

# Handlingsplan doping



## Förebyggande arbete:

Vår antidopningsansvarig är tillika vår Träningsansvarig i föreningen, som har ansvar för:

- att se till att alla ledare & tränare informeras om policy och handlingsplan
- att information till medlemmarna blir tillgänglig
- att dopingpolicyn och handlingsplan revideras varje år
- innehållet i vår antidopingpärm
- att uppmärksamhetsveckan planeras
- att beställa dopingkontroller från riksidrottsförbundet
- att aktivt medverka i nätverket 100% ren hårdträning tillsammans med andra träningsaktörer och polisen i Södertälje
- att upprätthålla kriterier för förnyelse av Diplomerings via PRODIS samt Vaccination via Riksidrottsförbundet

## Utbildning

Internutbildning gällande policy, handlingsplan och arbetssätt för tränare & värdar i receptionen – vid nyrekrytering samt återkommande vid värdmöten och tränarmöten. Utbildning via PRODIS för de anställda + information vid nyanställning, samt uppdatering via arbetsplatsträffar. Verksamhetschef ansvarar för att nyanställda och värdar utbildas samt att policy och handlingsplan går igenom på arbetsplatsträffar. Träningsansvarig ansvarar för att ledare & tränare utbildas och hålls uppdaterade.

## Kommunikation

Kontinuerligt arbete och kommunikation med övriga aktörer i PRODIS-nätverk, som Träningsansvarig ansvarar för.

Extra uppmärksamhet i omklädningsrum (Städbolag & värdar).

Receptionsansvarig ansvarar för att värdarna hålls uppdaterade på detta.

Driftansvarig ansvarar för att städbolaget hålls uppdaterade på detta.

Uppmärksamhet kring samtliga anställdas, ideella funktionärers och medlemmars träningsvanor & hälsa (ortorexi, anorexi, m.m.). Alla i föreningen (anställda och ideella) har ett ansvar att informera Träningsansvarig om en medlem visar tecken på ohälsosamma tränings/ätvanor. Gäller det en ledare som dessutom är anställd ansvarar Verksamhetschefen för att vidta åtgärder.

Information till medlemmar finns i vår policy och handlingsplan som finns på hemsidan. På medlemstavlan i lokalen finns Policy uppsatt med hänvisning till vår antidopingpärm som förvaras i receptionen. I samband med träningsdag och/eller uppmärksamhetsveckan finns ytterligare material tillgängligt i lokal och det syns på hemsidan och föreningens Facebook sida samt övriga digitala kanaler. Träningsansvarig ansvarar för att informationen är uppdaterad och vår Kommunikatör ansvarar för marknadsföring samt tillser på Träningsansvarig uppdrag att lägga ut information. Det syns i lokalen året runt var vi står i dopingfrågan.

### **Uppmärksamhetsvecka**

Årligen arrangerad vecka för att uppmärksamma vårt arbete för dopingfri träning och anläggning.

### **Övrigt**

- Eftertanke vid inköp av produkter för försäljning.
- Upprätthåller vaccination via Riksidrottsförbundet.
- Uppnå kriterier för-, och upprätthålla diplomering som 100%-gym via PRODIS
- Vi har ett samarbete med polisen i Södertälje, Södertälje kommun och övriga träningsanläggningar i Södertälje via samverkansnätverket PRODIS.
- Vi har en uppdaterad antidopingpärm som finns i receptionen. Denna revideras minst 1 gång årligen i samband med uppmärksamhetsveckan och träningsdag.

### **Separat plan för årlig uppmärksamhetsvecka**

Revidering av policy och handlingsplan – Träningsansvarig ansvarar för detta. Verksamhetschef ansvarar för att den reviderade policyn och handlingsplanen kommuniceras med styrelse, anställda och ideella funktionärer.

Seminarium för tränare vilket även föreningens medlemmar bjuds in till som Träningsansvarig ansvarar för. Seminarium för värdar som Receptionsansvarig ansvarar för. Kommunikation i lokalerna - för medlemmarna som Träningsansvarig ansvarar för.

### **Diplomering & vaccination av anläggning**

2016 Diplomerades Friskis&Svettis Södertälje som 100% gym via PRODIS och arbetsmetoden 100% Ren hårdträning.

PRODIS är ett nätverk som arbetar för att förebygga och minska användningen av anabola androgena steroider och andra dopingpreparat. Via nätverket har Friskis Södertälje en kontaktpolis i Södertälje, vilken vi kan rådfråga eller informera när vi

misstänker bruk av dopingpreparat i vår förening. Polisen gör även regelbundna besöka i föreningen i förebyggande syfte.

Vaccination via Riksidrottsförbundet är förnyad och giltig 3 år fr.o.m 2015-01-28 Som idrottsförening och medlem i riksidrottsförbundet följer vi de bestämmelser som gäller för alla idrottsföreningar. Riksidrottsförbundet kan när som helst genomföra dopingtester i Friskis&Svettis föreningar. Dessutom kan föreningarna beställa dopingkontroller från Riksidrottsförbundet. Som medlem i Friskis Södertälje är du skyldig att lämna prov vid Riksidrottsförbundets kontroller. Nekande att lämna prov leder till omedelbar avstängning från föreningen i 2 år.

### **Akuta insatser:**

Försök att påkalla uppmärksamhet på den vi misstänker använder dopningspreparat. Visa att vi bryr oss och att vi som anläggning agerar.

### **Vid misstanke**

Om du misstänker att någon i föreningen (medlem, funktionär eller anställd) använder alkohol eller läkemedel på ett ohälsosamt sätt, eller brukar narkotika, dopingpreparat eller andra droger ska du:

- Samla så mycket information som möjligt om det du har sett eller hört, om möjligt identifiera den berörda.
- Informera Träningsansvarig. Om hen inte är tillgänglig, informera Verksamhetschef.

### **Följande händer efter att Träningsansvarig har blivit informerad:**

- Hen kommer, vid behov, att samla ytterligare fakta (bevakar tidpunkt, tar hjälp av personer som kan observera m.m.)
- Beroende på fakta kontaktar hen personen i fråga för att avgöra om ärendet ska tas vidare.
- Om behov av vidare aktion är nödvändig, erbjuds även vägar till stöd.
- Vid ej dopingrelaterad problematik, erbjuds vägar till stöd och bedömning om avstängning är nödvändig eller ej.
- Hen kommunicerar med kontaktpolis för råd om väg framåt och lämnar över till polis vid misstanke om doping eller narkotikabruk.