Antidopingplan för *(fyll i 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.
* Vi uppmanar personal och instruktörer/tränare att göra kunskapstestet på vaccineraklubben.se.
* Vi uppmanar gymmedlemmar att göra kunskapstestet på vaccineraklubben.se.
* Vi uppmanar/ålägger personal och instruktörer/tränare att genomföra e-utbildningen Ren vinnare. Dessutom göra kunskapstestet i Ren vinnare för att repetera sina kunskaper årligen. Vi följer upp att detta gjorts.
* Vi uppmanar/ålägger gymmedlemmar att genomföra e-utbildningen Ren vinnare.
* 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 uppmuntrar våra medlemmar om att rapportera misstänkt doping via Antidoping Sveriges [kanaler för tipslämning.](https://antidoping.se/dopingtips)
* Vi prenumererar på Antidoping Sveriges nyhetsbrev och sprider aktuella nyheter till våra medlemmar.
* Vi beställer och bekostar 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 juni 2025