ভাগ কৰিব আৰু বটলকেইটা ছীল কৰিব।

• ক্রীড়াবিদে ডোপিং নিয়ন্ত্রণ প্ৰপত্ৰত (DCF) থকা তথ্যৰ পুনৰীক্ষণ কৰিব আৰু কিছু সবিশেষ বিৱৰণ যোগ কৰিব যেনে, তেওঁৰ প্ৰশিক্ষকৰ নাম, যোৱা 7 দিনত লৈ থকা ঔষধ আৰু পৰিপূৰক খাদ্যৰ নাম—এই প্ৰপত্ৰৰ এটা প্ৰতিলিপি ক্রীড়াবিদৰ ই-মেইল ঠিকনালৈ প্ৰেৰণ কৰা হ'ব।

ডোপিং নিয়ন্ত্রণ প্ৰক্ৰিয়াৰ বিষয়ে যদি কিবা উদ্বেগ থাকে, তেন্তে ক্রীড়াবিদগৰাকীয়ে DCF ত বা এখন পৰিপূৰক ৰিপ'ৰ্ট প্ৰপত্ৰত সেই কথা লিখি ৰাখিব পাৰে।

নমুনাবোৰ গোপনীয়তা ৰক্ষা কৰি WADA ৰ স্বীকৃতিপ্ৰাপ্ত গৱেষণাগাৰলৈ প্ৰেৰণ কৰা হ'ব; ইয়াৰ অৰ্থ হ'ব তেওঁলোকে ক্রীড়াবিদগৰাকীৰ নাম বা ৰাষ্ট্ৰীয়তাৰ কথা নাজানিব— জানিব কেৱল নমুনা নম্বৰ।

- A নমুনা খোলা হ'ব আৰু বিশ্লেষণ কৰা হ'ব
- যদিহে A নমুনাৰ ফলাফল নেতিবাচক হয়, তেন্তে প্ৰক্ৰিয়াটো তাতে শেষ হ'ব
- নমুনাবোৰ 10 বছৰ পৰ্যন্ত মজুত কৰি থ'ব পাৰি আৰু অধিক বিশ্লেষণ কৰিব পাৰি
- B নমুনাটো সুৰক্ষিতভাৱে মজুত কৰি থোৱা হয়

যদি A নমুনাৰ ফলাফল ইতিবাচক হয়

- ক্ৰীড়াবিদগৰাকীয়ে যদি অনুৰোধ কৰে তেন্তে B নমুনা খোলাৰ তাৰিখ, সময় আৰু স্থানৰ কথা ক্ৰীড়াবিদগৰাকীক জাননীযোগে জনোৱা হ'ব।
- ক্ৰীড়াবিদগৰাকীয়ে B নমুনাৰ বিশ্লেষণ নিবিচাৰিবও পাৰে
- ক্ৰীড়াবিদগৰাকী আৰু/বা তেওঁৰ প্ৰতিনিধিয়ে B নমুনা খোলাৰ সময়ত উপস্থিত থকাৰ সুযোগ পাব লাগে।
- ক্ৰীড়াবিদগৰাকীয়ে B নমুনা খোলাৰ সময়ত উপস্থিত থকাৰ অধিকাৰ ত্যাগ কৰিবও পাৰে।

যদি B নমুনাৰ ফলাফল ইতিবাচক হয়

- যদিহে B নমুনাই A নমুনাৰ ফলাফল নিশ্চিত কৰে, বা ক্ৰীড়াবিদগৰাকীয়ে যদি B নমুনাৰ বিশ্লেষণ নিবিচাৰিবলৈ সিদ্ধান্ত লৈছে, তেন্তে A নমুনাৰ ফলাফল এটা ADRV সংঘটিত হোৱাৰ অভিযোগৰ ভিত্তি বুলি ধৰা হ'ব।

তেজৰ নমুনা সংগ্ৰহৰ বাবে

কেতিয়াবা তেজৰ নমুনা লোৱা হয়। প্ৰক্ৰিয়াটো প্ৰায় একেধৰণৰ:

- তেজ কেনেকৈ ল'ব লাগে তাৰ প্ৰশিক্ষণ পোৱা আৰু পৰ্যাপ্ত অৰ্হতা থকা এগৰাকী ব্লাড কণ্ট'ল অফিচাৰে (BCO) তেজ সংগ্ৰহ কৰিব।

- ক্ৰীড়াবিদে এটা তেজৰ নমুনা সংগ্ৰহ কিট বাছনি কৰিব – সেইটো ছীল হৈ থকাটো, অক্ষত হৈ থকাটো আৰু দুয়োটা ভায়েলতে সংখ্যাবোৰ (কোডবোৰ) একে হোৱাটো সুনিশ্চিত কৰক।
- তেজ ল'ব পৰা হোৱাৰ আগতে ক্ৰীড়াবিদগৰাকী 10 মিনিট (জিৰণিলৈ) সময় বহি থাকিব লাগিব।
- যেতিয়া ক্ৰীড়াবিদৰ জৈৱিক পাছপ'ৰ্ট (ABP) তেজ পৰীক্ষাৰ নমুনা সংগ্ৰহ কৰা হয়, তেন্তে তাৰ দুঘণ্টাৰ আগতে ক্ৰীড়াবিদগৰাকীয়ে প্ৰতিযোগিতাত ভাগ ল'ব বা প্ৰশিক্ষণ ল'ব নালাগিব। গতিকে এগৰাকী ক্ৰীড়াবিদ যদি অলপতে সক্ৰিয় হৈ আছে তেন্তে তেওঁ এছোৱা সম্প্ৰসাৰিত সময়ৰ বাবে তত্ত্বাৱধানত থাকিবলগীয়া হ'ব পাৰে।



এথলীটজৈৱিক পাছপ'র্ট

এথলীট বায়'লজিকেল পাছপ'র্ট (এবিপি)ৰ মূল নীতি হ'ল সময়ৰ লগে লগে নিৰ্বাচিত জৈৱিক চলকসমূহ নিৰীক্ষণ কৰা যিয়ে ড'পিং পদাৰ্থ বা পদ্ধতিটো নিজেই ধৰা পেলাবলৈ চেষ্টা নকৰাকৈয়ে পৰোক্ষভাৱে ড'পিংৰ প্ৰভাৱ প্ৰকাশ কৰে। এডিঅ'সমূহে এবিপিক এটা শক্তিশালী এণ্টি-ডপিং প্ৰগ্ৰেমৰ বৃহত্তৰ কাঠামোত একত্ৰিত কৰিব পাৰে যাতে:

• পাছপ'র্টৰ তথ্যৰ বুদ্ধিমান আৰু সময়মতে ব্যাখ্যাৰ জৰিয়তে অধিক মনোযোগৰ প্ৰয়োজন হোৱা খেলুৱৈসকলক চিনাক্ত কৰা যায়। এবিপিয়ে মূল্যৱান তথ্য প্ৰদান কৰে যিবোৰক লক্ষ্য পৰীক্ষা বা তদন্তৰ দৰে এণ্টি-ড'পিং কাৰ্যকলাপ অধিক ফলপ্ৰসূভাৱে চলাবলৈ ব্যৱহাৰ কৰিব পাৰি; আৰু বিশ্ব এণ্টি-ড'পিং সংহিতা (সংহিতা)ৰ অনুচ্ছেদ 2.2 (এজন খেলুৱৈৰ দ্বাৰা নিষিদ্ধ পদাৰ্থ বা নিষিদ্ধ পদ্ধতিৰ ব্যৱহাৰ বা ব্যৱহাৰৰ চেষ্টা) অনুসৰি সম্ভাব্য এণ্টি-ড'পিং নিয়ম উলংঘা (ADRV) অনুসৰণ কৰা যায়।

এবিপিৰ বিষয়ে অধিক তথ্যৰ বাবে নাডাৰ ৱেবছাইট https://nadaindia.yas.gov.in চাওক।

ড্ৰাইড্ ব্লাড স্পট (DBS) নমুনা সংগ্ৰহ

DBS হৈছে এটা পদ্ধতি য'ত ক্ৰীড়াবিদগৰাকীৰ আঙুলিৰ মূৰত খুচি দি কেইটোপালমান তেজ সংগ্ৰহ কৰা হয়। টোপালকেইটা বিশেষ ফিল্টাৰ পেপাৰ কার্ডত ৰখা হয় WADA-স্বীকৃতিপ্ৰাপ্ত গৱেষণাগাৰত বিশ্লেষণৰ বাবে। কৈশিক তেজৰ নমুনা লোৱাৰ প্ৰশিক্ষণ পোৱা আৰু পৰ্যাপ্ত অৰ্হতা থকা এগৰাকী DCO বা BCO-ই নমুনাটো সংগ্ৰহ কৰিব।

এটা ড্ৰাইড্ ব্লাড স্পট (DBS) বিশ্লেষণৰ বাবে, BCO গৰাকীয়ে পাংছাৰৰ বাবে সৰাতোকৈ যথোপযুক্ত অংশটো বিচাৰি উলিয়াব যাতে তাত বিন্ধা কৰিলে ক্ৰীড়াবিদগৰাকীৰ বা তেওঁৰ ক্ৰীড়া প্ৰদৰ্শনৰ ওপৰত বিৰূপ প্ৰভাৱ নপৰে। ক্ৰীড়াবিগদৰাকীয়ে নমুনা সংগ্ৰহৰ থলীটো গৰম কৰিব। BCO গৰাকায়ে তেজৰ নমুনা লোৱা ঠাইখিনি এটা ষ্টেৰাইল ডিছইনফেকটেণ্ট পেড বা ছোৱেবেৰে বীজাণুহীন কৰিব। BCO গৰাকীয়ে আঙুলিৰ মূৰৰ পৰা বা বাহুৰ ওপৰৰ পৰা তেজ সংগ্ৰহ কৰিব। BCO গৰাকীয়ে DBS নমুনাবোৰ এটা নিৰাপদ কিটলৈ স্থানান্তৰিত কৰিব য'ত 'A' আৰু 'B' বুলি লেবেল লগোৱা থাকে।



ক্ৰীড়াবিদগৰাকী ক'ত আছে

ক্ৰীড়াবিদগৰাকী ক'ত আছে বিষয়ক তথ্যই তেওঁক পৰীক্ষাৰ বাবে বিচাৰি উলিওৱাত সহায় কৰে। এই তথ্য ব্যৱহাৰ কৰে ক্ৰীড়াবিদসকলক পৰীক্ষা কৰাৰ কৰ্তৃত্ব থকা পক্ষসমূহে। ইয়াৰ সঠিক তথ্য নিদিলে বা অশুদ্ধ বা বিভ্ৰান্তিকৰ তথ্য দিলে তাৰ পৰিণতি বিষম হ'ব পাৰে।

RTP ত থকা সকলো ক্ৰীড়াবিদে ক'ত আছে তাৰ নিৰ্ভুল তথ্য প্ৰতি তিনিমাহৰ মূৰে মূৰে দি থাকিব লাগে। পৰিকল্পিতই হওক বা অপৰিকল্পিতই হওক ভ্ৰমণ কৰি থাকোতে, সদায়ে আনকি অপৰিকল্পিত জৰুৰীকালীন অৱস্থাৰ বাবেও ডোপ-ৰোধী প্ৰশাসন আৰু ব্যৱস্থাপনা প্ৰণালী (ADAMS) ব্যৱহাৰ কৰা উচিত। আপোনাক সহজে বিচাৰি উলিয়াব পৰাকৈ স্পষ্ট নিৰ্দেশনা প্ৰদান কৰা উচিত।

RTP ক্ৰীড়াবিদ

ক্ৰীড়াবিদসকলক পঞ্জীভুক্ত টেষ্টিং পুলত (RTP) ৰখা বিষয়ক চূড়ান্ত সিদ্ধান্ত লোৱাৰ কৰ্তৃত্ব আছে NADA ইণ্ডিয়াৰ হাতত। WADA ই প্ৰকাশ কৰা মতে পৰীক্ষা আৰু অনুসন্ধানৰ বাবে থকা আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় মানক অনুসাৰে এই বাছনি কৰা হয়। NADA ইণ্ডিয়াই RTP ৰ বাবে মাপকাঠি নিয়মীয়াকৈ পুনৰীক্ষণ আৰু অদ্যতন কৰে আৰু প্ৰাসঙ্গিক মাপকাঠি অনুসাৰে তালিকাখনৰ সংশোধন কৰি থাকে।

আৰ টি পিৰ প্ৰতিজন খেলুৰৈয়ে নিম্নোক্ত বিষয়সমূহ কৰিব লাগিব:

টেষ্টিঙৰ বাবে থকা আন্তঃৰাষ্ট্ৰীয় মানক (ISTI) অনুসাৰে, প্ৰতি তিনিমাহৰ মূৰে মূৰে তেওঁলোক ক'ত আছে সেই কথা NADA ইণ্ডিয়াক জনাই থকা
সকলো সময়তে নিৰ্ভুল আৰু সম্পূৰ্ণ তথ্য অদ্যতন কৰি থকা
যেতিয়াই প্ৰয়োজন হয় তেওঁলোক থকা ঠাইতে টেষ্টিঙৰ বাবে নিজকে লভ্য কৰোৱা।

মুখ খোলক

নিকা ক্রীড়াক সুৰক্ষা দিয়াটো প্ৰত্যেকৰে কৰ্তব্য। নিকা ক্রীড়াত ভাগ লোৱাৰ বাবে ক্রীড়াৰ সৈতে জড়িত সকলে ডোপিঙৰ সন্দেহ কৰাৰ লগে লগে মুখ খোলা উচিত। যদিহে ক্রীড়াবিদসকলে বা কোচ্চসকলে এনেকুৱা এটা কার্যকলাপৰ কথা সন্দেহ কৰে, দেখিছে বা জানে যিটো নিকা ক্রীড়াৰ পৰিপন্থী, তেতিয়া সেই কথা ৰিপ'র্ট কৰাটো তেওঁলোকৰ দায়িত্ব। নিকা ক্রীড়াক সুৰক্ষা দিবলৈ তথ্য ৰিপ'র্ট কৰা আৰু শ্বেয়াৰ কৰাৰ বিভিন্ন উপায় আছে।

স্পীক আপ – WADA ৰ ৰিপ'র্টিং প্লেটফর্ম

WADA ৰ স্পীক আপ প্লেটফর্মে এগৰাকী ব্যক্তি বা এটা সংগঠনৰ বিষয়ে কোনো তথ্য অতি সংগোপনে ৰিপ'র্ট কৰাৰ অনুমতি দিয়ে। আপুনি কোনো সন্দেহজনক ডোপিং – কোনো ADRV বা নিকা ক্রীড়াৰ পৰিপন্থী কোনো হেমাহিৰ কথা ৰিপ'র্ট কৰিব পাৰে ইয়াৰ জৰিয়তে https://speakup.wada-ama.org/frontpage.

NADA ইণ্ডিয়াৰ স্পীক আপ প্লেটফর্ম

এই স্পীক আপ প্লেটফর্ম হৈছে কোনো সন্দেহজনক ADRV ৰ কথা সংগোপনে ৰিপ'র্ট কৰাত ক্রীড়াবিদসকল, সহায়কাৰী ব্যক্তিসকল, আৰু বিশালতৰ ক্রীড়া সমুদায়ৰ সবলীকৰণৰ বাবে NADA ইণ্ডিয়াই অভিকল্পনা কৰা এটা অত্যাৱশ্যকীয় উদ্যম। বৈশ্বিক শ্রেষ্ঠ প্রথাসমূহৰ সৈতে খোজত খোজ মিলাই চলিব পৰা এই প্লেটফর্মে ক্রীড়াৰ সততা বজাই ৰখাত থকা ভাৰতৰ দায়বদ্ধতাকে পুনৰ সজোৰে প্রকাশ কৰে।
এই প্লেটফর্মে প্রদান কৰা তথ্যৰ গোপনীয়তা আৰু সুৰক্ষা সুনিশ্চিত কৰে, দুর্নীতি ফাদিলকাৰীসকলক কোনো প্রতিশোধৰ ভয় নোহোৱাকৈ ৰিপ'র্ট কৰিবলৈ সুবিধা কৰি দিয়ে। নামহীনভাৱে বা যোগাযোগৰ সবিশেষ দি ৰিপ'র্ট দাখিল কৰিব পৰা যায়, ইয়াৰে যিটোতেই দুর্নীতি ফাদিলকাৰীয়ে আশ্বস্ত বোধ কৰে। আপুনি যদি কিবা ডোপিং সম্পর্কীয় অসদাচৰণ লক্ষ্য কৰিছে, তেন্তে ততালিকে সেই কথা ৰিপ'র্ট কৰক ইয়াত: speakup-nada@gov.in

ভাৰতত এটা স্বচ্ছ, নৈতিক আৰু নিকা ক্রীড়াৰ পৰিৱেশৰ উত্তৰণ ঘটাই এই উদ্যমে অন্যায় নকৰাকৈ খেলাৰ বিশালতৰ অভিযানকে সমর্থন কৰে।



ছ'টিয়েল মিডিয়া প্লেটফর্মবোৰৰ বাবে লিংকবোৰ:



Twitter (X)
https://x.com/NADAIndiaOffice

Instagram
https://www.instagram.com/nadaindiaoffice/?hl=en

Threads
https://www.threads.net/@nadaindiaoffice?xmt=AQGzvg7tK27f7focxy6LJ3bAbWdCEidXEy_-igxJrfoKCms

LinkedIn
https://www.linkedin.com/company/national-anti-doping-agency-india/

Facebook
https://www.facebook.com/NADAIndiaOfficial

লিংক ট্ৰী একচেচ কৰিবলৈ QR কোড আৰু লিংক:

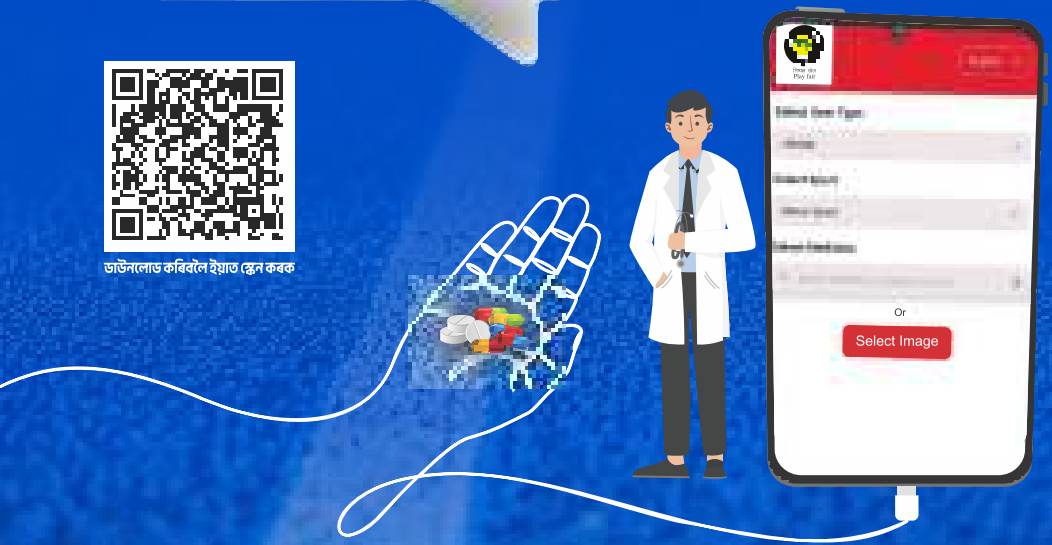
https://linktr.ee/NadaIndialinks

কোনো নিষিদ্ধ ঔষধক আপোনাৰ স্প'র্টিং কেৰিয়াৰ ধ্বংস কৰিবলৈ নিদিব।

ক্রীড়াবিদসকলে অজানিতে কৰা ডোপিঙৰ পৰা নিজকে সুৰক্ষা দিব পাৰে এবিধ ঔষধৰ বা ইয়াৰ উপকৰণসমূহৰ ওপৰত থকা নিষেধাজ্ঞাৰ স্থিতি সহজেই ছার্চ কৰিবলৈ ইয়াক ব্যৱহাৰ কৰি— নাডা ইণ্ডিয়াৰ

জানি লওক আপোনাৰ মেডিচিন এপ

ডাউনলোড কৰিবলৈ ইয়াত স্কেন কৰক



টোকা: অনুবাদত কিবা বিসঙ্গতি থাকিলে, এই পুস্তিকাৰ ইংৰাজী সংস্কৰণটো চূড়ান্ত বুলি গণ্য কৰিব পৰা যায়।

সত্যমেব জয়তে
Government of India

নিষ্পক্ষ খেল
Play fair

ৰাষ্ট্ৰীয় ডোপ-ৰোধী এজেন্সী ভাৰত

ৰেম্প নম্বৰ 02, হল নম্বৰ. 103-104, প্ৰথম মহলা,
জৱাহৰলাল নেহৰু ষ্টেডিয়াম কমপ্লেক্স, লোধী ৰোড, নতুন দিল্লী-110003
ফোনঃ +91-11-24368274 I
ইমেইল: info.nada@nic.in, edu-nadaindia@gov.in

#SAYNO TODOPING | আজি আৰু সদায়