Antidopingplan för *(fyll i idrottsföreningens/gymmets namn)*

Datum: *(fyll i datum för planen)*

Vi vill:

* Skydda våra idrottares prestationer och tävlan på lika villkor.
* Främja en sund träningskultur.

Så här gör vi för att förebygga doping i vår förening:

Förebyggande åtgärder

* Vi utser en antidopingansvarig som ansvarar för att åtgärderna genomförs och gör en tidsplan för när de ska vara genomförda.
* Vi informerar klubbens ledare/tränare och övriga medlemmar om gällande antidopingplan.
* Vi informerar om klubbens antidopingplan på hemsida, i sociala medier och i andra sammanhang, t ex för kommun, sponsorer och andra samarbetspartners.
* Vi marknadsför att vi har vaccinerat oss, bland annat genom att beställa ett diplom som vi sätter upp i våra lokaler.
* Vi uppmanar ledare/tränare och idrottsutövare att göra [kunskapstestet på vaccineraklubben.se.](https://www.vaccineraklubben.se/vaccinera-din-klubb/kunskapstest/)
* Vi uppmanar ledare/tränare och idrottsutövare att göra e-utbildningen Ren vinnare.
* Vi ålägger vissa grupper av ledare/tränare och idrottarsutövare *(ange vilka)* att göra e-utbildningen Ren vinnare. Dessutom göra kunskapstestet i Ren vinnare för att repetera sina kunskaper årligen. Vi följer upp att detta gjorts.
* Ledare/tränare tar upp antidopingfrågan med sina aktiva genom att använda Antidoping Sveriges handledning ”Antidopingsnack”.
* Vi delar ut foldrarna ”Tänk efter Före” och ”Dopingkontroll” till våra aktiva.
* Vi använder Antidoping Sveriges serie filmade föreläsningar och tillhörande handledning för att fördjupa kunskapen hos föreningens ledare/tränare och idrottsutövare.
* Vi kontaktar vårt RFSISU-distrikt med förfrågan om antidoping-föreläsning för våra medlemmar.
* Vi planerar en särskild antidopingvecka varje år där vi lyfter frågan extra mycket.
* Vi uppdaterar hemsidan med grundläggande antidopinginformation genom att utgå från lathunden som finns att ladda hem på vaccineraklubben.se.
* Vi sprider kunskap i sociala medier genom att följa Antidoping Sverige och dela deras inlägg.
* Vi sprider antidopingbudskapet genom att kostnadsfritt beställa affischer, banderoller m.m. från Antidoping Sverige som vi sätter upp i våra lokaler.
* Vi har endast samarbeten/avtal med gym som är diplomerade med ”Vaccinera klubben mot doping” eller [”100% ren hårdträning”.](https://www.renhardtraning.com/)
* Vi har information i vårt medlemsavtal rörande antidoping (*se förslag till text på* [*vaccineraklubben.se*](https://www.vaccineraklubben.se/material/))
* Vi informerar våra medlemmar om Antidoping Sveriges [tipsfunktion för misstänkt doping.](https://dopingtips.se/)
* Vi prenumererar på Antidoping Sveriges nyhetsbrev och sprider aktuella nyheter till våra medlemmar.
* Vi kommer att beställa och bekosta extra dopingkontroller.

Akuta åtgärder  
*(Fyll på här med den plan ni tagit fram eller låt det bara stå att beredskapsplanen finns och gör ett separat dokument som beskriver vad ni kommit fram till.)*

* Vi har en beredskapsplan för insatser vid misstanke om doping samt ifall ett dopingfall skulle inträffa.

ADSE aug 2023