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

Datum: *(fyll i datum för planen)*

Vi:

* Vill ha en verksamhet helt fri från doping.
* Bedriver en naturlig och hälsosam träning utan droger.
* Arbetar förebyggande mot anabola androgena steroider.

Så här gör vi för att förebygga doping i vår förening/på vårt gym:

Förebyggande åtgärder

*(Nedanstående punkter är de som föreslås i diskussionshandledningen. Ta bort de punkter ni inte vill använda och lägg till nya om ni vill.)*

* Vi utser en antidopingansvarig som ansvarar för att åtgärderna genomförs och gör en tidsplan för när de ska vara genomförda.
* Vi informerar alla instruktörer/tränare om gällande antidopingplan.
* Vi informerar gymmets medlemmar om antidopingplanen.
* Vi marknadsför att vi har vaccinerat oss, bland annat genom att beställa ett diplom som vi sätter upp i våra lokaler.
* Instruktörer/tränare gör [kunskapstestet på vaccineraklubben.se.](https://www.vaccineraklubben.se/vaccinera-din-klubb/kunskapstest/)
* Vi uppmanar gymmedlemmar att göra [kunskapstestet på vaccineraklubben.se.](https://www.vaccineraklubben.se/vaccinera-din-klubb/kunskapstest/)
* Instruktörer/tränare genomför [e-utbildningen Ren vinnare](https://renvinnare.se/).
* Instruktörer/tränare läser [”Ren träning – en handbok kring dopning för personal på träningsanläggningar”.](https://static1.squarespace.com/static/5af0384d31d4dfc85d158efe/t/6093c0a482c536407609606c/1620295851838/Ren_tra%CC%88ning_Handbok.pdf)
* Efter att ha läst ”Ren träning” genomförs uppföljande diskussion.
* Vi har information i vårt medlemsavtal rörande antidoping.
* Vi delar ut [foldrarna ”Tänk efter Före” och ”Dopingkontroll”](https://www.vaccineraklubben.se/material/) till nya medlemmar.
* Vi ser till att ha en uppdaterad hemsida med grundläggande antidopinginformation.
* Vi sprider kunskap i sociala medier, bland annat genom att följa [Antidoping Sverige på Instagram](https://www.instagram.com/antidopingsverige_/) och dela inläggen.
* Vi sprider antidopingbudskapet genom att beställa affischer, banderoller m.m. från Antidoping Sverige som vi sätter upp i våra lokaler.
* Vi planerar en särskild antidopingvecka varje år där vi lyfter frågan extra mycket.
* 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