



Hva er status i mitt idrettslag?

Rent Idrettslag
Forebyggende antidopingarbeid
Utviklet av Stiftelsen Antidoping Norge i samarbeid med
Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité
Norsk Tipping

Hva er status i mitt idrettslag?

Vi anbefaler at styret/ledelsen på egen hånd gjør en kort kartlegging av situasjonen i eget idrettslag. Hva vet dere om det som foregår blant de aktive i idrettslaget? Som en del av ledelsens kartlegging, kan det være en idé å forhøre seg med andre ledere/trenere om hva de vet.

Hvordan ser det ut i vårt idrettslag?

1. Finnes det noen risiko for at medlemmer skal komme i kontakt med dopingmidler?
 - a. Eksempler på dopingmidler er: Hasj, efedrin, amfetamin, anabole steroider, veksthormon
2. Risikerer medlemmene å dope seg ved en misforståelse eller uvitenhet?
 - a. Kosttilskudd som er forurenset med dopingmidler
 - b. Bruk av legemidler uten å ha sjekket dopinglista
3. Hva er lagets holdning til bruk og markedsføring av kosttilskudd?
4. Har idrettslaget avtale om trening, eller trener de aktive på et treningssenter?
Hvis ja, har treningssenteret et antidopingprogram?
Følger laget selv med på miljøet på senteret?
5. Er det forankret verdier og holdninger i laget som gjør at de aktive tar avstand fra doping?
6. Hvilket kunnskapsnivå antas det at medlemmene har om
 - a. Idrettens dopingregler
 - b. Dopingkontroller
 - c. Dopinglista
 - d. Medisinsk fritak
 - e. Kosttilskudd

Skriv ned resultatene fra kartleggingen slik at dere kan tilpasse idrettslagets antidopingpolicy til de utfordringer dere står ovenfor.