

Antidopingplan för Malmö Rugby Club

Datum: September 2026

Vi vill:

- Skydda våra idrottares prestationer och tävlan på lika villkor.
- Främja en sund träningskultur.

Så här gör vi för att förebygga doping i vår förening:

Förebyggande åtgärder

- Vi informerar klubbens ledare/tränare och övriga medlemmar om gällande antidopingplan.
- Vi informerar om klubbens antidopingplan på hemsida, i sociala medier och i andra sammanhang, t ex för kommun, sponsorer och andra samarbetspartners.
- Vi marknadsför att vi har vaccinerat oss, bland annat genom att beställa ett diplom som vi sätter upp i våra lokaler.
- Vi uppmanar ledare/tränare och idrottsutövare att göra [kunskapstestet på vaccineraklubben.se](https://kunskapstestet.pavaccineraklubben.se).
- Vi uppmanar ledare/tränare och idrottsutövare att göra e-utbildningen Ren vinnare.
- MRC har beslutat att alla tränare på samtliga nivåer, alla spelare från 15 år samt styrelse ska genomgå e-utbildningen Ren vinnare (som nu även finns på engelska). Efter utbildningen ska man göra kunskapstestet i Ren vinnare för att testa sin kunskaper. Kunskapstestet på renvinnare.se ska repeteras vart annat år. Personer som gjort testet får påminnelse när det är dags igen. Som alternativ till finns även World Rugbys antidopingutbildning "Keep Rugby Clean" på: world.rugby/keep-rugby-clean. Vi följer upp att alla gjort något av testen.
- Foldrarna "Tänk efter Före" och "Dopingkontroll" finns tillgängliga för aktiva och ledare i klubbhuset.
- Ser till att våra idrottsutövare, ledare samt annan stödpersonal förstår hur man bör bete sig vid en dopingkontroll. Detta genom att bland annat läsa de goda råd som Antidoping Sverige ger på antidoping.se, se filmen om hur en dopingkontroll går till samt aktivt prata om värderingar och attityder i föreningen.
- Vi använder Antidoping Sveriges serie med filmade föreläsningar och tillhörande handledning för att fördjupa kunskapen hos föreningens ledare/tränare och idrottsutövare.
- Vi genomför en särskild antidopingvecka varje år där vi lyfter frågan extra mycket. Detta sker i samband med säsongstart i april varje år. Där påminner vi om att göra Ren Vinnare-utbildningen. Vi berättar om vårt antidopingarbete, vad vi gör, var man kan hitta fördjupningsmaterial mm. Vi använder också Antidoping Sveriges nyhetsbrev och inlägg i sociala medier som källa för nyheter inom området. Vi kommunicerar detta via vår sociala medier och i medlemsutskick.
- På vår hemsida finns antidopinginformation.
- Vi har som målsättning att endast ha samarbeten/avtal med gym som är diplomerade med "Vaccinera klubben mot doping" eller "100% ren hårdträning".
- Vi uppmuntrar våra medlemmar om att rapportera misstänkt doping via Antidoping Sveriges [kanaler för tipslämning](#).
- Vi prenumererar på Antidoping Sveriges nyhetsbrev och sprider aktuella nyheter till våra medlemmar.

Akuta åtgärder

Vi har en beredskapsplan för insatser vid misstanke om doping samt ifall ett dopingfall skulle inträffa.

Vid misstanke:

- Vid misstanke om doping samtalar utvalda från styrelsen omedelbart med den misstänkta personen (tillsammans med vårdnadshavare om personen är under 18 år). I samtalet redogör styrelsen för grunden till dopningsmisstanken och den misstänkta personen får redogöra för sin inställning till misstanken.
- Utifrån den diskussionen beslutar styrelse om vidare åtgärder som kan vara både att beställa dopingprov eller att rapportera den misstänkta dopingen via Antidoping Sveriges kanaler för tipslämning.
- Den misstänkta kan ges tillfälle att själv inkomma med dokumentation som styrker personens ståndpunkt.
- Under perioden när utredningen pågår är den misstänkta avstängd från träning, matcher och sociala evenemang arrangerade av Malmö Rugby Club.

Vid bekräftat dopningsfall:

- Styrelsen (via Björn Ljungberg) tar omedelbart kontakt med personen i fråga.
- Personen utesluts omedelbart från träning, matcher och sociala evenemang arrangerade av Malmö Rugby Club under den tid dopningsavstängningen gäller.
- Ordförande ansvarar för kontakter med media, sponsorer och samarbetspartners

Denna antidopingplan ska uppdateras i september 2029.