

ESSENTIËLE ANTI-DOPING INFORMATIE

Blijf Negatief

Om jou als sporter zo goed mogelijk voor te bereiden op de risico's, rechten en plichten bij dopingcontroles heeft de Dopingautoriteit deze folder ontwikkeld. Hierin staat de meest essentiële informatie op een rijtje. Doe er dus je voordeel mee, zorg dat je op de hoogte bent en blijf negatief!

WWW.DOPINGAUTORITEIT.NL/BLIJFNEGATIEF

DOPINGLIJST

Je bent als sporter altijd zelf verantwoordelijk voor de stoffen, die bij een dopingcontrole worden aangetroffen. Het is daarom van belang alle medicijnen en voedingssupplementen vooraf goed te controleren op de aanwezigheid van doping. Of het nu gaat om iets dat door een arts wordt voorgeschreven of om een middel dat bij de drogist wordt gekocht: in beide kunnen dopinggeduide stoffen voorkomen.

WWW.DOPINGAUTORITEIT.NL/DOPINGLIJST

DOPINGCONTROLE

Zorg dat je op de hoogte bent van de rechten en plichten tijdens een dopingcontrole. Hierdoor kom je nooit voor verrassingen te staan. Heb je nog nooit een dopingcontrole ondergaan? Bekijk dan de online video. Hierin wordt stap voor stap uitgelegd hoe een door de Dopingautoriteit uitgevoerde dopingcontrole verloopt.



WWW.DOPINGAUTORITEIT.NL/DOPINGCONTROLE



WEBSITES

Dopingautoriteit:

www.dopingautoriteit.nl

Informatie over doping en de Dopingautoriteit

100% Dope Free:

www.100percentdopefree.nl

Maak een statement tegen doping

The Anti-Doping

Knowledge Center:

www.doping.nl

Achtergrondinformatie over doping en dopingbestrijding

Eigen Kracht:

www.eigenkracht.nl

Informatie over gezond slanker, strakker, sterker worden



MEDICIJNGEBRUIK

Wanneer je om medische redenen medicijnen gebruikt die op de dopinglijst staan, kun je daar een ontheffing voor aanvragen. In Nederland wordt dit een dispensatie genoemd, in het buitenland wordt vaak de term Therapeutic Use Exemption (TUE) gebruikt. Kom je dus in aanmerking voor dopingcontroles, kijk dan op de website waar je de dispensatie dient te regelen.



WWW.DOPINGAUTORITEIT.NL/GDS

DOPING IN JE VITAMINEPIL

Voedingssupplementen kunnen vervuild zijn met doping. Hierdoor loop je onbewust het risico positief te testen bij een dopingcontrole. Om de kans op zo'n onbedoelde positieve dopingcontrole te minimaliseren, is het Nederlands Zekerheidssysteem Voedingssupplementen Topsport (NZVT) ontwikkeld. Gebruik alleen NZVT-goedgekeurde voedingssupplementen, dan hou je het risico op een positieve controle zo klein mogelijk.



WWW.DOPINGAUTORITEIT.NL/NZVT

DRUGS

Drugs zoals cannabis, XTC en cocaïne zijn alleen binnen wedstrijdverband verboden. Buiten wedstrijdverband zijn ze dus toegestaan. Maar let wel op! Cannabis is bijvoorbeeld enkele weken tot maanden na gebruik nog te vinden in je urine. En als het bij een dopingcontrole binnen wedstrijdverband nog wordt aangetroffen, dan test je positief!

WWW.DOPINGAUTORITEIT.NL/DRUGS

100% DOPE FREE

100% Dope Free is een campagne waarbij je als sporter nee kunt zeggen tegen doping. Het is een manier van leven waarbij je zelf de verantwoordelijkheid neemt voor een dopingvrije sport. Ga dus naar de website, teken het statement tegen doping en draag de 100% Dope Free – True Winner armband.

Want sport is veel te mooi voor doping!



WWW.100PROCENTDOPEFREE.NL

BIJ HET SAMENSTELLEN VAN DEZE FOLDER IS DE UITERSTE ZORGVULDIGHEID BETRACHT. DE DOPINGAUTORITEIT KAN GENEREEL AANSPRAKELIJKHEID AANWAARDEN VOOR TYPE- EN ZETFOUTEN, TUSSENTIJDSE WIJZIGINGEN OF ANDERE ONJUISTHEDEN.

NIETS VAN DEZE UITGAVE MAG WORDEN VERVEELVULDIGD EN/OF VERMENIGVULDIGD DOOR MIDDEL VAN DRUK, FOTOKOPIE OF OP WELKE ANDERE WIJZE DAN OOK, ZONDER VOORAFGAANDE SCHRIFTELIJKE TOESTEMMING VAN DE DOPINGAUTORITEIT.

DOPINGAUTORITEIT | POSTBUS 5000 | 2900 EA CAPELLE AAN DEN IJSSEL TEL: 010 2010 150 | FAX: 010 2010 159

