



## Lärgruppsplan

# Vaccinera klubben mot doping

**DEN HÄR LÄRGRUPPSPLANEN** vänder sig främst till dig som är organisationsledare i din förening.

### Om lärgruppsplanen

*"Vaccinera klubben mot doping"* är ett upplägg framtaget av Antidoping Sverige för föreningar att göra en strategi för deras antidopingarbete, både förebyggande och akut. Verktøget hjälper din förening att ta fram en handlingsplan som förebygger doping – på bara några få timmar!

Denna lärgruppsplan hänvisar till det upplägget och guidar er i processen med att vaccinera er klubb mot doping.

## Därför ska ni vaccinera er klubb

Alla medlemmar i en idrottsförening är skyldiga att känna till och följa dopingreglerna. Därför bör föreningen ha en ordning för att informera idrottsutövare och tränare om vad som gäller. Med hjälp av "Vaccinera klubben" kan föreningen se till att ledare och idrottsutövare får grundläggande kunskaper om dopingreglerna och därmed minska risken för oavsiktlig doping.

## Er lärgrupp

Vaccinationen genomförs i fyra steg. Ni kan gå igenom samtliga steg under en kväll eller vid flera tillfällen, välj det som passar just din förening. Ni kan vaccinera klubben själva eller ta hjälp av en RF-SISU-konsulent som vägleder arbetet under kvällen. Ta kontakt med ditt RF-SISU-distrikt om ni vill ha stöd och hjälp.

[www.sisuidrottsutbildarna.se](http://www.sisuidrottsutbildarna.se)

## Följ stegen för att vaccinera er klubb mot doping

Gå in på [vaccineraklubben.se](http://vaccineraklubben.se) och följ arbetet steg för steg.

1. Gör kunskapstestet och testa era nuvarande antidopingkunskaper.
2. Diskutera i gruppen med hjälp av en diskussionshandledning och faktablad som du hittar på hemsidan.
  - Samtala kring fyra frågeställningar om hur det ser ut i er förening just nu.
  - Gå igenom förslag på olika förebyggande insatser och diskutera vad just er förening vill göra för att motverka doping.
  - Läs och lär tillsammans om akuta insatser om ni skulle upptäcka doping eller drabbas av ett dopingfall i er förening. - Gör en beredskapsplan för akuta insatser.
3. Skapa er handlingsplan för det fortsatta antidopingarbetet i föreningen med hjälp av en särskild mall.
4. Anmäl er vaccinering under steg 4!

## Tips för dig som vill veta mer!

Vill du lära dig mer om antidoping? Gör det genom att:

- Hämta information på Antidoping Sveriges hemsida [antidoping.se](http://antidoping.se)
- Prata antidoping med dina aktiva med stöd av Antidopingsnack [Antidopingsnack - Kunskapsarenan](#)
- Genomför Antidoping Sveriges e-utbildning [Ren Vinnare - Kunskapsarenan](#)
- Förstärk lärandet med inspelade föreläsningar [Antidoping - handledning till föreläsarfilmer - Kunskapsarenan](#)
- Följ Antidoping Sverige på [Facebook](#) och [instagram](#)