



# friskis

## Antidopingplan för Friskis&Sveltis Lomma/Burlöv

### Vi

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

### Handlingsplan

Så här gör vi för att förebygga doping hos oss

- Vi har en antidopingansvarig som ansvarar för att åtgärderna genomförs.
- Vi informerar alla instruktörer/tränare om gällande antidopingplan.
- Instruktörer/tränare/styrelse genomför RF:s kunskapstest om antidoping på [rf.se/vaccinera](http://rf.se/vaccinera).
- Instruktörer/tränare/styrelse går igenom RF:s handledning ”Antidopingsnack”.
- Instruktörer/tränare läser boken ”Ren träning – en handbok kring doping för personal på träningsanläggningar”.
- Vi informerar gymmets medlemmar om antidopingplanen.
- Vi uppmanar gymmedlemmarna att göra RF:s kunskapstest på [rf.se/vaccinera](http://rf.se/vaccinera).
- Vi delar ut foldrarna ”Tänk efter Före” och ”Dopingkontroll – dina rättigheter och skyldigheter” till våra aktiva.
- Vi uppdaterar hemsidan med grundläggande antidopinginformation genom att utgå från lathunden som finns att ladda hem på [rf.se/vaccinera](http://rf.se/vaccinera).
- Vi marknadsför att vi har vaccinerat oss genom att beställa ett diplom som vi sätter upp i våra lokaler.
- Vi informerar/utbildar alla funktionärer kontinuerligt.
- Förbud mot doping finns med i våra medlemsregler.



Riksidrottsförbundet

# VACCINERA KLUBBEN MOT DOPING

## Akut

- Vi har en beredskapsplan för insatser vid misstanke om doping enligt nedan:
  - Vi kontaktar RF för dopingkontroll
- Om en medlem efter dopingkontroll visar sig vara dopad eller har vägrat/smitit.
  - Personen stängs av från F&S Lomma/Burlöv i minst två år.
  - Vi guidar personen till hjälp och rådgivning
  - Antidopingansvarig är kontaktperson mot media.
  - Total sekretess råder.

Dopingplanen är genomgången och beslutad av styrelsen 2017-11-13

