



## Antidopingpolicy

### 1. Verdier og holdninger

#### Verdiprofil

I vårt idrettslag står idrettens grunnverdier i fokus. Helse og ærlighet er viktige verdier i vår verdiprofil som skal prege hele vår virksomhet.

**Vi tar avstand fra all bruk av dopingmidler, og arbeider i tråd med vår verdiprofil som et rent idrettslag.**

### 2. Kunnskap

#### Tilgang til oppdatert informasjon om antidoping

Antidopingbestemmelsene og særlig dopinglista er i kontinuerlig utvikling. Nye stoffer føres på dopinglista og nye legemidler kommer for salg. For at utøvere og støtteapparatet skal ha enkel tilgang på korrekt og oppdatert antidopinginformasjon har vi laget en lenke til [www.antidoping.no](http://www.antidoping.no) på våre hjemmesider.

**Vi har en lenke fra lagets nettsider til [www.antidoping.no](http://www.antidoping.no) slik at alle medlemmer har tilgang til oppdatert informasjon om antidoping.**

#### Utøversamtaler

Det er viktig at alle idrettsutøvere er kjent med dopingbestemmelsene og NIFs lov. Utøversamtale gir en innføring i hva som er juks, hva er doping, dopinglisten, dopingkontroll, risiko ved bruk av kosttilskudd og helsekonsekvenser ved bruk av dopingmidler. En slik gjennomgang vil også oppdatere trenerne/støtteapparatet i idrettslaget.

**Vi gjennomfører utøversamtaler med våre aktive utøvere og diskuterer dopingspørsmål.**

**Følgende grupper i idrettslaget skal ha gjennomført utøversamtaler:**

**De eldste utøverne i skigruppa (13-16 åringer).**

**Ungdomsfotball (13-16 år)**

### 3. Regelverk

#### Medlemskap i idrettslaget

Doping kan forekomme i idrettslaget ved at noen i støtteapparatet/tilknyttet idrettslaget gir utøverne dopingmidler. Personer som ikke er medlemmer av idrettslaget omfattes heller ikke av dopingbestemmelsene i NIFs lov.

**I vårt idrettslag er alle i støtteapparatet (trenere, hjelpetrenerne, lagledere, etc) medlemmer av idrettslaget og forpliktet gjennom medlemskapet til å følge NIFs lov og dopingbestemmelser. De som eventuelt ikke er medlemmer har gjennom avtale forpliktet seg til å følge NIFs lov.**

#### Dopingkontroll

Et hvert medlem av idrettslag tilsluttet NIF plikter å underkaste seg dopingkontroll, dersom de blir innkalt til kontroll.

**I vårt idrettslag er alle utøvere kjent med at de plikter å avgi dopingprøve fastsatt av Antidoping Norge.**

#### Bortfall av økonomisk godtgjøring til utøvere

I henhold til NIFs lov skal idrettslaget helt eller delvis frata økonomisk støtte til person som bryter dopingbestemmelsene. Idrettslaget skal i avtalen med utøver innta en bestemmelse om bortfall av økonomisk støtte til utøver som blir dømt for brudd på dopingbestemmelsene.

**Dette er ikke aktuelt i Kilkam per i dag da vi ikke har noen avtaler om godtgjøring til våre utøvere. Dersom dette blir aktuelt i fremtiden vil vi i våre avtaler med utøvere ha en egen bestemmelse om bortfall av godtgjøring for de som blir dømt for brudd på dopingbestemmelsene.**

### 4. Bevisstgjøring

#### Bruk av treningssentre

Av erfaring foregår det dopingbruk på enkelte treningssentre. Enkelte idrettslag benytter også treningssentre og sender utøvere dit for å trene. Hvis dette er tilfelle oppfordres idrettslaget til å følge med på hva som skjer på treningssenteret. Har treningssenteret et antidopingprogram?

**Dette er ikke aktuelt i Kilkam per i dag da vi ikke har noen avtaler med treningssentre. Dersom dette blir aktuelt i fremtiden vil vi samarbeide kun med treningssentre som tar antidopingarbeidet på alvor.**

### Reklame og bruk av kosttilskudd

Det er en risiko for at kosttilskudd og naturpreparater kan inneholde virkestoffer som står på dopinglista, selv om det ikke fremkommer i innholdsfortegnelsen. Kosttilskudd klassifiseres som næringsmidler, og er derved ikke underlagt de samme strenge krav til markedsføring og dokumentasjon som legemidler. Du finner ikke slike produkter på Antidoping Norges dopingliste eller legemiddelliste.

**Istedenfor kosttilskudd anbefaler vi et variert og riktig kosthold og skolerer våre utøvere om dette.**

**I vårt idrettslag anbefaler vi å ta kontakt med en ernæringsekspert/lege for veiledning i forhold til kosthold før eventuelle kosttilskudd benyttes.**

**I vårt idrettslag reklamerer vi ikke for kosttilskudd.**

### Bevisstgjør nærmiljøet om deres verdiprofil som rent idrettslag

Det meste starter med en tanke, slik er det også med doping. Vårt idrettslag er en tydelig verdiformidler for en ren idrett. La idrettslagets holdninger være synlig på idrettslagets arenaer, nettsider, programblader og under arrangementer.

**Vi synliggjør idrettslagets antidopingarbeid gjennom sertifikat i klubbhuset**

**Vi bruker speakertekst for å informere besøkende om vår verdiprofil som rent idrettslag på våre idrettsarrangementer.**

**Vi synliggjør vår verdiprofil gjennom våre nettsider og facebook gruppe**

Forslag til speakertekst og tekst til programblad kan lastes ned fra [www.rentidrettslag.no](http://www.rentidrettslag.no)

## **5. Beredskapsplan**

Mistanke om dopingbruk eller en dopingsak kommer aldri beleilig. Det kan derfor være en fordel å ha gjennomarbeidet hvordan idrettslaget skal håndtere en slik situasjon.

**I Kilkam håndteres dette i første rekke av trener og lagleder som tar saken videre til sportslig leder og styreleder i klubben.**

### Mistanke om doping

Et miljø kan oppleve at utøvere, trenere eller andre innenfor idrettslaget mistenker at noen doper seg i idrettslaget. En mistanke kan også bli rettet mot idrettslaget fra utenforstående, media, konkurrerende utøvere, helsepersonell etc.

**Mistenkes noen for doping eller har avlagt positiv prøve, tar vi det opp med vedkommende. Vi bryr oss om hverandre!**

**I vårt idrettslag er det nulltoleranse, men vi tar vare på våre medlemmer.**

### Medisinsk bistand

Det kan oppleves som en stor belastning å bli rammet av en dopingsak. Utøvere som kommer i en slik situasjon kan komme til å trenge medisinsk/psykologisk bistand. For et idrettslaget er det viktig å trekke et skille mellom person og handling.

**En dopingmistenkt utøver skal alltid få oppfølging av idrettslaget eller helsepersonell, som tilbyr hjelp og støtte.**

### Ærlighet

Ærlighet varer lengst, og verdsettes også i dopingsaker. Dersom utøver umiddelbart sier sannheten, kan det gi redusert straff.

**Vi ber utøveren fortelle sannheten og stå for det vedkommende har gjort.**

### Deltagelse i konkurranser

Benyttelse av utøver som har avlagt positiv dopingprøve kan få betydning for lagets og/eller utøvers resultat.

**Utøvere som har avlagt positiv dopingprøve får ikke representere vårt idrettslag før forholdet er avklart.**

### Media

Dopingsaker kan skape stor interesse fra massemedia. Det er hensiktsmessig å ha en person som representerer idrettslaget i kontakten med media. Utnevnt også noen som har ansvar for kontakt med sponsorer og andre samarbeidspartnere dersom en dopingsak rammer idrettslaget.

**Vi utnevner en person som kan håndtere media, og forbereder vedkommende godt på aktuelle spørsmål. Kilkam styreleder håndterer media.**

**Vi samarbeider med særforbundet, idrettskretsen og Antidoping Norge i dopingsaker.**