

Ren Utøver – Verdensledende e-lærings program for norske idrettsutøvere

Antidoping Norge lanserer nå et nytt, verdensledende e-læringsprogram for idrettsutøvere, trenere, ledere og deres støtteapparat. Opplæring og informasjon er en viktig grunnpilar i antidopingarbeidet.



Aksel Lund Svindal, prøvde det nye e-læringsprogrammet til Antidoping Norge under årets WC på Kvitfjell.

Aksel Lund Svindal, prøvde det nye e-læringsprogrammet til Antidoping Norge under årets WC på Kvitfjell.

Gjennom e-læring får nå alle norske utøvere tilgang til grunnleggende antidopinginformasjon når det måtte passe. Idrettsutøvere i Norge er nå kun et tastetrykk unna. Adressen er www.renutover.no, og siden er åpen for alle.

Ren Utøver er en interaktiv og engasjerende måte å tilegne seg kunnskap om antidoping på. Programmet er bygget på ni temaer innenfor antidopingarbeidet. WADAs nye regelverk presiserer at alle organisasjoner skal tilby utøverne opplæring i temaer som: dopingkontrollprosedyrer, helsekonsekvenser og regler for medisinsk fritak.

Ren Utøver dekker disse temaene:

- 1 Regler**
Grunnleggende regler om antidoping.
- 2 Helsekonsekvenser**
Bivirkninger som følge av bruk av anabole steroider.
- 3 Dopingkontrollprosedyrer**
Her vil du lære dopingkontrollprosedyrer sett fra utøvers ståsted.
- 4 Medisinsk fritak**
Utøvere på alle nivåer får en innføring i medisinsk fritak.
- 5 Meldeplikten**
Jeg bidrar til en ren idrett fordi jeg er lett å finne.
- 6 Kosttilskudd**
Som utøver er du til enhver tid ansvarlig for hva du har i deg.
- 7 Dopinglista**
Hvem, hva og hvorfor? Her vil du lære det viktigste om WADAs dopingliste.
- 8 Brudd på dopingbestemmelsene**
Hva skjer, og hva bør du gjøre hvis du blir tatt for brudd på dopingbestemmelsene.
- 9 Rolle og verdiformidler**
Hvordan utøvere gjennom å være rollemodeller kan bidra til en ren idrett.

Hvert tema tar mellom 5 og 10 minutter, og portalen husker hvilke du har gjennomført. Når du har fullført alle temaene, vil dette kunne bli registrert og du vil kunne motta et kursbevis på e-post. Du behøver ikke fullføre alt på en gang. Dersom du ikke kan kjøre temaene online, kan du laste dem ned eller bestille en CD.

Hvorfor e-læring?



Er det viktig å være en tydelig verdiformidler?



Konferanse



Antidoping Norge inviterer i samarbeid med Forsvaret til 2. nordiske konferanse om antidopingarbeidet

Hvordan kan samfunnet møte utfordringen med dopingmisbruk?

Hamar, Rica Hotel, 18. mai kl 17.00 – 20. mai kl 13.00

TEMAER:

- Internasjonal doping
- Helsekonsekvenser
- Doping i arbeidslivet
- Kriminalitet og doping
- Forebyggende dopingarbeid
- Dopingmisbruk – behandling og ettervern

Påmelding før 30. mars www.antidoping.no

Norsk Tippings virksomhet finansierer antidopingarbeidet i norsk idrett.



NORSK TIPPING

Ren Utøver – Et viktig steg for en ren idrett!

Både nasjonalt og internasjonalt er det nå økende fokus på det forebyggende antidopingarbeidet. Dette ble understreket i det nye internasjonale antidopingregulverket som trådte i kraft fra 1.1.2009. Her presiseres det at alle organisasjoner skal tilby utøverne opplæring i temaer som dopingkontrollprosedyrer, helsekonsekvenser og regler for medisinsk fritak.

WADA sender gjennom regelverket et viktig budskap om at det må tilrettelegges for at utøvere skal kunne tilegne seg kunnskap. Antidoping Norge har igjennom mange år jobbet målbevisst for å kunne tilby flest mulig av våre idrettsutøvere og støttepersonell opplæring. Nå åpner ny teknologi for at alle kan få tilbudet når det måtte passe på en rask, effektiv og inspirerende måte.

Ren Utøver er et spennende nybrottsarbeid innen antidoping hvor videoer og interaktivitet supplerer tilgjengelig tekst. Idrettsutøveren og treneren blir tatt med i historien og kan gjennom handling påvirke skuespillernes valg. Dessuten får du en direkte tilbakemelding på dine valg.

Dette programmet er utviklet for idrettsutøvere, men vil også være et viktig bidrag til ledere og støtteapparatet i idretten. Har du gjennomgått grunnleggende antidopingopplæring? Hvis ikke, nå har du muligheten!

www.renutover.no

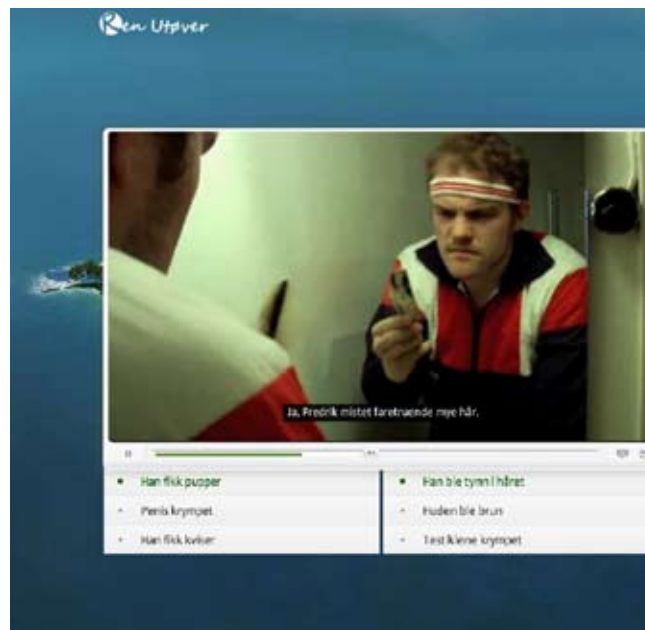
Anders Solheim

E-læring – et godt hjelpemiddel for å lære

Skrevet av Stig Robert Larsen, Administrerende direktør Transform AS

Engasjerende og effektiv læring

Ren Utøver er et fengende opplæringskonsept med interaktive øvelser, action og humor. Det tar litt mer enn en time å gå gjennom samtlige moduler. Dersom utøverne skulle lært det samme i et klasserom, måtte man satt av mye mer tid. Utøverne blir involvert i øvelser hele tiden. Mottoet er "Man lærer gjennom å gjøre". En annen fordel er at man ikke behøver være avhengig av å stille på kurs til en bestemt tid. Har man en PC og internett kan man ta opplæringen hvor som helst og når som helst.



Skjerm bilde fra modul 2 som omhandler helsekonsekvenser ved bruk av anabole steroider. Frederik må til sin fortvilelse innse at håret faller av.

Programmet er tilgjengelig for samtlige idrettsutøvere og støtteapparat i Norge via læringsportalen www.renutover.no. Modulene varer i 5-10 minutter og er bygget opp som interaktive historier hvor humor og ulike typer av spillelementer er tatt i bruk for å engasjere brukeren. Et titalls personer fra inn og utland har vært involvert i utviklingsprosessen. Totalt har det medgått 10 000 utviklingstimer og omlag 40 skuespillere er involvert. Prosjektet har vært mer omfattende enn vi hadde regnet med, men det har vært verdt det. Dette er det mest komplette e-læringsprosjekt vi noensinne har laget.

RealWinner – den internasjonale versjonen

Programmet har vakt stor oppsikt internasjonalt, derfor er flere språkversjoner allerede under utvikling. Den internasjonale versjonen heter RealWinner og kan sees via nettsiden www.realwinner.org. Hittil er det blitt utviklet versjoner på engelsk, tysk, spansk og italiensk. I tillegg er versjoner på russisk og japansk i produksjon. Det internasjonale sykkelforbundet (UCI), det internasjonale friidrettsforbundet (IAAF), det internasjonale volleyballforbundet (FIVB) og antidopingorganisasjonene i Sveits og Japan vil bruke programmet.

Hvorfor er det viktig å være en tydelig verdiformidler?

Lars Martin Kaupang er seniorrådgiver i sponsoravdelingen i Synovate Norge. Han har hatt flere verv i idrett og næringsliv, bl.a. som president i Norges Friidrettsforbund, styremedlem i Olympiakomiteen, styreformann i Sponsorforeningen og PR/sponsorsjef for Gilde.

Av Per Elias Kalfoss

Hvorfor mener du det er viktig at en toppidrettsutøver fremstår som en tydelig verdiformidler?

Idrettsutøveren er først og sist opptatt av å trene, prestere i konkurranser og å sette nye rekorder. Dette er de naturgitte forutsetningene for alle toppidrettsutøvere i dag og slik har det alltid vært. Dette vil alltid være hovedfokus til idrettsutøveren, men det har skjedd endringer i idretten, som også nå stiller andre krav til toppidrettsutøveren.

De siste 10 årene har idrettens verden forandret seg mye, dopingproblematikken har i langt større grad gjort seg gjeldende, som følge av et samfunn som også har forandret seg til et mye mer åpent samfunn. Om du er bankdirektør eller politiker, toppidrettsutøver eller konsernsjef, så må alle forholde seg til et samfunn som raskt og åpent formidler de verdier du står for. Dette også som en følge av nye mediekkanaler.

I lyset av dette er betydningen av troverdighet i samfunnet viktig. Toppidrettsutøveren må være opptatt av hvordan man opptrer og fremstår i mediebildet. Dette er ikke noe man kan forholde seg likegyldig til.

For å skape en god karriere som toppidrettsutøver, er det en del forutsetninger som må være på plass. En forutsetning kan være økonomisk støtte fra en sponsor, støtte fra utøvers særforbund og støtte fra utøverens klubb. Toppidrettsutøveren troverdighet vil i mange tilfeller være



en viktig faktor for å kunne ha denne støtten. En utøver som fremstår med klare holdninger vil derfor styrke sine muligheter for en god idrettskarriere.

Kan tydelige holdninger i antidopingarbeidet bidra til å styrke imaget til utøveren?

Svaret til dette er ja! Synovate gjør målinger av utøverens image. Dette gjøres ved at opinionen får et sett med karakteristika som de skal vurdere om våre toppidrettsutøvere lever opp til. Svarene fra disse undersøkelsene viser med all tydelighet at utøvere som fremstår med tydelige og klare holdninger fremstår med stor troverdighet og et styrket image. I Norge har vi en svært idrettsinteressert befolkning som forventer at våre idrettsutøvere skal ta klar avstand fra doping. Når norske utøvere fremstår med tydelige hold-

ninger i antidopingarbeidet bidrar dette derfor til å styrke imaget til utøveren hos opinionen.

Har dette noen innvirkning på «markedsverdien» til utøveren?

Samarbeidspartnere og sponsorer i dag har svært ofte en klausul i sine avtaler med idrettsutøvere og særforbund, som sier at støtten bortfaller dersom utøver blir tatt for doping. Dette viser hvor grunnleggende og viktig det er for en utøver å både vise med tydelige standpunkter og handling at man tar avstand fra doping.

Det er både i idretten og næringslivet en stadig økende fokus på etikk og verdier, for en samarbeidspartner til idretten blir det viktig at etikk og verdier til utøveren er i samsvar med det de selv står for.

Her kan også en sponsor fra næringslivet spille en viktig rolle, de kan være med på å stimulere til antidopingarbeidet i idretten gjennom sine avtaler.

Hvor viktig er enkeltutøveren i antidopingarbeidet?

Det er ingen tvil om at enkeltutøverens rolle er svært viktig i antidopingarbeidet. Dagens toppidrettsutøvere er store forbilder for yngre utøvere, og deres holdninger og verdier danner skole for hvordan de yngre utøvere ønsker å være.

Toppidrettsutøverens rolle må aldri undervurderes, de har i dagens samfunn en stor rekkevidde gjennom mediene, hvor et intervju eller en kommentar raskt blir gjort tilgjengelig for alle. Toppidrettsutøvere kan derfor gjennom et tydelig engasjement i antidopingarbeidet være med på å bidra til en ren idrett.



FORSVARET

Antidoping Norge inviterer i samarbeid med Forsvaret
til 2. nordiske konferanse om anabole androgene steroider



antidoping.no

Hvordan kan samfunnet møte utfordringen med dopingmisbruk?

Hamar, Rica Hotel, 18. mai kl 17.00 – 20. mai kl 13.00

TEMAER:

- Internasjonal doping
- Helsekonsekvenser
- Doping i arbeidslivet
- Kriminalitet og doping
- Forebyggende dopingarbeid
- Dopingmisbruk – behandling og ettervern

Påmelding før 30. mars

www.nordiskkonferanse.no

Samarbeidspartnere:



Nordisk konferanse

Det er med stor glede Antidoping Norge ønsker velkommen til årets nordiske konferanse om doping i samfunnet.

Antidoping Norge har gjennom sitt arbeid i idretten, trenings-sentre, i kommuner, på skoler og fengsler fått mange signaler om at det er behov for mer kunnskap om doping. Årets nordiske konferanse vil gi deg som treffer dopingbelastede miljøer kunnskap du har nytte av i hverdagen. Om du jobber med ungdom og unge mennesker, er dette stedet for deg.

Samfunnet er i stadig endring og kroppsbildene forandrer seg. Det å se ut som idealene er for mange avgjørende. Doping blir for noen en enkel oppskrift, men samtidig kan det fort bli starten på annet misbruk og store helse-skader.

Antidoping Norge ønsker med denne konferansen å sette fokus på flere sider ved dopingbruk og hvilke konsekvenser dette får for den enkelte og samfunnet.

Vi håper dette vil være en konferanse som setter sitt preg på fremtidens antidopingarbeid.

Rent idrettslag – gir idrettslaget mulighet til å delta for en Ren idrett!

Har ditt idrettslag en tydelig holdning mot doping? Har dere en antidopingpolicy?

Nå er det nærmere 200 idrettslag som har kjørt gjennom rent idrettslag og satt fokus på en ren idrett i sin klubb eller i sitt lag. Gjør det du også! Sjekk: www.rentidrettslag.no



Gode holdninger må jobbes med på alle nivåer og vi vil jobbe sammen for en ren idrett! I idrettslaget skapes utøvers verdier og holdninger for år fremover.

Hordaland har for tiden flest registrerte rene idrettslag, med Nord-Trøndelag og Nordland på andre og tredjeplass.

Fotball, tett etterfulgt av ski og friidrett, er de idrettene med flest registrerte rene idrettslag.

Heng deg på du også – kjøp rent idrettslag i ditt idrettslag!

Ta kontakt om du lurere på noe!

Antidoping Norges støttespillere:



Kan du tenke seg å bli støttespiller for Antidoping Norge?

Kontakt: Frode Hestnes / frode.hestnes@antidoping.no / Tlf.: 924 45 529