



ANTIDOPINGNORGE



ANTIDOPING – HVEM, HVA OG HVORDAN?

SIRI BYNKE

Rådgiver forebygging idrett

siri.bynke@antidoping.no

OSLO – 23.10.2021

HVEM BRUKER DOPING IDAG..?



DOPINGSAKER SISTE FEM ÅR (2015-2019)

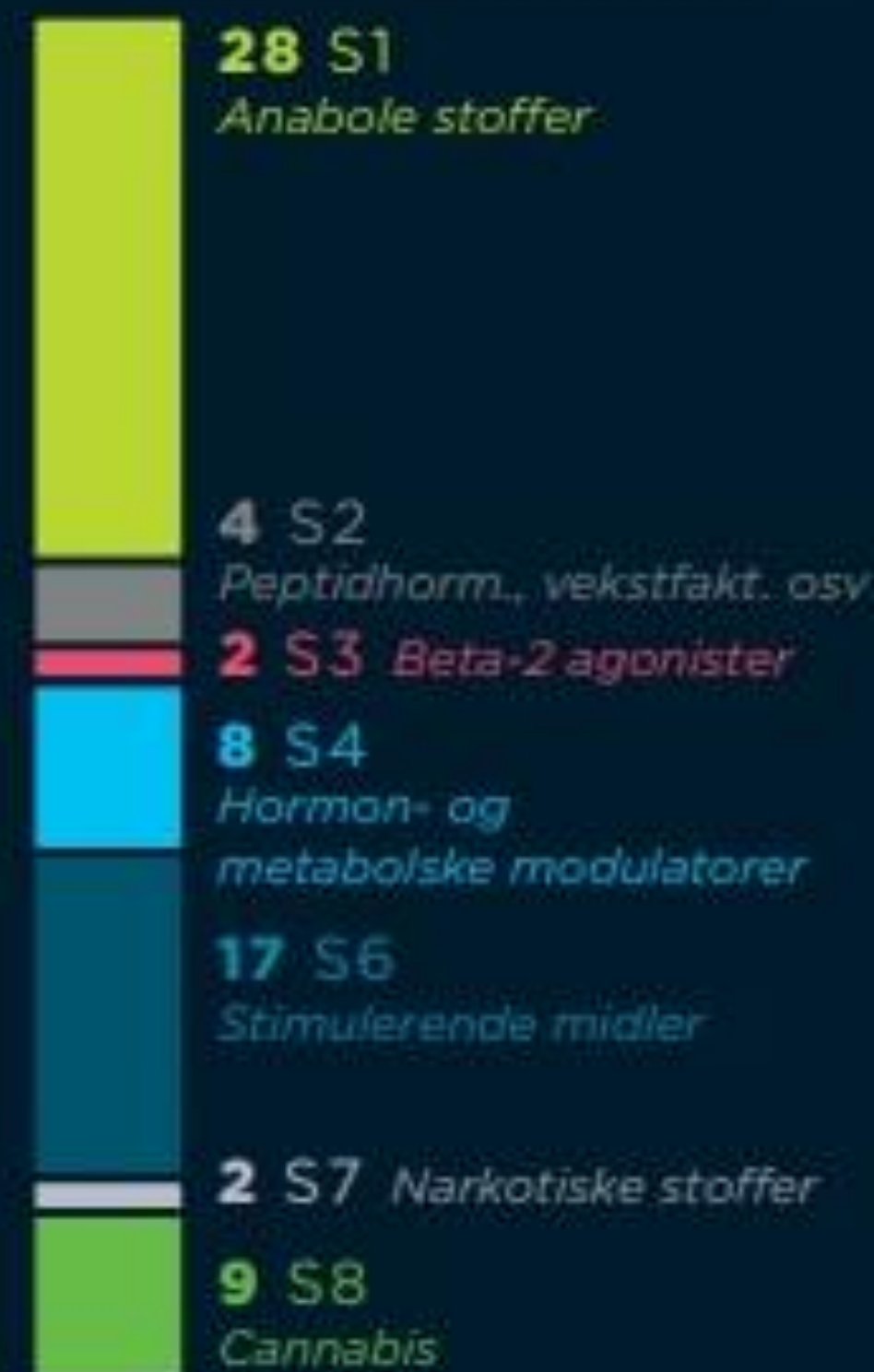
Påtaleavgjorte saker



Fordelt på kjønn



Fordelt på dopinggruppe



Noen ganger omhandler en sak flere stoffer, og da er saken oppført under flere dopinggrupper.

Nektelser – 8 totalt – fremkommer ikke i oversikten.

Fordelt på idrett

Idrett	Saker
Styrkeløft	12
Fotball	11
Amerikanske idretter	10
Ishockey	5
Boksing	4
Sykkel	4
Basketball	3
Bryting/håndbak	3
Rugby	3
Fallskjerm	2
Friidrett	2
Håndball	2
Kickboksing	2
Ski	2
Vektløfting	2
Bordtennis	1
Cricket	1
Luftsport	1
Proffboksing	1
Triatlon	1
Volleyball	1
Sum	73

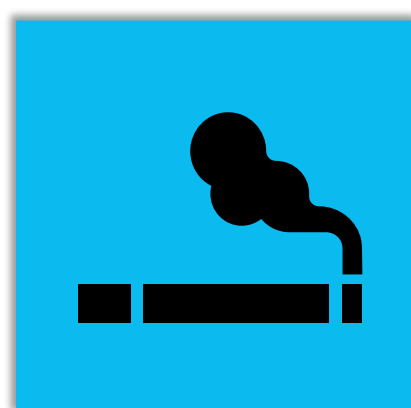
BEVISST

UBEVISST

MOTIVASJON FOR BRUK



Selvtillitt



Rus



Heder &
ære



Kropp



Skole



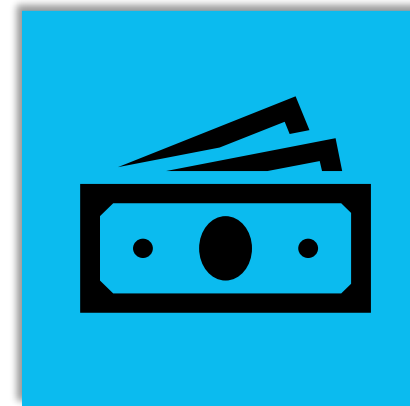
Prestasjon



Raske
resultater

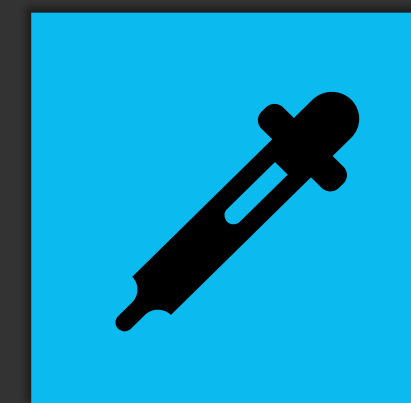


Vinne



Penger

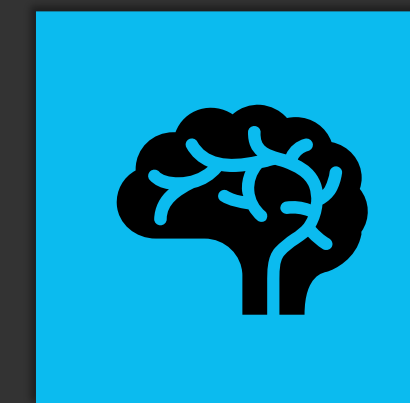
KONSEKVENSER VED BRUK



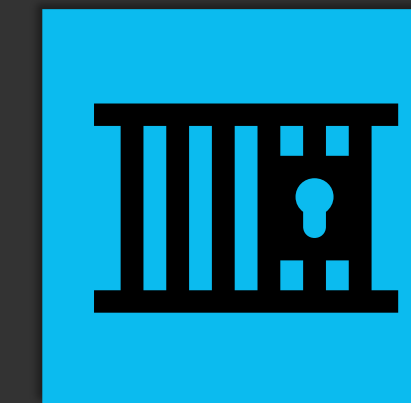
Positiv
dopingtest



Fysiske
bivirkninger



Psykiske
bivirkninger



Utestengelse



Straffesak



Avhengighet



Miljø



Selvfølelse



Sosial
fordømmelse



HOVEDÅRSAKER – UBEVISSTE BRUDD

- Medisinbruk
- Kosttilskudd
- Rusmidler

BRUK AV MEDISINER HINDRER DEG IKKE

- Men UTØVER er ansvarlig for å...
 - ...sjekke medisinene sine
 - ...søke fritak ved behov
 - ...bruke medisinen korrekt



KOSTTILSKUDD

- Sannsynlig årsak i 10% av norske dopingsaker
- Ingen nullrisiko
 - Selv om du har kjøpt det i Norge
- Hovedutfordringer:
 - Forurensset eller ulovlig produkt
 - Produkter kjøpt i utlandet eller over nett
 - Produkter som lover raske resultater
- Utøver har alltid ansvaret





RISIKOFAKTORER

- Kunnskapsmangel
- Idrettens egenart
- Press – prestasjon eller utseende
- Miljø – fritid eller andre treningsmiljøer
- Normalisering av preparatbruk
- Opplevelse av at «alle bruker»

BESKYTTELSESFAKTORER

- Egne holdninger
- Opplevde holdninger
- Kunnskap
- Rollemodeller
- Utviklingsfokus



VERKTØY

■ Ren Utøver

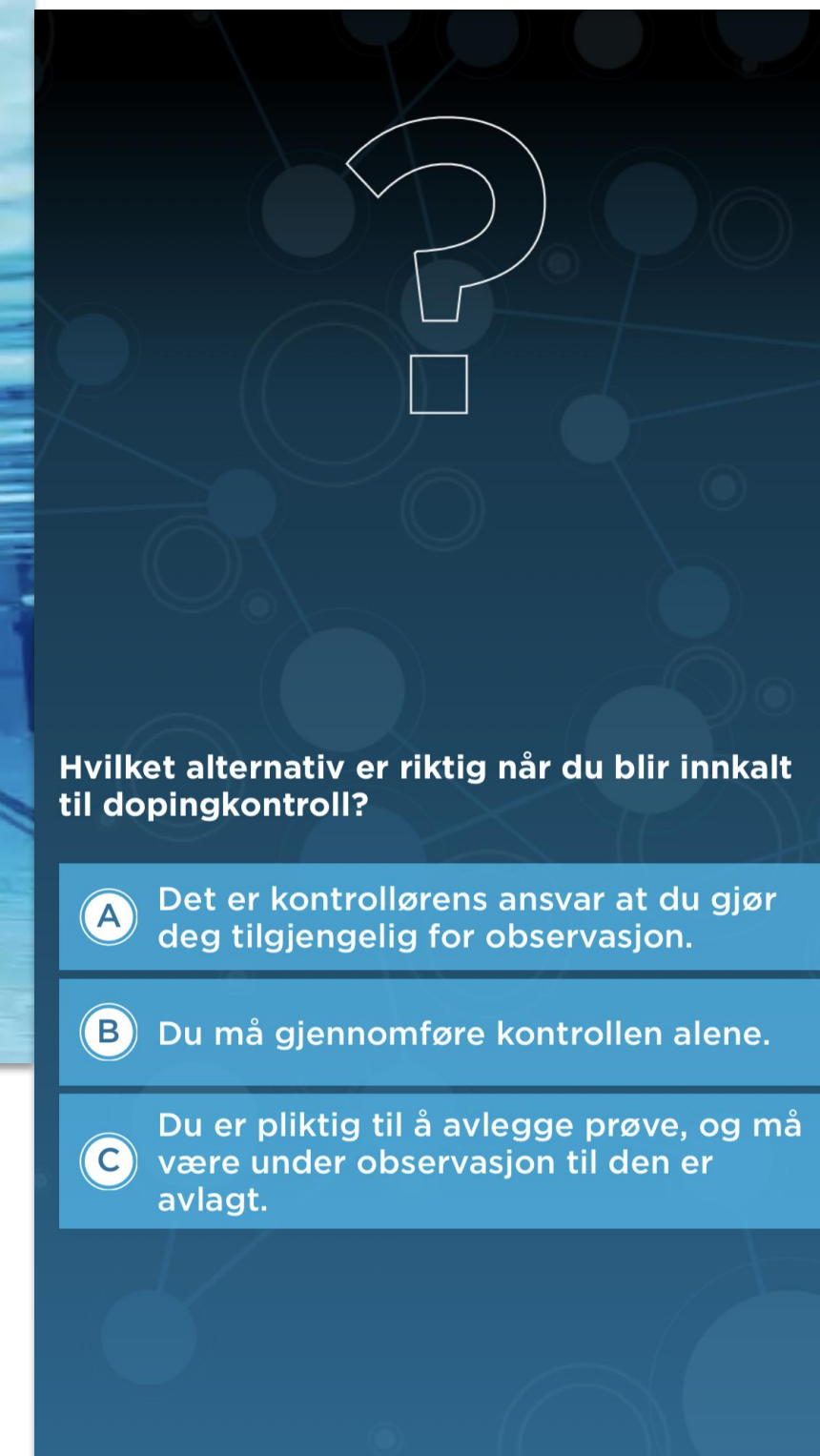
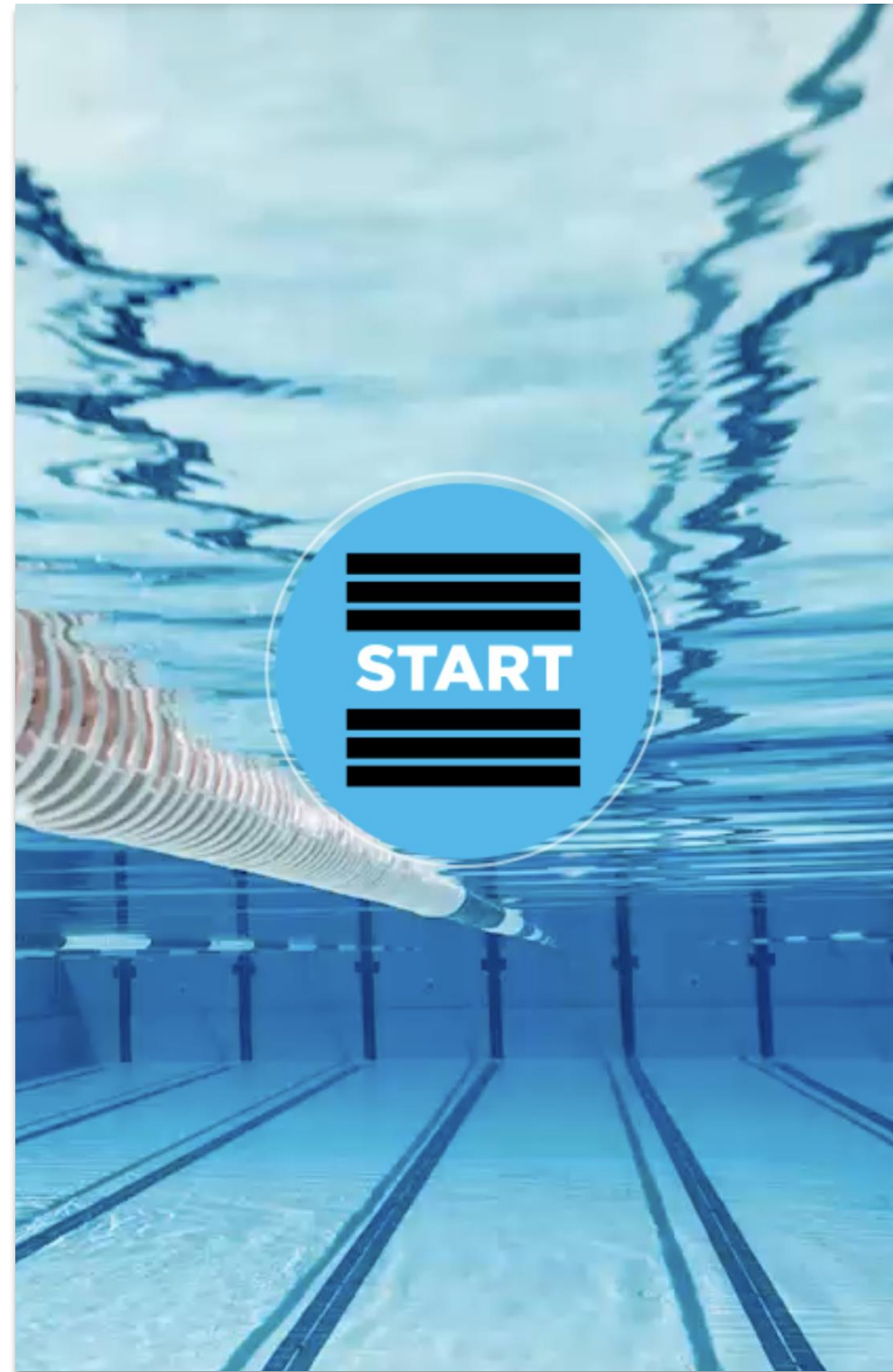
- E-læring
- 15 år og oppover
- 30min

■ Ny versjon 2022

- Tilpasset innhold etter nivå
- Egen modul for trenere/ledere

■ Foredrag

- 15 år og oppover
- Gratis



RENT IDRETTSLAG

■ Hva?

- Sertifiseringsprogram for idrettslag
- Setter antidoping på agendaen

■ Hvem?

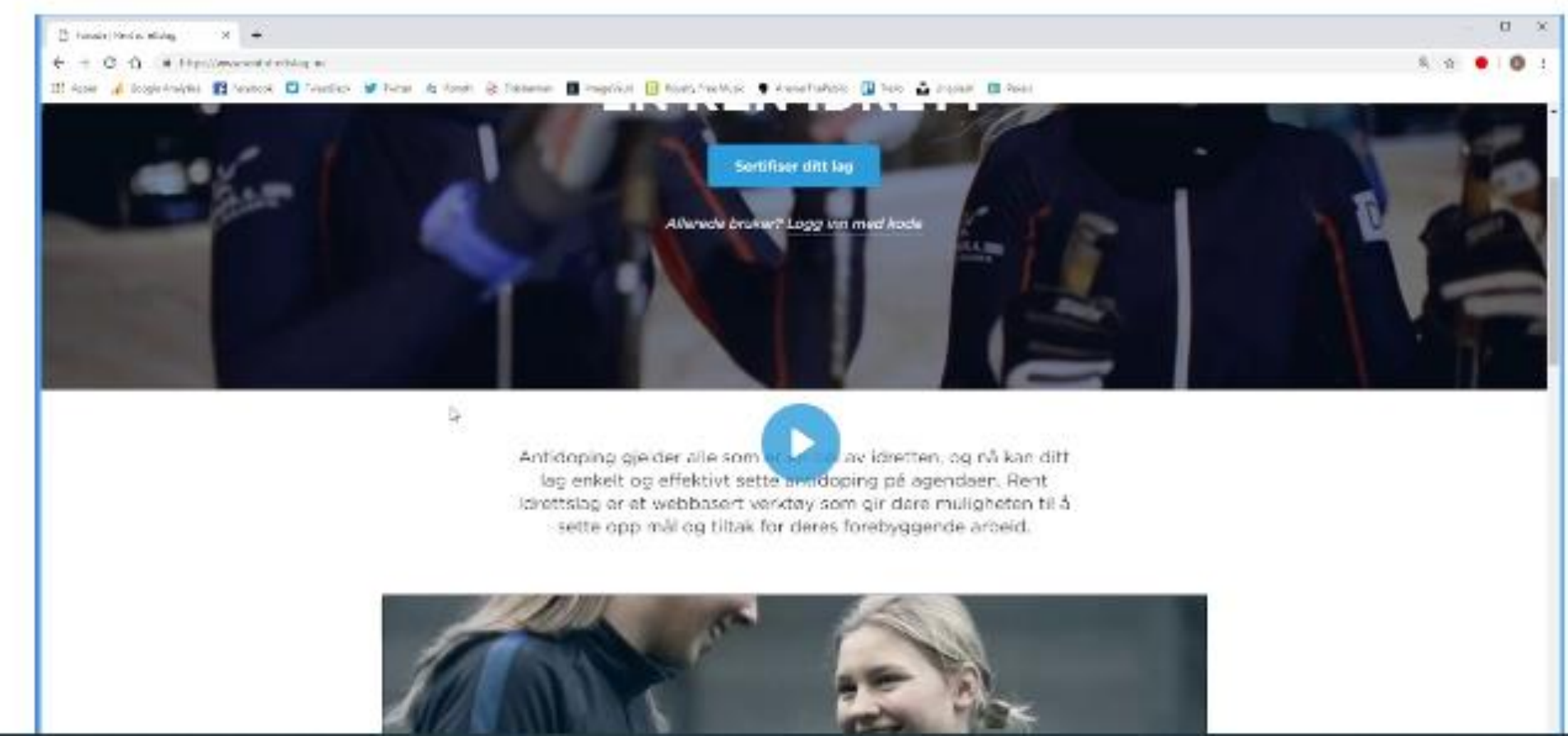
- Styret + eventuelle ressurspersoner
- For fleridrettslag: styret i svømmegruppa

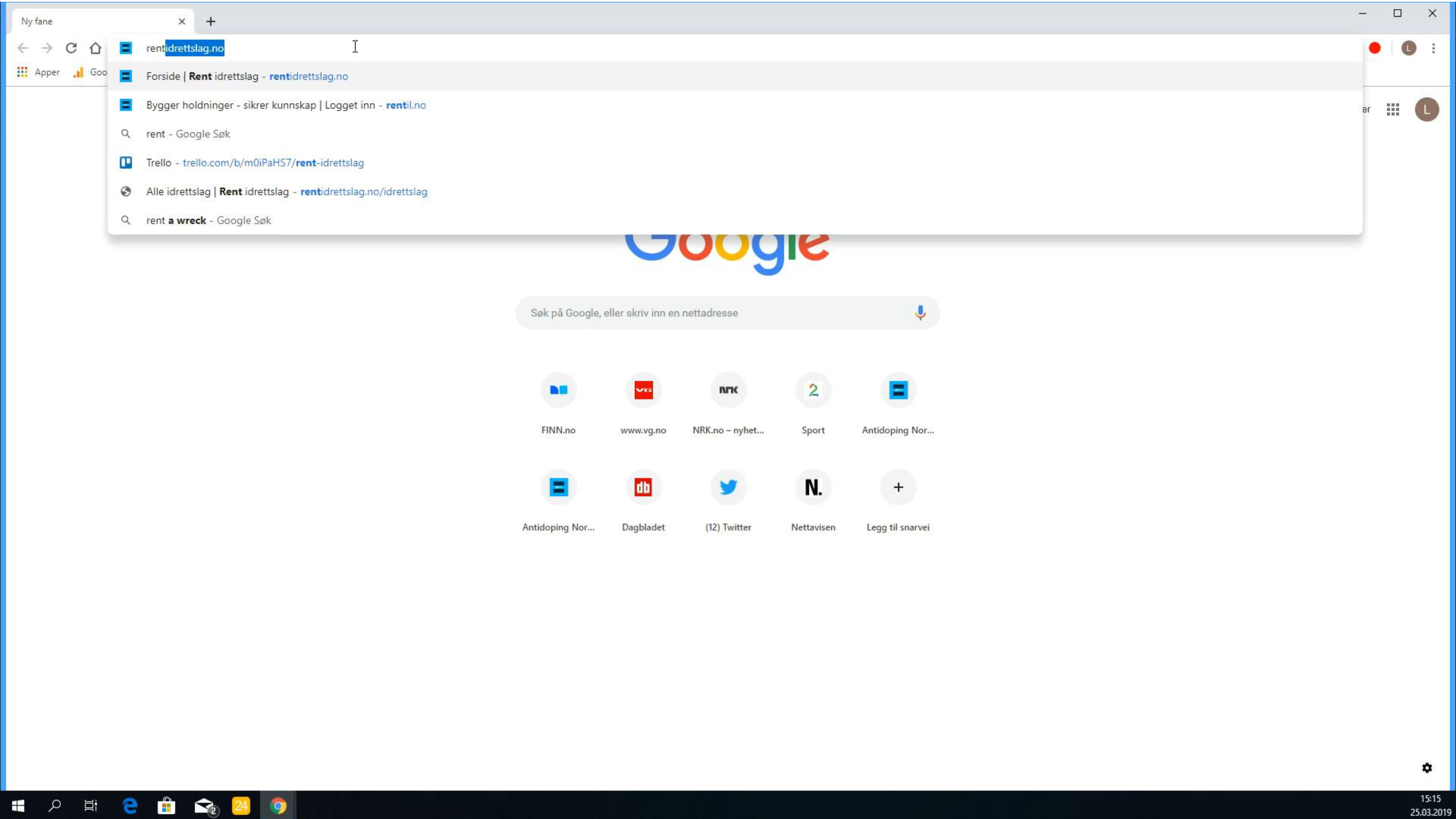
■ Hvordan?

- Samle styret
- Gjennomføre sertifiseringsprosess – 60-90min
- Gjennomføre tiltakene



Antidoping gjelder alle som er en del av idretten, og nå kan ditt lag enkelt og effektivt sette antidoping på agendaen. Rent Idrettslag er et webbasert verktøy som gir dere muligheten til å sette opp mål og tiltak for deres forebyggende arbeid.





Ny fane

x +



Apper Goo

- rentidrettslag.no
- Forside | **Rent** idrettslag - rentidrettslag.no
- Bygger holdninger - sikrer kunnskap | Logget inn - rentil.no
- rent - Google Søk
- Trello - trello.com/b/m0iPaHS7/rent-idrettslag
- Alle idrettslag | **Rent** idrettslag - rentidrettslag.no/idrettslag
- rent **a wreck** - Google Søk



Søk på Google, eller skriv inn en nettsadresse



FINN.no



www.vg.no



NRK.no – nyhet...



Sport



Antidoping Nor...



Antidoping Nor...



Dagbladet



(12) Twitter



Nettavisen



Legg til snarvei



HVEM ER DE BESTE FOREBYGGERNE?



HJELP OSS MED Å BLI BEDRE...



svar.antidoping.no

DRM5 NY1D 9NCP

(skriv koden uten mellomrom)

A soccer goal is centered in the frame, set on a vibrant green artificial turf field. The goal's white frame and net are clearly visible. The background is a deep blue sky with bright sun flares emanating from the top left and top right corners, creating a dramatic, high-contrast atmosphere. The word "SPØRSMÅL?" is superimposed in large, white, bold capital letters across the middle of the goal net.

SPØRSMÅL?



REN TRENING. LIKE MULIGHETER.

SIRI BYNKE

Rådgiver forebygging idrett

siri.bynke@antidoping.no