

Antidopingplan för *Stockholms Polisen If Simhopp*

Datum: 20250914

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 och tränare och styrelse att göra [kunskapstestet på vaccineraklubben.se](https://vaccineraklubben.se/kunskapstestet).
- Vi uppmanar ledare/tränare och idrottsutövare att göra e-utbildningen Ren vinnare.
- Ledare/tränare tar upp antidopingfrågan med sina aktiva genom att använda Antidoping Sveriges handledning "Antidopingsnack". Detta görs i samband med uppstartsmötet var höst i grupperna för de äldre medlemmarna Utveckling och Topp.
- Vi planerar en särskild antidopingvecka varje år där vi lyfter frågan extra mycket. Uppstartsveckan i samband med lägerverksamheten i augusti varje år.
- Vi uppdaterar hemsidan med grundläggande antidopinginformation genom att utgå från lathunden som finns att ladda hem på vaccineraklubben.se.
- Vi sprider kunskap i sociala medier genom att följa Antidoping Sverige och dela deras inlägg.
- Vi har är mycket noggrana med våra samarbeten/avtal med gym och uppmanar dessa till att bli diplomerade med "Vaccinera klubben mot doping" eller ["100% ren hårdträning"](#).

Akuta åtgärder

I Stockholmspolisens Simhopp IF (SPIF) ser vi som största risk att någon medlem får i sig kosttillskott som innehåller dopingklassade substanser eller bruk av läkemedel utan att den aktive förstår att det är dopingklassat. Här kan föreningen göra stor skillnad med att årligen informera och uppdatera våra aktiva på regler och risker. Vi ska ha en öppen miljö med högt i tak där alla aktiva skall kunna prata med sin tränare vid funderingar och frågor gällande sig själva eller andra.

Årligen i samband med uppstarten i augusti skall de aktiva få en utbildning om kosttillskott, dopingfakta, AAS och regelverk.

Styrelsen skall årligen uppdatera sina kunskaper om doping och hjälpa till i det förebyggande arbetet och vara en naturlig diskussionspart till tränare, medlemmar och föräldrar.

- Vi har en beredskapsplan för insatser vid misstanke om doping samt ifall ett dopingfall skulle inträffa.
 - SPIF har som rutin att det är närmaste tränare som pratar med den aktive i fall med doping pga okunskap hos den aktive.
 - SPIF har utsedda tränare som har huvudansvaret för att stötta övriga tränare i dessa frågor och vid behov hjälpa till och/eller kontakta styrelsen. Elittränare och tränar-ansvarig.
 - Vid tyngre frågor om doping genom medvetet fusk eller att man bryter regler vid dopingkontroll är de huvudansvariga som direkt tar frågan.
 - SPIF är noggranna med att hålla sekretessen och fallet blir känt när den aktive själv går ut med information eller stängs av under ev utredning.
 - SPIF har en strikt 18års gräns när det gäller att kontakta och involvera föräldrar.
 - Elit tränare och huvudtränare är ansvariga att hålla kontakt med media och samarbetspartners.
 - 1 namngiven person i styrelsen är ansvarig för att "vaccinera klubben" och hålla frågan levande och erbjuda stöd till tränare och aktiva samt medlemmar efter behov. Ansvaret ligger på Vice ordförande.
 - Vi misstanke om droganvändning utanför sporten samtalar närmaste tränare direkt med den aktive och om under 18år dess föräldrar. SPIF är en förening som heller stöttar och hjälper sina medlemmar än att arbeta med avstängning och bestraffning.