

Antidopingplan för *Dansklubben Bohusbuggarna*

Datum: 2026 01 25

Riksidrottsförbundet ålägger specialidrottsförbunden (SF) och i vårt fall Svenska Danssportförbundet att föreningen skall upprätta en antidopingplan. Detta är viktig kunskap som alla medlemmar, aktiva och ledare måste ta ansvar för att inhämta för att erhålla en tävlingslicens. Är medlemmar och aktiva under 18 år är det föräldrars ansvar att inhämta kunskap och att informera sina ungdomar.

Vi omfattas av Världsantidopingkodens regelverk via World DanceSport Federation (WDSF) antidopingregler och RF:s stadgar och föreskrifter.

MÅL:

Vi vill:

- Skydda våra idrottares prestationer och tävlan på lika villkor.
- Främja en sund träningskultur.
- Öka kunskapen om dopingreglerna bland våra ledare och aktiva.
- Minska antal dopingfall som grundar sig på okunskap om mediciner, kosttillskott och droger .

Så här gör vi för att förebygga doping i vår förening:

Förebyggande åtgärder

- Vi informerar klubbens ledare/tränare och övriga medlemmar om gällande antidopingplan.
- Styrelse tillsammans med antidopingansvarig ledare ansvarar för att upprätthålla information om antidoping. Detta skall ske muntligen till aktiva av antidopingansvarig ledare vid varje terminsstart.
- Antidopingansvarig ledare ansvarar för att åtgärden genomförs enligt planen. Information lämnas även till en ny medlem vid dennes inträde i föreningen.
- Vi informerar om klubbens antidopingplan på hemsida och i sociala medier.
- Vi marknadsför att vi har vaccinerat oss, bland annat genom att beställa ett diplom som vi sätter upp i våra lokaler.
- Vi uppmanar ledare/tränare och idrottsutövare att göra [kunskapstestet på vaccineraklubben.se](https://vaccineraklubben.se/kunskapstestet).
- Vi uppmanar ledare/tränare och idrottsutövare att göra e-utbildningen Ren vinnare. [Antidoping Sverige](https://antidoping.sverige.se) Uppföljning av antidopingansvarig ledare att e-utbildningen är genomförd. OBS! man måste skapa en inloggning för att komma åt informationen.
- Ledare/tränare tar upp antidopingfrågan med sina aktiva genom att använda diskussionshandledningen "Antidopingsnack". [Antidoping Sverige](https://antidoping.sverige.se)

- Uppmana berörda att kontrollera de läkemedel man får föreskrivna på denna länk.
<https://www.antidoping.se/dispens-laekemedelssoek/laekemedelssoek/>
- Vi delar ut foldrarna "Tänk efter Före" och "Dopingkontroll" till våra aktiva.
- Ser till att våra idrottsutövare, ledare samt annan stödpersonal förstår hur man bör bete sig vid en dopingkontroll. Detta genom att bland annat läsa de goda råd som Antidoping Sverige ger på [antidoping.se](https://www.antidoping.se), se filmen om hur en dopingkontroll går till samt aktivt prata om värderingar och attityder i föreningen. <https://www.antidoping.se/utbildning-fakta/utbildning/ren-vinnare/>
- Vi ser till att ha en uppdaterad hemsida med grundläggande antidopinginformation.
- Vi sprider kunskap i sociala medier genom att följa Antidoping Sverige och dela deras inlägg.
- Vi sprider antidopingbudskapet genom att beställa affischer, banderoller m.m. från Antidoping Sverige som vi sätter upp i våra lokaler.
- Vi uppmuntrar våra medlemmar om att rapportera misstänkt doping via Antidoping Sveriges [kanaler för tipslämning](#).
- Vi prenumererar på Antidoping Sveriges nyhetsbrev och sprider aktuella nyheter till våra medlemmar.

Akuta åtgärder

- Vi har en beredskapsplan för insatser vid misstanke om doping samt ifall ett dopingfall skulle inträffa:
 1. Avstängning i väntan på utredning.
 2. Upplisa berörd person om att söka hjälp.

Det är idrottsutövarens ansvar att:

- Känna till och uppfylla kraven i Idrottens antidopingreglemente. Föreningen skall bistå med tillgänglig information.
- Vara tillgänglig för dopingkontroll.
- Följa funktionärens anvisningar vid en dopingkontroll.
- Ta ansvar, i dopinghänseende, för vad som intas och brukas.
- Informera medicinsk personal om att man utövar idrott och omfattas av dopinglistan över förbjudna substanser och metoder.

Det är idrottsledarens, tränarens och stödpersons ansvar att:

- Känna till och uppfylla kraven i Idrottens antidopingreglemente.

- Bistå och följa funktionärens anvisningar vid en dopingkontroll.
- Känna till riskerna med kosttillskott och regler vid användande av läkemedel.

Det är föreningens ansvar att:

- Informera idrottsutövare, tränare och stödpersoner om deras egna ansvar.
- Upprätta en plan, förebyggande och akut, för antidoping.
- Uppfylla de krav som Svenska Danssportförbundet kräver gällande antidoping.