



# Antidopingplan för Linköpings Atletklubb 2025

## 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 på Linköpings Atletklubb

### Förebyggande

- Styrelsen är antidopingansvarig och ansvarar för att åtgärderna genomförs.
- Vi informerar alla instruktörer/tränare om gällande antidopingplan.
- Instruktörer/tränare genomför e-utbildningen "Ren vinnare" samt handledningen "Antidopingsnack"
- Alla licensierade lyftare ska genomföra e-utbildningen Ren Vinnare
- Vi uppmanar att instruktörer/tränare läser boken "Ren träning – en handbok kring doping för personal på träningsanläggningar".
- Vi håller en öppen löpande diskussion om antidoping i allmänhet för att upplysa medlemmarna om ämnet.
- Vi informerar klubbens medlemmar om antidopingplanen. Detta görs årligen med ett mailutskick efter årsmötet.
- Vi ställer krav på lyftaren att träna regelbundet på klubben för att få tävla.
- Vi delar ut foldrarna "Tänk efter Före" och "Dopingkontroll – dina rättigheter och skyldigheter" till våra medlemmar.
- Vi uppdaterar hemsidan med grundläggande antidopinginformation genom att utgå från lathunden som finns att ladda hem på <https://www.vaccineraklubben.se/>.
- Vi marknadsför att vi har vaccinerat oss genom att uppdatera hemsidan med en "puff" från <https://www.vaccineraklubben.se/material/>
- Vi marknadsför att vi har vaccinerat oss genom att beställa ett diplom som vi sätter upp i våra lokaler.
- Vi sprider antidopingbudskapet genom att beställa affischer från RF som vi sätter upp i våra lokaler.
- 

### Akut

- Vi tar kontakt med personen i fråga. De som kontaktar personen är i huvudsak ordförande och medlemsansvarig tillsammans som läst igenom den information som finns på [vaccineraklubben.se](https://www.vaccineraklubben.se).
- När kontakt med personen upprättas så ska detta göras på ett diskret sätt eftersom sekretessen i en dopingutredning är sträng.

- Vid eventuellt uppmärksammande av media i ett känt dopingfall så utses en medlem som hanterar intervjuer m.m.
- Vid eventuellt uppmärksammande av sponsorer på grund av dopingfall så utses en medlem som ansvarar för kontakten med sponsorn. Denna medlem skall helst ha god kontakt med sponsorn i fråga.