



# SAGENE IDRETTSFORENING

## ANTI- DOPING POLICY

### 1. Verdier og holdninger

Sagene IF driver sin aktivitet i tråd med idrettens verdigrunnlag. Vi tar avstand fra og har nulltoleranse for bruk av dopingmidler.

### 2. Kunnskap

- Vi vil ha en lenke til Anti- doping Norge (ADN) på våre nettsider for oppdatert info om antidoping arbeid.
- Vi skal arrangere to samlinger i året for våre tillitsvalgte som skal gjøre dem i stand til å gjennomfør jevnlig samtaler med alle våre utøvere der dopingspørsmål diskuteres.
- Vi vil sørge for at alle medlemmer fom 15 år gjennomfører Ren utøver.
- Vi skal gjøre kunnskap om ressurstrening og kosthold tilgjengelig for våre medlemmer gjennom å inkludere temaene i klubbens kursplan.
- Vi vil påse at våre eliteutøvere/lag og deres støtteapparat følger sitt forbunds rutiner og krav knyttet til anti- doping.

### 3. Regelverk

- Alle som har verv/ roller/ stillinger i Sagene IF skal være medlem av klubben, og er forpliktet gjennom medlemskapet til å følge NIFs lov og dopingbestemmelser.
- Alle våre medlemmer er kjent med at de kan bli testet for doping av ADN og at de da er forpliktet til å avgi dopingprøve.
- I våre kontrakter med trenere og spillere er det to punkter vedrørende doping:
  1. En plikter å avstå fra dopingmidler.
  2. Klubben har anledning til å si opp kontrakten med umiddelbar virkning dersom en dømmes for brudd på dopingbestemmelsene.

### 4. Bevisstgjøring

#### Treningsentre:

Sagene IF samarbeider kun med treningsentre som har gjennomført Rent Senter.

#### Kosttilskudd:

Sagene IF reklamerer ikke for kosttilskudd og anbefaler det ikke til våre medlemmer.

Vi tilbyr isteden alle våre medlemmer råd og kurs i å spise sunt og variert.

Klubben anbefaler medlemmer å ta kontakt med ernærings ekspert eller lege før bruk av kosttilskudd.

#### Nærmiljøet:

Sagene IF synliggjør klubbens anti-doping arbeid i nærmiljøet på følgende måte:

- Sertifikat for Rent Idrettslag henges opp i klubbhuset/ hallen.
- Vår verdiprofil skal være synlig og tydelig på alle våre anlegg.
- Logoen til Rent Idrettslag trykkes på alle klubbens drakter, legges inn på alle våre sider på nett, og legges inn i alt vårt markedsføringsmateriell.



# SAGENE IDRETTSFORENING

## 5. Beredskapsplan

Sagene IF har en beredskapsplan for å håndtere mistanke om doping eller dopingsaker som involverer våre medlemmer:

- **Mistanke om doping:**  
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:**  
Vi sørger for at utøvere som er mistenkt for doping får hjelp og støtte av både klubben og av helsepersonell.
- **Ærlighet:**  
Vi ber utøveren fortelle sannheten og stå for det vedkommende har gjort.
- **Konkurranser/ samlinger:**  
Utøvere som har avlagt positiv dopingprøve får ikke representere Sagene IF før forholdet er avklart.
- **Media:**  
Styret utnevner en person som kan håndtere media, og forbereder vedkommende godt på aktuelle spørsmål. Vi samarbeider med særforbundet, idrettskretsen og Antidoping Norge.

---

## Sagene Idrettsforening

**1997: Årets Idrettslag Oslo Idrettskrets**

Postadresse: Pb 3488 Bjølsen, 0406 Oslo  
Epost: [post@sageneif.no](mailto:post@sageneif.no)  
Web: [www.sageneif.no](http://www.sageneif.no) / [Facebook.com/SageneIF](https://www.facebook.com/SageneIF)

**2001: Idrettens verdipris Norges Idrettsforbund**

Besøksadresse: Moldegata 7, 0445 Oslo  
Telefon: 92660636  
Org. nr. 985 413 320