

Handlingsplan mot dopning – Harnäs Skutskärs Simförening

1. Syfte

Syftet med denna handlingsplan är att:

- Motverka all form av dopning inom simsporten.
- Skydda våra aktivas hälsa och rättvisa tävlingsförutsättningar.
- Ge ledare, tränare, aktiva och vårdnadshavare tydliga rutiner för hur dopningsfrågor hanteras.

2. Mål

- Föreningen ska vara helt dopningsfri.
- Alla aktiva och ledare ska känna till vad dopning är och vilka konsekvenser det medför.
- Eventuella misstankar ska hanteras snabbt, korrekt och respektfullt.

3. Definition

Dopning innebär användning av förbjudna substanser eller metoder enligt WADA:s (World Anti-Doping Agency) lista. I Sverige regleras detta av Dopningslagen (1991:1969) och Riksidrottsförbundets (RF) antidopingreglemente.

Exempel på dopningspreparat:

- Anabola steroider
- Testosteron och andra hormonpreparat
- Tillväxthormon
- Vissa läkemedel utan giltigt medicinskt undantag (TUE)

4. Förebyggande arbete

Föreningen arbetar förebyggande genom:

a) Utbildning:

- Alla aktiva över 15 år och deras tränare ska genomföra RF:s e-utbildning "Ren vinnare".
<https://www.antidoping.se/utbildning-fakta/utbildning/ren-vinnare/>
- Nya tränare informeras om dopningspolicy vid introduktion.
- Informationsmöten hålls regelbundet för aktiva och föräldrar om kost, tillskott och dopningens risker.

b) Tydliga regler:

- Dopning är inte tillåten inom föreningen.
- Brott mot antidopingreglerna leder till avstängning och polisanmälan.
- Vid tävling gäller alltid Svenska Simförbundets antidopingreglemente.

c) Samarbete:

- Föreningen samarbetar med Antidoping Sverige, kommunens ANDT-samordnare samt Svenska Simförbundet. (ANDT = alkohol, narkotika, dopning, tobak och spel om pengar)

5. Misstanke om dopning

Vid misstanke om dopning ska följande steg följas:

1. Observera och dokumentera tecken (t.ex. snabb muskeltillväxt, aggressivitet, humörsvängningar, rykten).
2. Informera huvudtränare eller ordförande – aldrig agera ensam.
3. Samtala med den aktive i en lugn och respektfull ton.
4. Kontakta Antidoping Sverige (08-555 100 40) för rådgivning vid behov.
5. Vid tydlig misstanke om lagbrott – kontakta polisen (114 14).

6. Vid bekräftad dopning

Om en aktiv, ledare eller medlem påträffas dopad eller erkänner dopning:

- Personen stängs av omedelbart från all verksamhet.
- Styrelsen informeras och ansvarar för vidare åtgärder.
- Polisanmälan görs vid misstanke om brott mot Dopningslagen.
- Föreningen erbjuder stöd och vägledning (ex. via vårdcentral eller beroendemottagning).
- Händelsen dokumenteras skriftligt.

7. Ansvarsfördelning

Styrelse – Fastställer och följer upp handlingsplanen.

Huvudtränare – Ansvarar för att regler kommuniceras till aktiva och ledare.

Tränare & ledare – Observera, rapportera och agera vid misstanke.

Aktiva – Följa regler, avstå från förbjudna preparat.

Föräldrar – Stödja och uppmuntra rena värderingar.

8. Uppföljning och revidering

- Handlingsplanen ska ses över varje år av styrelsen.
- Incidenter, utbildningar och eventuella förbättringsförslag dokumenteras.
- Nya aktiva och ledare informeras vid säsongsstart.

9. Kontaktuppgifter

Ordförande: Leif Bergström / kansli@hss.nu

Antidoping Sverige: 08-555 100 40 – www.antidoping.se

Polisen: 114 14

Dopningsjouren: 020-546 987