



Handlingsplan mot doping – Eslövs Simsällskap

1. Syfte

Att förebygga doping genom utbildning, tydliga rutiner och en antidopingkultur i Eslövs Simsällskap.

2. Mål

- Alla aktiva och ledare ska känna till dopingreglerna.
- ESS ska vara en vaccinerad klubb enligt Antidoping Sveriges program.
- Minimera risken för misstagsdoping och kosttillskottsproblem.

3. Förebyggande åtgärder

- Tillsätta en "Antidopingkommitté" med medlemmar av styrelsen.
- Uppdatera vårt medlemsavtal med information om antidoping.
- Årligen genomföra RF:s "Ren Vinnare"-utbildning för alla tränare och ledare förslagsvis i samband med årlig HLR-utbildning
- Regelbundet informera alla simmare över 13 år om dopingregler, kosttillskott och medicinsk dispens.
- Ledare/tränare tar upp antidopingfrågan med sina aktiva genom att använda diskussionshandledningen "Antidopingsnack".
- Publicera antidopingpolicy på hemsidan och i simhallen.

4. Kontroll och uppföljning

- Årlig genomgång av handlingsplanen enligt årshjul
- Rapportera misstankar om doping anonymt via RF:s kanal.
- Beställa dopingkontroller vid behov.

5. Akut beredskapsplan

- Vid misstanke: Dokumentera händelsen och informera styrelsen. Kontakta RF:s antidopinggrupp.
- Vid bekräftad doping: Avstängning enligt RF:s regler. Stöd till individen för rehabilitering och återgång.

6. Ansvar

- Styrelsen: Övergripande ansvar för att planen följs.
- Tränare: Genomför utbildning och informerar aktiva.
- Aktiva: Följer regler och rapporterar misstänkt doping.

7. Versionshantering

Version	Dokumentägare och fastställd av	Datum
1.0	Styrelsen ESS	20251208