



## Voss IL sin antidopingpolicy

### 1. Verdier og haldningar

I Voss IL står idretten sine grunnverdier i fokus.

- Me tar avstand frå all bruk av dopingmiddel
- Me ynskjer at utøvarane våre tar eit aktivt standpunkt for ein rein og ærleg idrett, og at dei har kjennskap til grunnleggjande fakta om antidoping.

### 2. Kunnskap

Antidopingreglane og særleg dopinglista er i kontinuerleg utvikling. Det er viktig at alle aktive idrettsutøvarar (frå 15 år) og trenarar/støtteapparat er kjende med/oppdatert i dopingreglane og NIFs lov. **Gruppene pliktar å gje ei innføring i:**

- kva som er juks
- kva som er doping
- dopinglista
- dopingkontroll
- risiko ved bruk av kosttilskot og helsekonsekvensar ved bruk av dopingmiddel.

For at utøvarar og støtteapparata skal ha enkel tilgang til korrekt og oppdatert antidopinginformasjon, har laget ei lenke til **www.antidoping.no** på heimesida.

### Gjennomføring

- **Me gjennomfører utøvarsamtalar med dei aktive utøvarane våre og diskuterer dopingspørsmål – kan gjerast på samlingar/lagskveldar.** og/eller
- **Me sikrar oss at utøvarane og støtteapparatet gjennomfører «Rein utøvar» - som er sju modular med tilrettelagt e-læring.** Kan eventuelt gjennomføra eit utval av modulane. <https://www.renutover.no/Course:>

Alle grupper med aktive utøvarar over 15 år skal gjennomføra eitt av dei to tiltaka.

### 3. Regelverk

- **Medlemskap i idrettslaget**

I Voss IL er alle i støtteapparatet (trenarar, lagleiarar, fysioterapeutar, massørar osv.) medlemmer i idrettslaget og forplikta gjennom medlemskapen til å følgja NIFs lov og

dopingreglar. Dei som eventuelt ikkje er medlemmer skal gjennom ein avtale forplikta seg til å følgja NIFs lov.

- **Dopingkontroll**

Alle utøvarane i laget skal vera kjende med at dei pliktar å gje dopingprøve fastsett av Antidoping Norge.

- **Bortfall av økonomisk godtgjering til utøvarar**

I samsvar med NIFs lov, er det i våre avtalar med utøvarar fastsett at eventuell avtalt økonomisk godtgjering ikkje vert utbetalt til dei som vert dømde for brot på dopingreglane.

#### **4. Bevisstgjeriing**

- **Bruk av treningscenter**

Me samarbeider berre med treningscenter som tar antidopingarbeidet på alvor.

- **Reklame og bruk av kosttilskot**

Det er ein risiko for at kosttilskot og naturpreparat kan innehalda stoff som står på dopinglista - sjølv om det ikkje kjem fram i innhaldslista.

- I staden for kosttilskot tilrår me eit variert og riktig kosthald
- Me tilrår utøvarane å ta kontakt med ein ernæringsseksper/lækjar for rettleiing i forhold til kosthald før eventuelle kosttilskot vert nytta.
- Laget reklamerer ikkje for kosttilskot

- **Bevisstgjere nærmiljøet om verdiprofilen vår som reint idrettslag**

- Me synleggjer idrettslaget sitt antidopingarbeid gjennom sertifikat i klubbhuset
- Me brukar speakertekst på idrettsarrangementa våre for å informera om verdiprofilen vår som reint idrettslag.
- Me synleggjer verdiprofilen vår gjennom programbladtekstar og nettsider.

Framlegg til speakertekst og programbladtekst finn de her: [www.rentidrettslag.no](http://www.rentidrettslag.no)

#### **5. Beredskapsplan**

Laget sin beredskapsplan for å handtera mistanke om doping eller dopingsaker:

- Dersom nokon vert mistenkt for doping, eller har avlagt positiv prøve, tar me det opp med vedkomande. Det er nulltoleranse for doping, men me tar vare på medlemene våre.
- Ein dopingmistenkt utøvar skal alltid få oppfølging av laget eller helsepersonell som kan tilby hjelp og støtte. Me skil mellom person og handling.
- Me oppmodar utøvaren til å fortelja sanninga og stå for det vedkommande har gjort.
- Utøvarar som har avlagt positiv dopingprøve får ikkje representera laget før forholdet er avklara.
- Laget/gruppene utnemner ein person som kan handtere media
- Me samarbeider med særforbundet, idrettskretsen og Antidoping Norge i dopingsaker.

