



Antidopingpolicy

Syfte

Stockholms Judoklubb verkar för en trygg, hälsosam och jämställd idrottsmiljö fri från doping. Vi vill värna om våra medlemmars hälsa, idrottens trovärdighet och judo som en sport där respekt, disciplin, mod och ärlighet är centrala värden.

Vår grund

- Vi följer Riksidrottsförbundets (RF) antidopingregler och WADA:s internationella regelverk.
- Vi arbetar aktivt med **Vaccinera klubben** (RF:s antidopingprogram).
- Vi har nolltolerans mot doping i alla former i all klubbverksamhet.

Våra åtaganden

1. Kunskap och utbildning
 - Alla ledare, tränare och styrelsemedlemmar ska känna till antidopingreglerna.
 - Vi informerar våra aktiva (barn, ungdomar och vuxna) och föräldrar om vad doping är, vilka risker det innebär och var man kan hitta information (t.ex. www.antidoping.se).
2. Förebyggande arbete
 - Vi uppmuntrar träning, kost och återhämtning som grund för utveckling – inte genvägar. Vi pratar öppet om doping, kosttillskott och hälsosamma vanor.
 - Vi hänvisar till RF:s rekommendationer kring **kosttillskott** och lyfter riskerna med dessa.
3. Rutiner vid misstanke
 - Om doping misstänks hos en medlem ska detta hanteras snabbt, sakligt, respektfullt och konfidentiellt.
 - Styrelsen ansvarar för att kontakta **RF:s antidopinggrupp** eller **Antidoping Sverige** för rådgivning och vidare åtgärder.

Kommunikation

- Policyn publiceras på klubbens hemsida.
- Varje år, under höstterminen, inbjuds medlemmar och föräldrar till en **"Vaccinera klubben"**-utbildning. Ansvarig är klubbens medicinska expert.

Ansvar

- Styrelsen har det övergripande ansvaret för att policyn följs och uppdateras.
- Tränare har ansvar för att informera aktiva i vardagen.
- Varje medlem har ansvar för att följa policyn.

Uppdaterad 2025-06-30.