

सत्यमेव जयते
Government of India

NATIONAL
ANTI DOPING
AGENCY
INDIA

निष्पक्ष खेल
Play fair

نیشنل اینٹی ڈوپنگ ایجنسی انڈیا کی

فیئر پلے گائیڈ

ایمانداری سے کھیلو،
اصولوں کے ساتھ کھیلو

لنک ٹری
کیلئے QR کوڈ اسکین کریں

سوجاتا چترویدی
آئی ایس، سکریٹری
Sujata Chaturvedi, IAS
Secretary

सत्यमेव जयते

حکومتِ ہند
محکمۂ کھیل کود
وزارتِ امورِ نوجوانان و کھیل کود
Government of India
Department of Sports
Ministry of Youth Affairs & Sports



پیش لفظ

کھیل ایک طاقتور ذریعہ ہے جو لوگوں کو ایک ساتھ لاتا ہے، سرحدوں سے ماورا ہوتا ہے اور لوگوں کو اعلیٰ کارکردگی کے لیے متحرک کرتا ہے۔ اپنی بنیاد میں، کھیل کی دیانتداری، انصاف اور احترام جیسے اقدار پر مبنی ہے۔ ان اقدار کے تحفظ اور فروغ کے لیے یہ نہایت ضروری ہے کہ ہم تمام سطحوں پر جامع اور پائیدار کھیلوں کی ترقی کے لیے اپنی وابستگی پر قائم رہیں۔

جوں جوں بھارت ایک عالمی کھیلوں کی قوم کے طور پر ابھر رہا ہے، ہمارا صاف اور شفاف کھیل کے لیے عزم محض ایک ضابطہ جاتی ضرورت نہیں بلکہ ایک اخلاقی فریضہ بنتا جا رہا ہے۔ ڈوپنگ (نشہ آور ادویات کا استعمال)، اپنی تمام اقسام میں، کھیل کی بنیادی اقدار کو مجروح کرتی ہے اور دیانت دارانہ مقابلے کی روح کو کمزور کرتی ہے۔

اس تناظر میں تعلیم ہمارا سب سے مؤثر ہتھیار ہے۔ ڈوپنگ کی روک تھام صرف نافذ العمل قوانین کا معاملہ نہیں، بلکہ یہ کھلاڑیوں اور کھیل کے تمام متعلقہ افراد میں شعور، ذمے داری اور اخلاقی فیصلہ سازی کی مضبوط بنیاد قائم کرنے کا عمل ہے۔ ناڈا انڈیا کی جانب سے تیار کردہ 'فیئر پلے گائیڈ' اسی سوچ کی عکاس ایک قابلِ تحسین کاوش ہے۔

یہ رہنما کتاب کھلاڑیوں کو چزا اور معاون عملے کے لیے ایک جامع وسیلہ کے طور پر کام کرتی ہے تاکہ وہ اینٹی ڈوپنگ اقدامات کی اہمیت، خلاف ورزیوں کے نتائج اور کھیل کی ایمانداری کے تحفظ میں ہر فرد کے اہم کردار کو بہتر طور پر سمجھ سکیں۔ یہ ایک ایسی ثقافت کو فروغ دیتی ہے جہاں صاف اور شفاف مقابلوں کو سراہا جاتا ہے اور کامیابی صلاحیت، محنت اور ثابت قدمی کا نتیجہ ہوتی ہے نہ کہ شارٹ کٹس کا۔

میں ناڈا انڈیا کو صاف کھیل کو فروغ دینے کے لیے اس کے غیر متزلزل عزم پر خراجِ تحسین پیش کرتی ہوں۔ مجھے یقین ہے کہ یہ گائڈ ان تمام افراد کے لیے ایک قیمتی وسیلہ ثابت ہوگی جو کھیل میں انصاف، دیانت داری اور اعلیٰ معیار کے اصولوں کو برقرار رکھنے کے لیے وقف ہیں۔

11/4/25

(سوجاتا چترویدی)

کمرہ نمبر 3، 'سی' ونگ، شاستری بھون، نئی دہلی-110001
Room No. 3, 'C' Wing, Shastri Bhawan, New Delhi-110001 Tel.: 23388623
secy-sports@nic.in:E-mail/ای میل ، 011-23388758: Fax/فیکس



ڈائرکٹر جنرل کا پیغام

مجھے بے حد خوشی ہے کہ میں ناڈا انڈیا کی 'فیئر پلے گائڈ' پیش کر رہا ہوں، جو ایک جامع اور قابلِ فہم رہنما کتاب ہے۔ اس کا مقصد ہندوستان کی کھیلوں سے وابستہ برادری میں صاف وشفاف کھیل، اخلاقی رویے اور باخبر فیصلے کرنے کے کلچر کو فروغ دینا ہے۔

ناڈا انڈیا میں ہمارا مشن صرف ضابطے کے نفاذ تک محدود نہیں بلکہ ہم ایک ایسی ثقافت کو پروان چڑھانے کے لیے کوشاں ہیں جو کھلاڑیوں، کوچز اور معاون عملے میں شعور، تعلیم اور اخلاقی اقدار کو فروغ دے۔ اس اشاعت کے ذریعے ہم تمام متعلقہ افراد کو وہ ضروری معلومات فراہم کرنا چاہتے ہیں جو انہیں ضوابط کی پابندی، غیر ارادی خلاف ورزیوں سے بچاؤ اور شفاف کھیل کے سفیر بننے کے قابل بنائیں۔

یہ ہماری اس یقین کی عکاسی کرتا ہے کہ حقیقی کھیلوں میں عظمت صرف صلاحیت اور محنت کے ذریعے ہی حاصل نہیں ہوتی بلکہ دیانت داری اور اصولوں کے احترام کے ذریعے بھی حاصل کی جاتی ہے۔

میں کھیلوں سے وابستہ تمام افراد پر زور دیتا ہوں کہ وہ اس گائڈ کو ایک قیمتی حوالہ کے طور پر استعمال کریں اور کھیل کی حرمت کو برقرار رکھنے کے اس اجتماعی مشن میں بھرپور کردار ادا کریں۔

انت کمار
ڈائرکٹر جنرل
قومی انسدادِ ممنوعہ ادویات ایجنسی، حکومت ہند

فہرست

اینٹی ڈوپنگ کا تعارف	1
صاف ستھرے کھیل سے متعلق اصول واقدار	2-3
ایتھلیٹس اور ایتھلیٹ کے معاون ملازمین کے حقوق وذمہ داریاں	4-6
مکمل ذمہ داری کا اصول	7
ڈوپنگ کے نتائج	8-9
اینٹی ڈوپنگ قوانین کی خلاف ورزی	10-11
کھیلوں میں ممنوعہ مادہ اور طریقوں کو سمجھنا	12-13
سپلیمنٹ کے استعمال سے متعلق خطرات	14-16
دواؤں کا استعمال اور علاج کی غرض سے چھوٹ	17-18
ڈوپنگ کنٹرول کا عمل	19-21
ایتھلیٹ کی رہائش کی معلومات	22
بولیے	23-25

اینٹی-ڈوپنگ کا تعارف



اینٹی-ڈوپنگ ایک ایسا فریم ورک ہے جس میں ضابطے، طریقہ کار اور اقدام شامل ہوتے ہیں جو اس بات کو یقینی بنانے کے لیے بنائے گئے ہیں کہ کھلاڑی ممنوعہ دواؤں یا طریقوں کا استعمال نہ کریں تاکہ کھیل میں غیر منصفانہ فائدہ حاصل نہ کیا جا سکے۔ اینٹی-ڈوپنگ کا بنیادی مقصد مقابلے کی دیانتداری کو برقرار رکھنا، منصفانہ کھیل کو فروغ دینا، کھلاڑیوں کی صحت کا تحفظ کرنا اور اخلاقی رویوں کو فروغ دینا ہے۔

عالمی سطح پر ورلڈ اینٹی-ڈوپنگ ایجنسی (واڈا) ان کوششوں کی قیادت کرتی ہے جو کہ ورلڈ اینٹی-ڈوپنگ کوڈ کے ذریعے انجام دی جاتی ہیں۔ ایک متحدہ معیاروں کا سیٹ جس پر دنیا بھر کے کھیلوں کے ادارے اور ممالک عمل کرتے ہیں۔ ہندوستان میں نیشنل اینٹی ڈوپنگ ایجنسی (ناڈا) ان ضوابط کے نفاذ کے لیے مرکزی اتھارٹی کے طور پر کام کرتی ہے۔ وزارتِ یوتھ افیئرز اینڈ اسپورٹس، حکومتِ ہند کے تحت کام کرتے ہوئے ناڈا ایک خودمختار ادارہ ہے جو صاف اور منصفانہ کھیل کے کلچر کو فروغ دینے کے لیے وقف ہے۔

ناڈا کی بنیادی ذمہ داریوں میں نمونوں کا جمع کرنا، نتائج کا انتظام اور ان کا فیصلہ کرنا، اینٹی ڈوپنگ سے متعلق تعلیم اور آگاہی فراہم کرنا، علاج کی غرض سے مخصوص اجازت نامے جاری کرنا، سماجی علوم پر تحقیق، بین الاقوامی تعاون اور معلومات و تحقیقات شامل ہیں۔ اخلاقیات اور دیانتداری کے مضبوط عزم کے ساتھ، ناڈا ایک ایسا کھیلوں کا ماحول قائم کرنے کی کوشش کرتا ہے جو ڈوپنگ سے پاک ہو، جہاں مقابلے کا فیصلہ کھلاڑی کی صلاحیت، تربیت اور حقیقی جذبے کی بنیاد پر کیا جائے۔

صاف ستھری کھیل سے جڑے

اصول وضابطے

کھیل کی روح انسانی آتما، جسم اور من کا اُتسو ہے اور درج ذیل اقدار اس کی نمایاں خصوصیات ہیں:

1. اخلاقیات، منصفانہ کھیل اور دیانتداری
2. صحت
3. موج مستی اور مزہ
4. کارکردگی میں بہترین بننے کی خواہش
5. کردار اور تعلیم
6. ٹیم ورک
7. لگن اور وابستگی
8. اصولوں اور قوانین کا احترام
9. اپنی ذات اور دوسرے شرکاء کا احترام
10. حوصلہ
11. کمیونٹی اور یکجہتی

یہ اقدار صاف ستھری کھیل کے لازمی بنیادی اصول ہیں۔ کھلاڑی کو اپنے ساتھ کام کرنے والے کسی بھی دوسرے کھلاڑی اور اپنے کھیل کے دائرے میں کسی بھی دیگر کھلاڑی معاون کارکن (اے ایس پی) کے درمیان ان اقدار کو فروغ دینا چاہیے۔

تین اہم کھیل کی اقدار ہوتی ہیں

1

احترام

احترام کا مطلب ہے اپنی اور دوسروں کی عزت کا خیال رکھنا۔ اس کا مقصد اپنے اور دوسروں کی دیکھ بھال اور احساسات، اخلاقی مخمصوں اور قواعد کے بارے میں عکاسی کی حوصلہ افزائی کرتے ہوئے قابل احترام رویے، مواصلات کی مہارتوں اور رویوں کو فروغ دینا ہے۔

2

برابری

برابری سے مراد سب کے لیے کامیابی کا موقع ہے۔ یہ قدر ایسے مواقع کو فروغ دینے پر مرکوز ہے جہاں سبھی اپنی پوری صلاحیت حاصل کر سکیں اور برابری کے میدان کی اہمیت کو سمجھ سکیں۔

3

شمولیت

شمولیت سب کی شرکت سے متعلق ہے۔ اس کا مقصد متنوع کے اُتسو کو قدر کرتے ہوئے شمولیت اور رسائی کو فروغ دینے کے حل کو سمجھ کر سب کی شرکت کی حوصلہ افزائی کرنا ہے۔

پرکشش سرگرمیوں کے ذریعے بچوں (8 سے 12 سال کی عمر کے طلبہ) میں احترام، مساوات اور شمولیت کی اقدار کو فروغ دینے کا ایک پلے ویلیوز ٹول کٹ تیار کی گئی ہے تا کہ اساتذہ کو ہر کلاس روم میں کھیل کو فروغ دینے میں مدد ملے۔ ایس وی آئی ای سی ٹول کٹ واڈا اے ڈی ای ایل پلیٹ فارم پر دستیاب ہے اور اس پر رجسٹر ہو کر کوئی بھی اس تک رسائی حاصل کر سکتا ہے۔

https://www.wada-ama.org/en/sport-values-every-classroom

واڈا اینٹی ڈوپنگ ای لرننگ (اے ڈی ای ایل) پورٹل کا لنک

www.adel.wada-ama.org

ایتھلیٹس اور ایتھلیٹ سپورٹ اہلکاروں کے حقوق اور ذمہ داریاں

ایتھلیٹس کو درج ذیل حقوق حاصل ہیں:

ضابطہ اور بین الاقوامی معیارات کے ذریعے کھلاڑیوں کو درج ذیل حقوق حاصل ہیں



- مواقع کی مساوات
- جسٹ اینڈ فیئر ٹرائل پروگرام
- طبی علاج اور صحت کے تحفظ کا حق
- انصاف کا حق
- جوابدہی کا حق
- وِسل بلور کا حق
- تعلیم کا حق
- ڈیٹا کے تحفظ کا حق
- معاوضے کا حق
- اشخاص کے حفاظت کا حق
- نمونہ جمع کرنے کے سیشن کے دوران کا حق
- نمونے کے تجزیہ کا حق
- دیگر حقوق اور آزادی متاثر نہیں ہوتی ہیں
- درخواست اور اس کی پوزیشن

نمونے جمع کرنے کے دوران ایتھلیٹس کے حقوق

- ڈوپنگ کنٹرول آفیسر (ڈی سی او) کی شناخت دیکھیں
- نمونہ جمع کرنے کے طریقہ کار کے بارے میں اضافی معلومات، وہ اتھارٹی جس کے تحت یہ کیا جائے گا اور نمونہ جمع کرنے کی قسم ایک درخواست کریں۔
- ہائڈریٹ کریں۔
- ایک نمائندہ رکھیں اور اگر دستیاب ہو، اور ایک ترجمان رکھیں۔
- درست وجوہات کی بنا پر ڈوپنگ کنٹرول اسٹیشن کو رپورٹ کرنے میں تاخیر کی درخواست کریں۔
- معذور کھلاڑیوں کے لیے ترمیم کی درخواست کریں (اگر نافذ العمل ہو)
- اپنے حقوق اور ذمہ داریوں کے بارے میں معلومات حاصل کریں۔
- طریقۂ کار کے ریکارڈ کی ایک کاپی حاصل کریں۔
- ان کی عمر یا قانونی صلاحیت کی کمی کی وجہ سے 'محفوظ افراد' کے لیے آگے کی تحفظ فراہم کریں۔

ایتھلیٹس کی درج ذیل ذمہ داریاں ہیں

- عالمی اینٹی ڈوپنگ کوڈ کے مطابق ناڈا کے اینٹی ڈوپنگ قوانین کی تعمیل کرنا۔
- مقابلہ میں یا باہر نمونہ جمع کرنے کے لیے دستیاب ہونا۔
- نوٹیفکیشن سے لے کر نمونہ جمع کرنے کا عمل مکمل ہونے تک ہر وقت ڈوپنگ کنٹرول آفیسر (ڈی سی او) یا چپرون کی براہ راست نگرانی میں رہنا۔
- نمونہ جمع کرنے کے عمل کے دوران درخواست پر شناخت فراہم کرنا۔
- اس بات کو یقینی بنانے کے لیے کہ ان کے جسم میں کوئی ممنوعہ چیز داخل نہ ہو اور ان پر کوئی ممنوعہ طریقہ استعمال نہ ہو۔
- اس بات کو یقینی بنانا کہ ممنوعہ فہرست کے مطابق کوئی علاج ممنوع نہیں ہے اور اگر ضروری ہو تو تجویز کرنے والے معالجین سے یا براہ راست ADO سے چیک کرایا جائے۔
- اگر کوئی متبادل اجازت یافتہ علاج ممکن نہ ہو اور علاج کے استعمال سے چھوٹ (ٹی یو ای) کی ضرورت ہے تو ناڈا انڈیا میں درخواست دینا۔
- ڈوپنگ کنٹرول کے لیے منتخب ہونے کی اطلاع ملنے کے فوراً بعد نمونہ جمع کرنے کے لیے رپورٹ کرنا۔
- ڈوپنگ کنٹرول فارم (ڈی سی ایف) پر درج معلومات کی درستگی کو یقینی بنانا۔

ایتھلیٹ سپورٹ اہلکاروں کے حقوق اور ذمہ داریاں

ضابطہ کے تحت ایتھلیٹ سپورٹ اہلکاروں اور دیگر افراد کی ذمہ داریوں میں درج ذیل شامل ہیں:

- ایتھلیٹ کی اقدار اور طرز عمل پر اپنا اثر ورسوخ استعمال کرتے ہوئے کھیلوں کے صاف ستھرے رویے کو فروغ دینا۔
- تمام نافذ العمل اینٹی ڈوپنگ پالیسیوں اور قواعد کو جانیں اور ان کی تعمیل کریں۔
- ایتھلیٹ ڈوپنگ کنٹرول پروگرام کے ساتھ تعاون کرنا۔
- اے ڈی آر وی کی تحقیقات کرنے والی ناڈا انڈیا کے ساتھ تعاون کرنا۔
- اگر پچھلے 10 سالوں میں انہوں نے اے ڈی آر وی کیا ہے تو اس سے متعلق آئی ایف اور/ یا ناڈا انڈیا کو مطلع کرنا۔
- کسی (ممنوعہ اشیاء یا طریقہ) کو رکھنے، کسی کھلاڑی کو اس طرح کے اشیاء یا طریقہ بتانے، اسمگلنگ کرنے، اے ڈی آر وی یا دیگر کسی طرح کی ملی بھگت کو چھپانا یا ملی ڈوپنگ (ممنوعہ تنظیم) کے قصوروار شخص کے ساتھ وابستہ ہونا۔

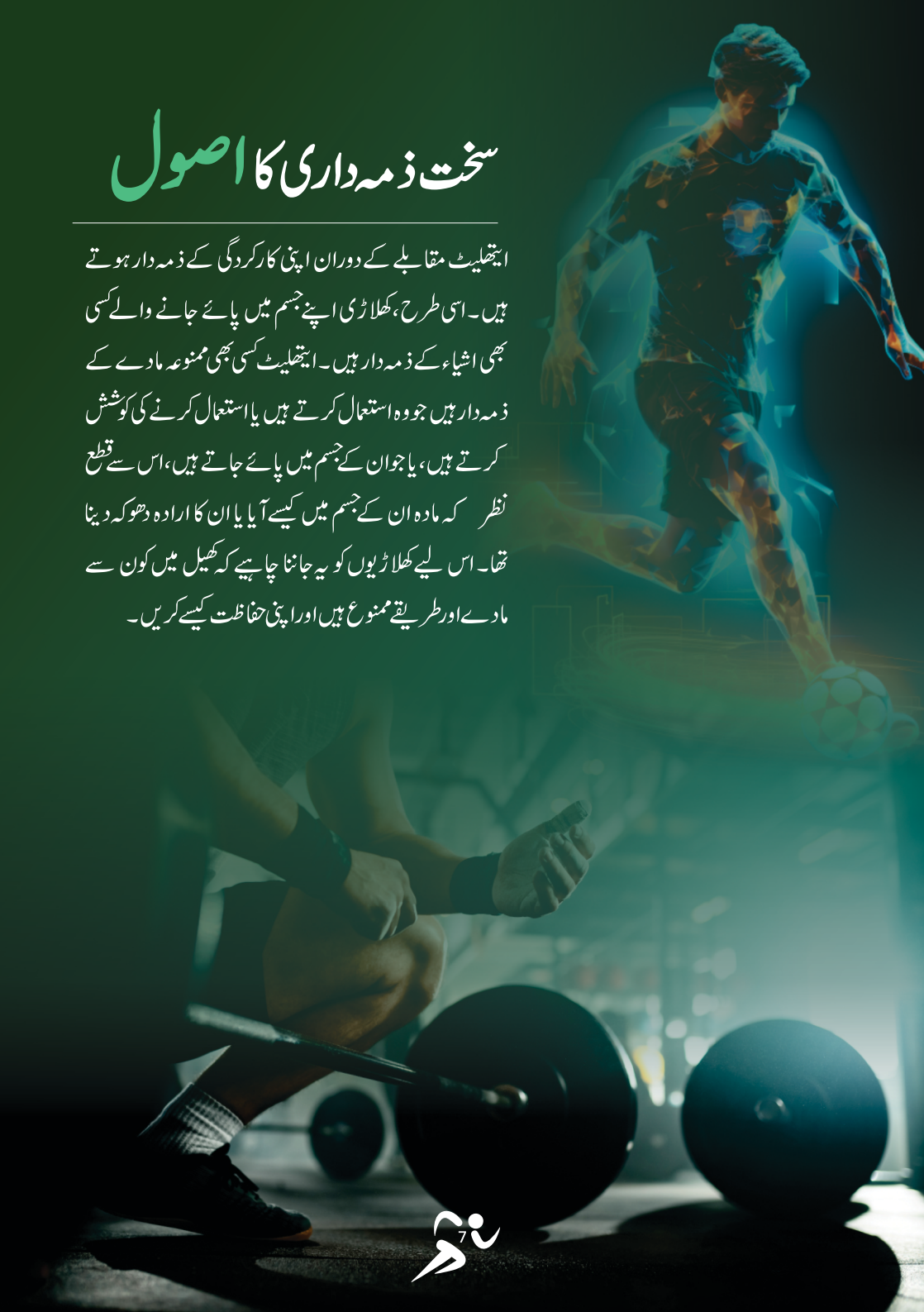
ضابطہ کے تحت ایتھلیٹ سپورٹ اہلکاروں اور دیگر افراد کے حقوق میں درج ذیل شامل ہیں:

- آزاد شنوائی پینل کے سامنے منصفانہ شنوائی کا حق
- شنوائی کے فیصلے پر اپیل کرنے کا حق۔
- آئی ایس پی پی آئی اور کسی بھی مقامی نافذ العمل قوانین کے مطابق ڈیٹا کے تحفظ سے متعلق حقوق۔



سخت ذمہ داری کا اصول

ایتھلیٹ مقابلے کے دوران اپنی کارکردگی کے ذمہ دار ہوتے ہیں۔ اسی طرح، کھلاڑی اپنے جسم میں پائے جانے والے کسی بھی اشیاء کے ذمہ دار ہیں۔ ایتھلیٹ کسی بھی ممنوعہ مادے کے ذمہ دار ہیں جو وہ استعمال کرتے ہیں یا استعمال کرنے کی کوشش کرتے ہیں، یا جو ان کے جسم میں پائے جاتے ہیں، اس سے قطع نظر کہ مادہ ان کے جسم میں کیسے آیا یا ان کا ارادہ دھوکہ دینا تھا۔ اس لیے کھلاڑیوں کو یہ جاننا چاہیے کہ کھیل میں کون سے مادے اور طریقے ممنوع ہیں اور اپنی حفاظت کیسے کریں۔



ڈوپنگ کے نتائج

ہر کوئی جو اے ڈی آر وی کا ارتکاب کرتا ہے وہ جانتا ہے کہ انہیں کھیل سے پابندی کا سامنا کرنا پڑ سکتا ہے۔ لیکن اس کے دوسرے نتائج بھی ہیں۔

1۔ عارضی معطلی نتائج کے انتظام کے عمل کے مکمل ہونے یا حتمی فیصلہ سنائے جانے کے انتظار میں کھلاڑی یا دوسرے شخص پر کسی بھی مقابلے یا سرگرمی میں حصہ لینے پر عارضی طور پر پابندی ہے۔

2۔ نااہل ایتھلیٹ یا دوسرے فرد کو اے ڈی آر وی کی وجہ سے کسی بھی دوسری سرگرمی جیسے کہ تربیت، کوچنگ یا یہاں تک کہ فنڈ تک رسائی میں حصہ لینے کی اجازت نہیں ہے۔ نااہلی کی یہ مدت اے ڈی آر وی کے حالات کے لحاظ سے 4 سال تک یا عمر بھر بھی ہو سکتی ہے۔

3۔ نتائج سے متعلق اہلیت: کسی خاص مدت، مقابلے یا ایونٹ کے دوران کسی ایتھلیٹ کے نتائج، کسی بھی تمغے، پوائنٹس اور ایوارڈز کے ساتھ ساتھ کالعدم قرار دیے جاتے ہیں۔

4۔ عوامی انکشاف: اینٹی ڈوپنگ آرگنائزیشن (اے ڈی او) عام لوگوں کو اے ڈی آر ویز کے بارے میں مطلع کرتی ہے۔

5۔ جرمانہ

6۔ جسمانی صحت کے نتائج کسی خاص حالت یا بیماری کے علاج کے لیے دوائیں اور طبی مداخلتیں تیار کی جاتی ہیں۔ مادہ، خوراک اور استعمال کی فریکوئنسی پر منحصر ہے، ڈوپنگ مصنوعات صحت پر خاص طور پر منفی اثرات مرتب کر سکتی ہیں۔

7۔ نفسیاتی صحت کے نتائج کچھ ڈوپنگ مادے کھلاڑی کی ذہنی صحت کو متاثر کر سکتے ہیں۔ بے چینی، جذباتی عوارض یا سائیکوسس ڈوپنگ کے براہ راست نتائج ہیں۔

8۔ سماجی نتائج:

a) ساکھ اور امیج کو نقصان، جو میڈیا کی توجہ سے مستقل ہو سکتا ہے اور مستقبل میں صاف ستھری کارکردگی کو شبہ کی نگاہ سے دیکھا جا سکتا ہے۔
b) مستقبل کے کیریئر کے امکانات کو نقصان۔
c) ساتھیوں اور کھیلوں سے الگ تھلگ رہنا۔
d) دوستوں اور کنبہ کے ساتھ خراب تعلقات۔
e) جذباتی اور نفسیاتی بہبود پر اثر۔
f) ساکھ، شہرت، عزت اور اعتبار کا نقصان۔

9۔ مالیاتی نتائج:

a) جرمانہ جیسا کہ اینٹی ڈوپنگ آرگنائزیشن (اے ڈی او) نے اپنے اینٹی ڈوپنگ قوانین میں طے کیا ہے بشمول اے ڈی آر وی سے وابستہ اخراجات۔
b) آمدنی / مالی مدد کا نقصان جیسے کہ حکومتی فنڈنگ، مالی امداد کی دوسری شکلیں اور مقابلوں میں شرکت سے محروم ہونا۔
c) اسپانسر کے ہٹنے کی وجہ سے مالی مدد کا نقصان۔
d) اسپانسر کو معاوضہ دینے کی ضرورت اگر معاہدہ کیا گیا ہو۔
e) انعامی رقم کی ادائیگی۔
f) مستقبل کے کیریئر کے امکانات پر شہرت کو پہنچنے والے نقصان کا اثر۔

10۔ قانونی نتائج:

a) کچھ ممالک نے عالمی اینٹی ڈوپنگ کوڈ سے آگے بڑھ کر ممنوعہ مادوں کے استعمال کو مجرمانہ جرم قرار دیا ہے (مثلاً آسٹریا، اٹلی، فرانس)۔
b) کچھ ممالک میں ممنوعہ مادوں یا ممنوعہ فہرست میں شامل بعض مادوں کی اسمگلنگ، قبضے یا انتظامیہ سے متعلق اے ڈی آر ویز کو مجرمانہ جرم سمجھا جاتا ہے۔

اینٹی ڈوپنگ
اصول کی خلاف ورزی

ڈوپنگ صرف ایک مثبت ٹیسٹ نہیں ہے۔ اس کی تعریف درج ذیل اینٹی ڈوپنگ اصول کی خلاف ورزیوں (اے ڈی آر ویز) میں سے ایک یا زیادہ کی موجودگی کے طور پر کی گئی ہے۔ این اے ڈی اے انڈیا اینٹی ڈوپنگ رولز 2021 کے مطابق اے ڈی آر ویز کی 11 اقسام ہیں۔

این اے ڈی آر-آئٹیکل نمبر	خلاف ورزیوں کی اقسام	پر نافذ العمل
2.1	ایتھلیٹ کے نمونے میں ممنوعہ مادے کی موجودگی	صرف ایتھلیٹ
2.2	ایتھلیٹ کے ذریعہ ممنوعہ مادہ کا استعمال یا استعمال کرنے کی کوشش	صرف ایتھلیٹ
2.3	نمونہ جمع کرنے سے بچنے، منع کرنے یا جمع کرانے میں ناکامی	صرف ایتھلیٹ
2.4	پتہ-ٹھکانے کی ناکامیوں کو رجسٹرڈ ٹیسٹنگ پول میں ایک کھلاڑی کے ذریعہ 12 ماہ کی مدت کے اندر تین چھوٹنے والے ٹیسٹوں اور/یا فائل کرنے میں ناکامیوں کا گٹ بندی سمجھا جاتا ہے۔	صرف ایتھلیٹ
2.5	ڈوپنگ کنٹرول کے کسی بھی حصے کے ساتھ چھیڑ چھاڑ یا چھیڑ خانی کی کوشش	ایتھلیٹ اور ایتھلیٹ سپورٹ اہلکار
2.6	ایک ممنوعہ مادہ یا ممنوعہ طریقہ کا قبضہ	ایتھلیٹ، ایتھلیٹ سپورٹ اہلکار اور دیگر افراد
2.7	کسی بھی ممنوعہ چیز یا ممنوعہ طریقہ کی اسمگلنگ یا اسمگلنگ کی کوشش	ایتھلیٹ اور ایتھلیٹ سپورٹ اہلکار



2.8	کسی کھلاڑی کو ممنوعہ مادہ یا ممنوعہ طریقہ کا انتظام یا انتظام کرنے کی کوشش	ایتھلیٹ اور ایتھلیٹ سپورٹ اہلکار
2.9	اے ڈی آر وی یا اے ڈی آر وی کی کسی بھی کوشش میں مدد کرنا، حوصلہ افزائی کرنا، مدد کرنا، حوصلہ افزائی کرنا، سازش کرنا، چھپانا یا دوسری صورت میں جان بوجھ کر ملی بھگت کرنا یا گٹ بازی کرنے کی کوشش کرنا۔	ایتھلیٹس، ایتھلیٹ سپورٹ اہلکار، اور دیگر افراد
2.10	کسی ایسے شخص کے ساتھ پیشہ ورانہ یا کھیلوں سے متعلقہ صلاحیتوں میں وابستہ ہونا جیسے کہ کوچ، ڈاکٹر، فزیو یا ٹرینر جو پابندی کا سامنا کر رہا ہو یا جو ڈوپنگ کی خلاف ورزی کے مساوی کسی مجرمانہ یا تادیبی جرم کا مرتکب پایا گیا ہو۔	ایتھلیٹس، ایتھلیٹ سپورٹ اہلکار، اور دیگر افراد
2.11	ایسی حرکتیں جو کسی دوسرے شخص کو ڈوپنگ کے بارے میں معلومات کا اشتراک کرنے سے روکنے کے لیے دھمکانے یا ڈرانے کی کوشش کرتی ہیں (جسے وہسل بلونگ بھی کہا جاتا ہے)، یا ایسا کرنے پر کسی دوسرے شخص کے خلاف انتقامی کارروائی۔	ایتھلیٹس، ایتھلیٹ سپورٹ اہلکار، اور دیگر افراد



کھیل میں ممنوعہ اشیاء اور
اسپورٹ کے طریقوں کو سمجھنا

ممنوعہ اشیاء اور طریقے ممنوعہ فہرست (فہرست) میں شامل ہیں۔ ورلڈ اینٹی ڈوپنگ ایجنسی (ڈبلیو اے ڈی اے) ہر سال ممنوعہ فہرست شائع کرتی ہے، جس میں ان چیزوں اور طریقوں کی نشاندہی کی جاتی ہے جن پر کھیل سے پابندی ہے۔ ہر سال اکتوبر میں ڈبلیو اے ڈے اے اگلے سال کے لیے ایک تازہ ترین ممنوعہ فہرست شائع کرتا ہے۔ یہ فہرست اگلے سال یکم جنوری سے نافذ العمل ہوگی۔

یہ فہرست ہر وقت نافذ العمل ہے

فہرست میں مادہ اور طریقے شامل ہیں

- ہر وقت پابندی (مقابلے میں اور مقابلے سے باہر دونوں)
- صرف مقابلے تک محدود
- مخصوص کھیلوں میں پابندی (تیراندازی، گولف اور شوٹنگ)
- مشروط - کھلاڑیوں کو ایک مخصوص خوراک تک یا مخصوص خوراک کی حد کے اندر لینے کی اجازت ہے، لیکن اس خوراک یا حد سے آگے یہ ممنوع ہے (مثال کے طور پر، دمہ کے انہیلر میں پائے جانے والے کچھ اجزاء)۔ دیگر مشروط مادے وہ ہوتے ہیں جو صرف اس بات پر پابندی لگاتے ہیں کہ انہیں کیسے لیا جاتا ہے (انتظامیہ کا راستہ)، مثال کے طور پر، کریم کے طور پر لگایا جاتا ہے، یا نگلا جاتا ہے، یا سانس لیا جاتا ہے۔

سرکاری فہرست ڈبلیو اے ڈی اے کی ویب سائٹ: www.wada-ama.org اور ناڈا انڈیا کی ویب سائٹ: https://adaindia.yas.gov.in پر شائع کی گئی ہے۔

یہاں کچھ اہم چیزیں ہیں جنہیں آپ کو یاد رکھنا چاہئے:

کھلاڑی کی دواؤں میں ممنوعہ مادہ ہوسکتا ہے۔کوئی بھی دوا استعمال کرنے سے پہلے ہمیشہ طبی مشورہ لیں اور چیک کریں کہ اس میں ڈبلیو اے ڈی اے کی طرف سے ممنوعہ مادہ تو نہیں ہے۔

- ہندوستان میں مقابلہ کرنے والے ایتھلیٹس کیلئے دواؤں کی حالت چیک کرنے کیلئے ناڈا انڈیا کی طرف 'نو یور میڈیسن' (کے وائی ایم) ایپ ایسا کرنے کے لیے ایک مفید ٹول ہے https://kym.nadaindia.yas.gov.in یہ گوگل پلے اسٹور پر بھی دستیاب ہے۔

- ہندوستان سے باہر بڑے کھیلوں میں حصہ لینے والے ایتھلیٹس کے لیے ڈبلیو اے ڈی اے سے منظور شدہ بین الاقوامی آلات جیسے کہ استعمال کریں۔گلوبل ڈی آر او (ڈرگ ریفرنس آن لائن) www.globaldro.com

- اس کا استعمال برطانیہ، کینیڈا، امریکہ، سوئٹزرلینڈ اور مزید سمیت بہت سے ممالک کرتے ہیں۔

- مقامی دواؤں کی رہنمائی کے لیے میزبان ملک کی اینٹی ڈوپنگ ایجنسی یا ایونٹ کے منتظمین سے مشورہ کریں۔

- اگر ضرورت ہو تو ہمیشہ متعلقہ اتھارٹی کے ذریعہ پہلے سے منظور شدہ علاج کے استعمال کی چھوٹ (ٹی یو ای) ساتھ رکھیں۔ جب کوئی مادہ لیا جائے تو اس سے کوئی فرق نہیں پڑتا۔اگر مسابقت میں ممنوعہ مادہ کو مقابلے سے باہر لے جایا جاتا ہے، تب بھی اس کا نتیجہ مثبت ثابت ہوسکتا ہے اگر یہ اب بھی کھلاڑی کے نظام میں موجود ہے اور ان کا انتخاب مقابلہ جاتی جانچ کے لیے کیا جاتا ہے۔

- اپنے ملک سے میزبان ملک میں لائی جانے والی کسی بھی دوائی کے لیے متعلقہ کسٹم مشورہ کا جائزہ لیں۔ یہ معلومات عام طور پر کسٹم اور فریٹ گائیڈز میں بھی فراہم کی جاتی ہیں، جو گیمز کی آرگنائزنگ کمیٹی کے ذریعے تقسیم کی جاتی ہیں۔اگر آپ کو یقین نہیں ہے تو اپنی انڈین اولمپک ایسوسی ایشن (آئی او اے) سے پوچھیں۔

- مت بھولیں، آپ کو اپنی ٹیم کے ڈاکٹر کو کسی بھی دوا کے بارے میں بتانا چاہیے جو آپ لے رہے ہیں تاکہ وہ آپ کو مشورہ دے سکیں۔

سپلیمنٹس
کے استعمال سے وابستہ خطرات

غذائی سپلیمنٹس وہ مصنوعات ہیں جو غذا کی تکمیل کے لیے تیار کی گئی ہیں، جس میں ایک یا زیادہ غذائی اجزاء، جیسے وٹامنز، معدنیات، امینو ایسڈ، جڑی بوٹیاں، یا دیگر نباتات شامل ہیں۔ وہ مختلف شکلوں میں آتے ہیں، جیسے کیپسول، گولیاں، پاؤڈر، مائع یا نرم جیل، اور ان کا مقصد اضافی غذائی اجزاء فراہم کرنا ہے۔
سپلیمنٹس کے استعمال سے وابستہ خطرات ہیں۔
غذائی سپلیمنٹس خطرناک ہیں کیونکہ ان میں ممنوعہ مادے ہو سکتے ہیں جس کی وجہ سے کھلاڑی نادانستہ طور پر اے ڈی آر ویز کا ارتکاب کر سکتے ہیں اور ان پر ان کے متعلقہ کھیلوں سے پابندی عائد کر سکتے ہیں۔

سپلیمنٹس پر مشتمل ہو سکتا ہے:

- ممنوعہ مادوں پر مشتمل ہو سکتا ہے۔
- مینوفیکچرنگ کے عمل کے دوران ممنوعہ مادوں سے آلودہ ہو سکتا ہے۔
- فہرست میں ظاہر ہونے والے عناصر سے مختلف نام ہو سکتے ہیں۔
- ڈبلیو اے ڈے اے کے ذریعہ 'قبول کیا ہوا' یا کھلاڑیوں کے لیے 'محفوظ' جیسے جھوٹے دعوے کر سکتے ہیں۔
- ان کے لیبل سے بعض عناصر کو خارج کر سکتے ہیں۔
- انٹرنیٹ پر جعلی مصنوعات کے طور پر فروخت کیا جا سکتا ہے۔

کھلاڑیوں کو یہ یقینی بنانا ہوگا کہ وہ سپلیمنٹس کے استعمال سے وابستہ خطرات کو پوری طرح سمجھتے ہیں اور ان خطرات کو کم کرنے کے طریقے جانتے ہیں۔

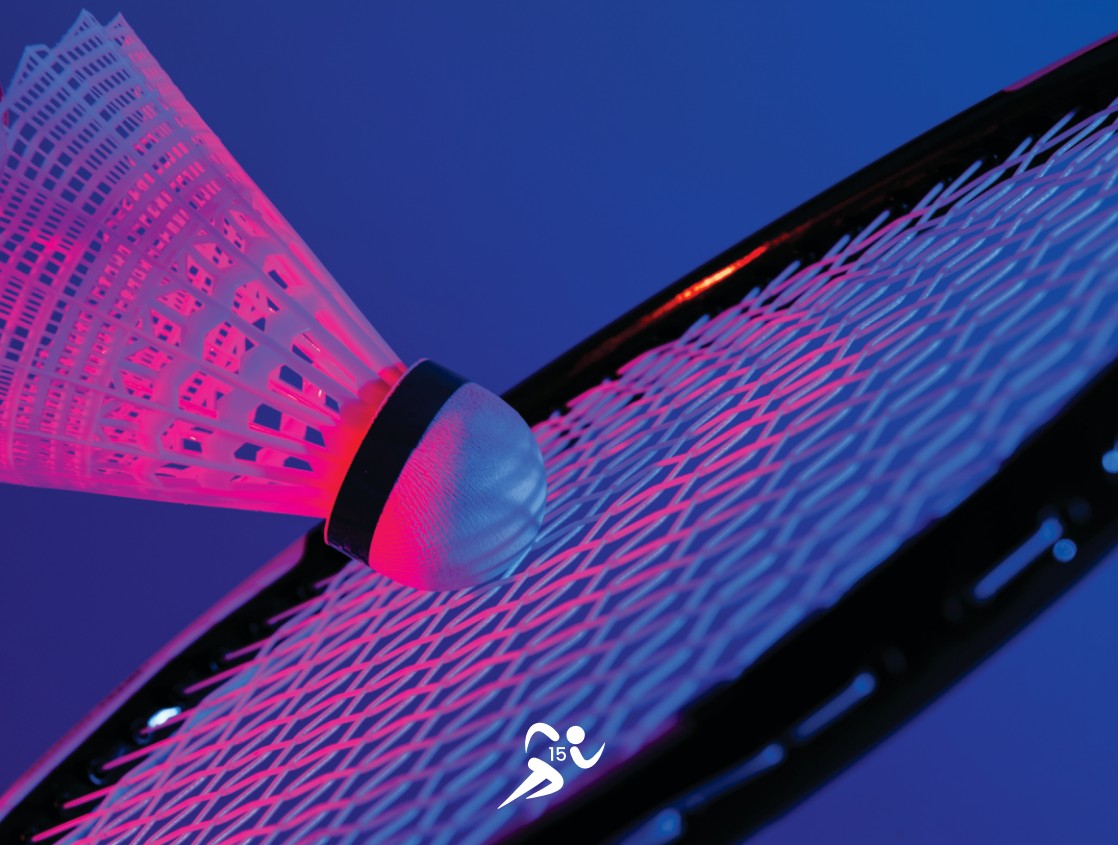
- سپلیمنٹس جن کا پیچ ٹیسٹ نہیں کیا جاتا ہے غیر ارادی ڈوپنگ کا خطرہ بڑھاتا ہے۔
- سپلیمنٹس استعمال کرنے سے پہلے کھلاڑیوں کو اپنی مستعدی سے کام لینا چاہیے۔



کھلاڑیوں کے لیے سفارشات

ان خطرات کو کم کرنے کے لیے، کھلاڑی کئی احتیاطی تدابیر اختیار کر سکتے ہیں

- **ماہرین سے مشورہ کریں:** کسی بھی سپلیمنٹ کا استعمال شروع کرنے سے پہلے ہمیشہ ڈاکٹر، غذائی ماہر یا ہیلتھ کیئر پروفیشنل سے مشورہ کریں۔
- **لیبل کو غور سے پڑھیں:** تمام اجزاء کو غور سے پڑھیں اور انہیں عالمی انسدادِ ڈوپنگ ایجنسی (واڈا) کی ممنوعہ اشیاء کی تازہ ترین فہرست سے لازمی طور پر چیک کریں۔
- **تھرڈ پارٹی سرٹیفکیشن دیکھیں:** لیبل پر کسی مستند تھرڈ پارٹی کی تصدیق تلاش کریں تاکہ اس کی صداقت کا یقین ہو۔
- **خوراک کے اصولوں کی پابندی کریں:** تجویز کردہ خوراک کی حد میں رہیں اور اضافی مقدار سے پرہیز کریں۔
- **استعمال بند کرنے پر غور کریں:** اگر ممکن ہو تو سپلیمنٹس کا استعمال مکمل طور پر ترک کرنے پر غور کریں۔
- **آن لائن خریداری سے گریز کریں:** جعلی یا غیر معیاری سپلیمنٹس کے خطرے سے بچنے کے لیے انہیں آن لائن خریدنے سے گریز کریں۔
- **مشکوک اجزاء سے ہوشیار رہیں:** ان سپلیمنٹس سے محتاط رہیں جن میں عددی اور یونانی حروف یا مخصوص لاحقے (suffixes) شامل ہوں۔



اگر آپ کوئی سپلیمنٹ استعمال کرتے ہیں:

1. **ماہرین سے مشورہ کریں:** کسی بھی سپلیمنٹ کا استعمال شروع کرنے سے پہلے ہمیشہ ڈاکٹر، غذائی ماہر یا ہیلتھ کیئر پروفیشنل سے مشورہ کریں۔

2. **بیچ ٹیسٹ سرٹیفکیٹ محفوظ رکھیں:** اگر آپ سپلیمنٹ استعمال کرتے ہیں تو کسی بیچ ٹیسٹ شدہ پراڈکٹ کا انتخاب کریں تاکہ خطرات کو کم کیا جا سکے۔

3. **خریداری کا ثبوت:** جیسے کہ رسید محفوظ رکھیں۔ قدرتی اور غذائیت سے بھرپور خوراک کا کوئی نعم البدل نہیں۔ صحیح وقت پر، صحیح مقدار میں اور صحیح خوراک لینا ہی بہترین حکمت عملی ہے۔

قدرتی اور غذائیت سے بھرپور خوراک کا کوئی نعم البدل نہیں۔ صحیح وقت پر، صحیح مقدار میں اور صحیح قسم کی خوراک لینا ہی بہترین پالیسی ہے۔



ادویات کا استعمال اور
تھیراپیوٹک یوز ایگزمپشنز

ایتھلیٹ کی صحت نہایت اہم ہے۔ اگر کسی ایتھلیٹ کو درست طبی وجوہات کی بنا پر ایسی دوا استعمال کرنی ہو جس میں ممنوعہ اجزاء شامل ہوں یا کوئی ممنوعہ طریقہ علاج اپنانا ہو تو وہ یہ کر سکتا ہے لیکن مخصوص شرائط کے تحت۔ وہ ایتھلیٹس جنہیں کسی بیماری یا طبی حالت کے باعث ایسی دوا استعمال کرنا پڑے جس کے اجزاء ممنوعہ فہرست میں شامل ہوں، انہیں تھیراپیوٹک یوز ایگزمپشن (TUE) حاصل کرنا ضروری ہے۔

ٹی یو ٹی یہ یقینی بناتی ہے کہ ایتھلیٹ اپنی طبی حالت کا علاج کروا سکیں، چاہے اس میں کوئی ممنوعہ دوا یا طریقہ استعمال ہو، اور ساتھ ہی وہ کسی قسم کی پابندی یا سزا سے بچ سکیں۔

ٹی یو ٹی درج ذیل صورتوں میں دی جاتی ہے:

- کسی تشخیص شدہ طبی حالت کے لیے
- مقررہ مدت کے لیے
- مقررہ خوراک اور استعمال کی تعداد کے لیے
- مخصوص طریقہ کار (طریقہ استعمال) کے تحت



کسی بھی دوا کے استعمال سے پہلے ایک ایتھلیٹ کے طور پر آپ کو چاہیے کہ اس دوا کا اسٹیٹس ممنوعہ اشیاء کی فہرست یا نیشنل اینٹی ڈوپنگ ایجنسی (ناڈا) انڈیا سے چیک کریں۔ اگر وہ مادہ ممنوع ہو، تو آپ کو تھیراپیوٹک یوز ایگزمپشن (ٹی یو ای) کے لیے درخواست دینے کا عمل مکمل کرنا ہوگا۔

ٹی یو ای کا طریقۂ کار



معالج

ایتھلیٹ اپنے معالج کے پاس جاتا ہے اور اس کی تشخیص میں کوئی ایسی طبی حالت سامنے آتی ہے جس کے علاج کے لیے کسی ممنوعہ دوا یا طریقہ علاج کا استعمال ضروری ہوتا ہے۔

ایتھلیٹ

ٹی یو ای کیلئے اپلائی کریں

اے ڈی یو ٹی یو ای منیجر/ ایڈمنسٹریٹر

مکمل شدہ درخواست اے ڈی او ٹی وی ای سے کو جمع کروائیں

ٹی یو ای سی

فیصلے کے لیے درکار 21 دن

اے ڈی یو ٹی یو ای منیجر/ ایڈمنسٹریٹر

ایتھلیٹ کو ٹی یو ای سی کمیٹی کے فیصلے سے آگاہ کیا جاتا ہے اور یہ فیصلہ اے ڈی اے ایم ایس میں ریکارڈ کیا جاتا ہے۔

ایتھلیٹس کو چاہیے کہ جیسے ہی انہیں کوئی طبی دوا یا طریقہ استعمال تجویز کیا جائے، وہ جلد از جلد تھیراپیوٹک یوز ایگزمپشن (ٹی یو ای) کے لیے درخواست دیں۔ اگر وہ دوا صرف مقابلے کے دوران ممنوعہ ہے تو یقینی بنائیں کہ آپ مقابلے سے کم از کم 30 دن پہلے درخواست جمع کرا دیں۔

ڈوپنگ کنٹرول کا طریقہ کار

کھلاڑیوں کا کسی بھی وقت اور کسی بھی جگہ پر ٹیسٹ لیا جا سکتا ہے۔ ٹیسٹنگ مقابلے کے دوران، مقابلے سے باہر، تربیتی مقامات پر یا کھلاڑی کے گھر یا موجودہ رہائشگاہ پر بھی کی جا سکتی ہے۔ یہ ٹیسٹنگ بغیر کسی پیشگی اطلاع کے کی جائے گی۔

جب کھلاڑیوں کو ڈوپنگ کنٹرول (ٹیسٹنگ) کے لیے منتخب کیا جاتا ہے تو وہ درج ذیل عمل سے گزرتے ہیں:



پیشاب کے نمونے کے جمع کرنے کا طریقہ



- کھلاڑی نمونہ جمع کرنے کیلئے ایک برتن منتخب کریں گے۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ وہ برتن سیل شدہ اور مکمل حالت میں ہو۔
- ایک ڈوپنگ کنٹرول آفیسر (ڈی سی او) جو کہ کھلاڑی کے ہم جنس ہوں گے نمونہ دیتے وقت اس عمل کی نگرانی کریں گے۔
- کھلاڑی نمونہ جمع کرنے کا ایک کِٹ منتخب کریں گے۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ وہ سیل شدہ، صحیح حالت میں ہو، اور دونوں بوتلوں پر نمبر (کوڈ) ایک جیسے ہوں۔
- کھلاڑی پیشاب کے نمونے کو ''اے'' اور ''بی'' بوتلوں میں تقسیم کریں گے اور انہیں سیل کریں گے۔
- کھلاڑی ڈوپنگ کنٹرول فارم (ڈی سی ایف) پر دی گئی معلومات کا جائزہ لیں گے اور کچھ تفصیلات شامل کریں گے، جیسے اپنے کوچ کا نام، گزشتہ 7 دنوں کے دوران لی گئی دوائیں اور سپلیمنٹس۔ فارم کی ایک کاپی ان کے ای میل پتے پر بھیجی جائے گی۔

اگر ڈوپنگ کنٹرول کے عمل سے متعلق کوئی خدشات ہوں، تو کھلاڑی انہیں ڈوپنگ کنٹرول فارم (ڈی سی ایف) یا ایک اضافی رپورٹ فارم پر تحریر کر سکتے ہیں۔

نمونے خفیہ طور پر واڈا سے منظور شدہ تجربہ گاہ میں بھیجے جائیں گے؛ اس کا مطلب ہے کہ تجربہ گاہ کو کھلاڑی کا نام یا قومیت معلوم نہیں ہوگی، صرف نمونے کا نمبر معلوم ہوگا۔

- نمونہ ''اے'' کھولا جاتا ہے اور اس کا تجزیہ کیا جاتا ہے۔
- اگر ''اے'' نمونہ منفی آئے (یعنی ممنوعہ مادہ نہ پایا جائے) تو یہ عمل یہیں پر ختم ہو جاتا ہے۔
- نمونوں کو 10 سال تک محفوظ رکھا جا سکتا ہے اور ان کا دوبارہ تجزیہ بھی کیا جا سکتا ہے۔
- نمونہ ''بی'' محفوظ طریقے سے اسٹور کیا جاتا ہے۔

اگر ''اے'' نمونہ مثبت آنے پر

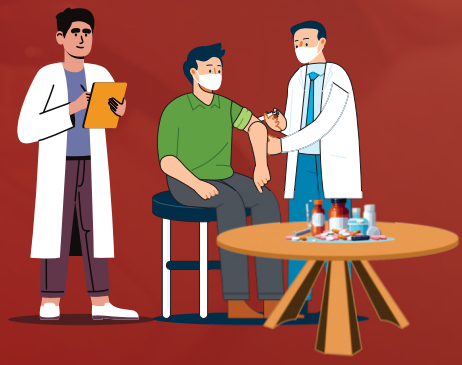
- کھلاڑی کو ''بی'' نمونہ کھولنے کی تاریخ وقت اور مقام کے بارے میں آگاہ کیا جائے گا، اگر کھلاڑی اس کی درخواست کرے۔
- کھلاڑی یہ فیصلہ کر سکتا ہے کہ ''بی'' نمونے کا تجزیہ نہ کروایا جائے۔
- کھلاڑی اور/ یا ان کا نمائندہ ''بی'' نمونہ کھولنے کے وقت موجود ہونے کا موقع حاصل کر سکتے ہیں۔
- کھلاڑی یہ حق بھی چھوڑ سکتا ہے کہ وہ ''بی'' نمونہ کھولنے کے وقت موجود ہو۔

اگر ''بی'' نمونہ مثبت آنے پر

- اگر ''بی'' نمونہ ''اے'' نمونے کے نتائج کی تصدیق کرتا ہے، یا اگر کھلاڑی فیصلہ کرتا ہے کہ ''بی'' نمونے کا تجزیہ نہ کروایا جائے تو ''اے'' نمونے کا نتیجہ ایک ممکنہ اینٹی ڈوپنگ اصول کی خلاف ورزی (اے ڈی آر وی) تصور کیا جاتا ہے۔

خون کے نمونے جمع کرنے کا طریقہ

- بعض اوقات خون کے نمونے بھی لیے جاتے ہیں۔ یہ عمل کافی حد تک مشابہ ہوتا ہے
- خون ایک بلڈ کنٹرول افسر (بی سی او) کے ذریعے جمع کیا جائے گا جو خون لینے کی تربیت یافتہ اور مناسب قابلیت رکھتا ہو۔
- کھلاڑی خون کا نمونہ جمع کرنے کا ایک کِٹ منتخب کریں گے۔ اس بات کو یقینی بنائیں کہ وہ سیل شدہ، مکمل حالت میں ہو، اور تمام شیشیوں پر نمبر ایک جیسے ہوں۔
- خون لینے سے قبل کھلاڑی کو 10 منٹ تک بیٹھے (آرام کی حالت میں) رہنا ہوگا۔
- جب ایتھلیٹ بایولاجیکل پاسپورٹ (اے بی پی) کیلئے خون کا ٹیسٹ لیا جاتا ہے تو کھلاڑی گزشتہ دو گھنٹوں میں کوئی مقابلہ یا تربیت نہیں کر چکا ہو۔ لہٰذا اگر کھلاڑی حال ہی میں سرگرم رہا ہو تو اسے کچھ وقت تک نگرانی میں رکھا جا سکتا ہے۔



خشک خون کے نمونے (ڈی بی ایس) کا جمع کرنے کا طریقہ

خشک خون کے نمونے (ڈی بی ایس) ایک طریقہ ہے جس میں کھلاڑی کی انگلی کی نوک پر چھوٹی سی سوئی چبھو کر چند قطرے خون لیے جاتے ہیں۔ یہ قطرے ایک خاص فلٹر پیپر کارڈ پر رکھے جاتے ہیں تا کہ انہیں واڈا سے منظور شدہ تجربہ گاہوں میں تجزیے کے لیے بھیجا جا سکے۔ ایک ڈوپنگ کنٹرول آفیسر (ڈی سی او) یا بلڈ کنٹرول آفیسر (بی سی او) جو کیپلری خون کے نمونے لینے کی تربیت اور مناسب قابلیت رکھتا ہو، یہ نمونہ جمع کرے گا۔

خشک خون کے نمونے (ڈی بی ایس) کے تجزیے کے لیے بی سی او اس جگہ کا جائزہ لے گا جو نمونہ لینے کے لیے سب سے موزوں ہو اور جس سے کھلاڑی یا اس کی کارکردگی پر منفی اثر نہ پڑے۔ کھلاڑی خود نمونہ لینے کی جگہ کو گرم کرے گا۔ بی سی او خون لینے والی جگہ کو جراثیم سے پاک کرنے والے پیڈ یا روئی سے صاف کرے گا۔ بی سی او انگلیوں یا بازو کے اوپری حصے سے خون لے گا۔ پھر بی سی او ڈی بی ایس کے نمونوں کو محفوظ کِٹ میں منتقل کرے گا، جس پر 'اے' اور 'بی' کا لیبل چسپاں ہوگا۔



کھلاڑی کی موجودگی

موجودگی سے مراد وہ معلومات ہیں جن کے ذریعے کھلاڑیوں کو ٹیسٹنگ کے لیے تلاش کیا جا سکتا ہے۔ یہ معلومات ان افراد یا اداروں کے لیے ہوتی ہیں جنہیں کھلاڑیوں کا ٹیسٹ لینے کا اختیار حاصل ہوتا ہے۔ یہ معلومات فراہم نہ کرنا، یا غلط یا گمراہ کن معلومات دینا نتائج کا سبب بن سکتا ہے۔

تمام کھلاڑی جو رجسٹرڈ ٹیسٹنگ پول (آر ٹی پی) میں شامل ہیں انہیں ہر سہ ماہی کی پیشگی بنیاد پر درست موجودگی کی معلومات فراہم کرنی ہوتی ہیں۔ سفر کے دوران خواہ وہ طے شدہ ہو یا ہنگامی، اینٹی ڈوپنگ ایڈمنسٹریشن اینڈ مینجمنٹ سسٹم (اے ڈی اے ایم ایس) کا استعمال ضروری ہے۔ یہاں تک کہ غیر متوقع ہنگامی حالات میں بھی۔ واضح ہدایات فراہم کی جانی چاہئیں تا کہ آپ کو آسانی سے تلاش کیا جا سکے۔

اگر نمونہ 'اے' مثبت آتا ہے

نیشنل اینٹی ڈوپنگ ایجنسی انڈیا (ناڈا) ہی وہ حتمی ادارہ ہے جو کھلاڑیوں کو رجسٹرڈ ٹیسٹنگ پول (آر ٹی پی) میں شامل کرنے کا فیصلہ کرتا ہے۔ یہ انتخاب ورلڈ اینٹی ڈوپنگ ایجنسی (واڈا) کی جانب سے شائع کردہ انٹرنیشنل اسٹینڈرڈ فار ٹیسٹنگ اینڈ انویسٹی گیشن (آئی ایس ٹی آئی) کے مطابق کیا جاتا ہے۔ ناڈا انڈیا باقاعدگی سے آر ٹی پی کے معیار کا جائزہ لیتی ہے اور متعلقہ اصولوں کے مطابق فہرست کو اپ ڈیٹ کرتی ہے۔

رجسٹرڈ ٹیسٹنگ پول (آر ٹی پی) میں شامل ہر کھلاڑی کے لیے ضروری ہے کہ:

- ہر سہ ماہی میں اپنی موجودگی کی معلومات ناڈا انڈیا کو فراہم کرے، جیسا کہ انٹرنیشنل اسٹینڈرڈ فار ٹیسٹنگ (ایس ٹی آئی) میں بیان کیا گیا ہے
- ہر وقت درست اور مکمل معلومات اپ ڈیٹ رکھے
- جب بھی ضروری ہو ان معلومات کے مطابق ٹیسٹنگ کے لیے خود کو دستیاب رکھے۔

اسپیک اَپ

ہر فرد کی ذمہ داری ہے کہ وہ صاف ستھری کھیلوں کا تحفظ کرے۔ صاف کھیل میں حصہ لینے کے لیے ضروری ہے کہ کھیل سے وابستہ افراد ڈوپنگ کا شبہ ہونے پر آواز بلند کریں۔ اگر کھلاڑیوں یا کوچز کو کسی ایسی سرگرمی کا شک ہو، مشاہدہ ہو یا علم ہو جو صاف کھیل کے خلاف ہو، تو ان کی ذمہ داری ہے کہ وہ اس کی اطلاع دیں۔ صاف کھیل کے تحفظ کے لیے معلومات فراہم کرنے اور رپورٹ کرنے کے مختلف طریقے موجود ہیں۔

اسپیک اَپ-واڈا کا رپورٹنگ پلیٹ فارم

واڈا کا ''اسپیک اَپ'' پلیٹ فارم کسی بھی فرد یا تنظیم کے بارے میں معلومات فراہم کرنے کے لیے ہے، اور یہ عمل مکمل طور پر رازدارانہ ہوتا ہے۔ آپ کسی بھی مشتبہ ڈوپنگ، اینٹی ڈوپنگ قوانین کی خلاف ورزی (اے ڈی آر وی) یا کسی بھی ایسے عمل یا کوتاہی کی اطلاع دے سکتے ہیں جو صاف کھیل کے اصولوں کے خلاف ہو۔ رپورٹ کرنے کے لیے درج ذیل ویب سائٹ پر جائیں https://speakup.wada-ama.org/frontpage

نیشنل اینٹی ڈوپنگ ایجنسی (این اے ڈی اے) انڈیا کا اسپیک اَپ پلیٹ فارم

''اسپیک اپ'' پلیٹ فارم ناڈا انڈیا کا ایک اہم اقدام ہے جو کھلاڑیوں، معاون عملے، اور وسیع تر کھیلوں کی برادری کو یہ اختیار دیتا ہے کہ وہ کسی بھی مشتبہ اینٹی ڈوپنگ خلاف ورزی کو رازداری کے ساتھ رپورٹ کریں۔ یہ پلیٹ فارم عالمی بہترین روایات کے مطابق ہے اور بھارت کے کھیلوں کی دیانت داری کے عزم کو تقویت دیتا ہے۔

یہ پلیٹ فارم فراہم کی گئی معلومات کی رازداری اور سکیورٹی کو یقینی بناتا ہے، جس سے مخبر بغیر کسی انتقامی کارروائی کے خوف کے، نیک نیتی سے رپورٹ کر سکتا ہے۔ رپورٹس گمنام طور پر یا اپنی تفصیلات کے ساتھ جمع کرائی جا سکتی ہیں، جیسا کہ مخبر مناسب سمجھے۔ اگر آپ کو کسی ڈوپنگ سے متعلق خلاف ورزی کا علم ہو تو فوراً اطلاع دیں: speakup-nada@gov.in

یہ اقدام ''پلے ٹرو'' کے وسیع مشن کی حمایت کرتا ہے، جو بھارت میں شفاف، اخلاقی اور صاف کھیلوں کے ماحول کو فروغ دیتا ہے

سوشل میڈیا پلیٹ فارمس پر لنک کے لیے





ٹوئٹر (ایکس)
https://x.com/NADAIndiaOffice

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

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

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

فیس بُک
https://www.facebook.com/NADAIndiaOfficial

QR Code to access Link Tree

https://linktr.ee/NadaIndialinks

کسی ممنوعہ دوا کے ذریعے کھیلوں کے کیریئر کو برباد نہ کرنے دیں!

کھلاڑی غیر ارادی ڈوپنگ سے خود کو محفوظ رکھ سکتے ہیں، اگر وہ ناڈا انڈیا کے ذریعے کسی دوا یا اس کے اجزاء کی ممنوعہ حیثیت کو آسانی سے تلاش کریں۔

ایپ کے ذریعے اپنی دوا کو جانیں

اسکین کر کے ڈاؤن لوڈ کریں



نوٹ: اگر کسی قسم کا اختلاف ہو تو اس کتابچے کا انگریزی ورزن حتمی سمجھا جائے گا۔

सत्यमेव जयते
Government of India

निष्पक्ष खेल
Play fair

نیشنل اینٹی ڈوپنگ ایجنسی انڈیا

پتہ: ریمپ نمبر 02، ہال نمبر104-103، پہلی منزل، جواہر لال نہرو اسٹیڈیم کمپلیکس، لودھی روڈ، نئی دہلی-110003

فون: +91-11-24368274

ای میل: edu-nadaindia@gov.in, info.nada@nic.in

#SAYNO TODOPING | TODAY & EVERYDAY