



# Antidopingplan för Shotokan Klubb Botkyrka

Uppdaterad: December 2023

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://vaccineraklubben.se).
- Vi uppmanar ledare/tränare och idrottsutövare att göra e-utbildningen Ren vinnare.
- Vi ålägger vissa grupper av ledare/tränare och idrottsutövare (*ungdomar och vuxna*) 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 kontakter 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](https://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](#)".
- Vi har information i vårt medlemsavtal rörande antidoping
- Vi informerar våra medlemmar om Antidoping Sveriges [tipsfunktion för misstänkt doping](#).
- Vi prenumererar på Antidoping Sveriges nyhetsbrev och sprider aktuella nyheter till våra medlemmar.
- Vi kommer att beställa och bekosta extra dopingkontroller.

## Akuta åtgärder

Vi har en beredskapsplan för insatser vid misstanke om doping.

- Vid en situation där det finns misstanke eller om vi upptäcker att någon använder dopingmedel samtalar tränare/ledare med personen. I samtalet tas klubbens policy och de risker det finns upp. Om det gäller en ungdom blir även förälder/vårdnadshavare kontaktad.
- Om en medlem efter dopingkontroll visar sig vara dopad eller har eller smitit från dopingkontroll, tar en representant från klubben (från styrelsen eller en ledare) direkt kontakt med personen i fråga och förklarar/diskuterar konsekvenserna. Även eventuell hjälp tas upp.
- Vi följer de påföljder som Dopingnämnden u dopingreglerna har skett.