



**SVENSK  
ANTI-  
DOPING**

VACCINERA  
KLUBBEN  
MOT DOPING

**HJÄLP TILL ATT HÅLLA  
IDROTTELEN DOPINGFRI**

Vaccinera klubben mot doping på  
[www.rf.se/vaccinera](http://www.rf.se/vaccinera)



## KUNSKAP FÖREBYGGER DOPING

Alla medlemmar i en idrottsförening är skyldiga att känna till och följa dopingreglerna. Därför bör du se till att din förening informerar dig och övriga idrottsutövare om vad som gäller. Med hjälp av "Vaccinera klubben mot doping" kan föreningen se till att ledare och idrottsutövare får grundläggande kunskaper om dopingreglerna. På så sätt undviks dopingfall eller andra brott mot dopingreglerna orsakade av okunskap.

Fundera över hur det ser ut i din förening. Förstår ledare och aktiva vad dopingreglerna innebär i praktiken? Vilket ansvar de har att ta reda på om ett läkemedel är dopingklassat eller hur de ansöker om dispens? Om hälso- och dopingrisker vid användande av kosttillskott och om rättigheter och skyldigheter vid dopingkontroll? Om inte, är det hög tid att vaccinera er klubb mot doping!

## SÅ HÄR GÅR VACCINATIONEN TILL

Gå in på [www.rf.se/vaccinera](http://www.rf.se/vaccinera). Samla föreningens styrelse eller en arbetsgrupp utsedd av styrelsen och följ handledningen. Vaccinationen genomförs i fyra steg och tar bara några timmar.



### Steg 1 – Kunskapstest

Gör ett kunskapstest med tio frågor.



### Steg 2 – Diskutera

Diskutera dopingfrågor med hjälp av en handledning och analysera nuläget.



### Steg 3 – Gör en plan

Upprätta en förebyggande handlingsplan och en akut beredskapsplan.



### Steg 4 – Anmäl

Anmäl vaccinationen och informera klubbens medlemmar om antidopingplanen.

När ni är klara har ni en handlingsplan med förebyggande åtgärder och en beredskap för att på ett bra sätt kunna möta akuta situationer som ett dopingfall eller misstankar om doping. Ni får även med er viktiga kunskaper om doping och en praktisk handledning för att prata vidare med idrottsutövare om dopingfrågor.

Vaccinationen är en god investering som stärker klubben och kan användas vid marknadsföring och rekrytering av ledare och medlemmar. Den stärker också klubbens trovärdighet mot kommun, media och sponsorer. Vaccinationen gäller i tre år, därefter behövs det nya diskussioner och ställningstaganden.

## TESTA DINA KUNSKAPER REDAN NU!

	JA	NEJ
1. Kan du lita på ett kosttillskotts innehållsförteckning?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Är cannabis dopingklassat i samband med tävling?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Behöver du på tävling bära med dig ett läkarintyg som intygar ditt läkemedelsbruk?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Måste du alltid ställa upp på dopingkontroll om du blir kallad?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Måste du följa dopingkontrollfunktionärens anvisningar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Kan du riskera fyra års avstängning om du vägrar en dopingkontroll eller avviker från platsen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Får du utöva ledaruppdrag under avstängningsperioden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Kan ni beställa dopingkontroller från Svensk Antidoping om klubben inte är vaccinerad mot doping?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Måste alla medlemmar i en idrottsförening söka medicinsk dispens vid bruk av ett dopingklassat läkemedel?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Gäller svenska dispenser automatiskt även på internationella tävlingar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Rätt svar finns i marginalen på denna sida.  
Fler frågor och svar finns på [www.rf.se/vaccinera](http://www.rf.se/vaccinera).  
Mer fakta om antidoping finns på [antidoping.se](http://antidoping.se).

Vid frågor kontakta Svensk Antidoping på  
[antidoping@rf.se](mailto:antidoping@rf.se) eller 08-699 60 00.

Kom ihåg att alla, såväl ledare, tränare, funktionärer som idrottsaktiva, har en skyldighet att känna till och följa idrottens dopingregler.

**SVENSK  
ANTI-  
DOPING**