



SUOMEN  
VOIMISTELULIITTO

# ANTIDOPING- OHJELMA

Hyväksytty hallituksen kokouksessa 28.10.2024





SUOMEN  
VOIMISTELULIITTO

## ANTIDOPINGTOIMINTA OSANA VOIMISTELUN VASTUULLISUUSOHJELMAA

Suomen Voimisteluliiton vastuullisuusohjelma pohjautuu Voimisteluliiton arvoihin sekä liikunta- ja urheiluyhteisön yhteiseen vastuullisuusohjelmaan ja reilun pelin periaatteisiin. Voimisteluliitto on sitoutunut säännöissään Suomen antidopingsäännöstöön kokonaisuudessaan.

Kaikki voimistelutoiminnassa mukana olevat henkilöt sitoutuvat noudattamaan koko voimistelutoiminnalle yhteistä eettistä ohjeistusta – voimistelun eettisiä periaatteita. Voimisteluliiton kurinpitosäännöt kattavat antidopingsäännösten vaatimat kurinpitomenettelyt koskien epäasiallista käyttäytymistä dopingtestihenkilöstöä kohtaan ja yhteistyöstä kieltäytymistä

Toimijat sitoutuvat lisenssin hankkiessaan sekä urheilijasopimuksen tehdessään noudattamaan Suomen ja maailman antidopingsäännöstöjä, Kansainvälisen Olympiakomitean ja Kansainvälisen voimisteluliiton FIG:n antidopingsäännöstöjä.

Tämän antidopingohjelman tavoitteena on sitouttaa kaikki lajin parissa toimivat henkilöt puhtaaseen urheiluun ja dopinginvastaiseen työhön. Voimisteluliiton tavoitteena on kouluttaa ja viestiä säännöllisesti antidopingasioista ja ennaltaehkäistä väärinkäsityksiä niihin liittyen.



- Minua telinevoimistelussa kiehtoo itse intohimo lajia kohtaan. Tarkoitukseni on nauttia lajista päivittäin, eikä pilata sitä tavoittelemalla voittoa huijaten. Dopingtestaus muistuttaa kerta toisensa jälkeen, että minulla on vastuu kannettavan ei pelkästään urheilijana vaan myös huippu-urheilijana.

*Emil Soravuo, Espoon Telineharrastajat*



## MITÄ ON DOPING?

Suomen antidopingsäännösten mukaan dopingrikkomuksia ovat:

- Kielletty aine tai näyttö kielletyn aineen käytöstä urheilijan elimistöstä otetussa näytteessä
- Kielletyn aineen tai menetelmän käyttö
- Kieltäytyminen dopingtestistä tai dopingtestin välttely
- Olinpaikkatietomääräysten laiminlyönti
- Dopingvalvonnan tai -testin manipulointi
- Dopingaineiden hallussapito
- Dopingaineiden ja -menetelmien levittäminen
- Kielletyn aineen tai menetelmän luovuttaminen.
- Osasyällisyys
- Kielletty yhteistoiminta.
- Ilmoituksen tekijän pelottelu tai häneen kohdistetut kostotoimet

Myös valmentaja tai muu urheilijan tukihenkilö voi joutua tutkittavaksi dopingrikkomuksesta, mikäli hän syyllistyy tekoon, joka on määriteltävissä säännösten mukaan:

- Dopingvalvonnan tai -testin manipulointi
- Dopingaineen hallussapito
- Dopingaineiden ja -menetelmien levittäminen
- Dopingin edistäminen
- Ilmoituksen tekijän pelottelu tai häneen kohdistetut kostotoimet.

Jos valmentaja tai urheilijan muu tukihenkilö käyttää kiellettyjä dopingaineita, hän ei saa toimia yhteistyössä urheilijan kanssa.

Dopingrikkomuksen yritys rinnastetaan pääsääntöisesti dopingrikkomukseen.

Suomen antidopingsäännösten mukaan dopingrikkomuksia koskeva käsittely ja päätösvalta kuuluu antidopingasioiden kurinpitolautakunnalle tai joissain tapauksissa SUEKille.

## KUKA VOIDAAN TESTATA JA MISSÄ?

Voimisteluliiton jäsenseurojen urheilijoita testataan kulloinkin voimassa olevia WADA:n, SUEK:n ja kansainvälisten lajiliittojen FIG:n ja IFAGG:n säännösten mukaan. SUEK:lla, WADA:lla ja kansainvälisillä lajiliitolla on oikeus tehdä ja teettää dopingtestejä Suomessa ja ulkomailla. Testejä voidaan tehdä kilpailuissa sekä niiden ulkopuolella, missä ja milloin tahansa ennalta ilmoittamatta.

Kilpailujärjestäjä on velvollinen järjestämään asianmukaiset dopingtestitilat. Lisäksi sen pitää tarvittaessa järjestää pyydetty määrä täysi-ikäisiä saattajia dopingtestiryhmälle sekä toimittaa tiedot, jotka helpottavat testauksen kulkua, kuten kilpailujen osallistujalistat, osallistujien matkasuunnitelmat ja majoitusosoitteet sekä kilpailujen lopputulokset. Lisätietoja kilpailun järjestäjän velvoitteista on SUEK:in internetsivuilla.

## URHEILIJASOPIMUKSESSA SITOUDDUTAAN PUHTAASEEN URHEILUUN

Suomen Voimisteluliitolla on käytössä eritasoisia sopimuksia voimistelijoille ja muille lajitoimijoille. Sopimuksilla henkilöt sitoutuvat antidopingasioihin seuraavin kohdin:

- Urheilija sitoutuu noudattamaan kulloinkin voimassa olevia lajin kansainvälisen ja kansallisen liiton antidopingsääntöjä sekä SUEK ry:n vahvistamaa antidopingsäännöstöä.
- Sopimusurheilijat suorittavat Puhtaasti paras -verkkokoulutuksen, jolla varmistetaan, että urheilijoilla on varmasti ajantasainen ja riittävä tieto.
- Valittaessa SUEK:n tai kansainvälisen lajiliiton testauspooliin, urheilija noudattaa poolin vaatimuksia.





*- Doping-testaus mahdollistaa reilun kilpailun. Kaikki ovat samalla lähtöviivalla ja kovatyö palkitaan. Puhdas urheilija osoittaa arvostusta sekä lajia että kilpakumppaneita kohtaan.*

*Ada Hautala, Oulun Pyrintö*





# URHEILIJAJA, TOIMI NÄIN:

Tunne sinua koskevat antidopingsäännöt sekä tekemäsi sopimukset. Huolehdi, että olet tutustunut vuosittain uudistuvaan *Kielletyt aineet ja menetelmät urheilussa* -listaukseen. Löydät sen SUEK:n nettisivuilta. Tiedä oikeutesi ja velvollisuutesi.

## 1. KUN KÄYT LÄÄKÄRISSÄ

Kerro aina lääkärille, että olet urheilija ja kuulut dopingvalvonnan piiriin. Lääkäri pystyy selvittämään, onko lääke sallittu. Ota lääkärikäynnille mukaan laite, jolla pääset KAMU-lääkehakuun. Vastuu lääkkeiden käytöstä on kuitenkin aina urheilijalla.

## 2. ERIVAPAUSSLÄÄKKEEN KÄYTTÖ

Mikäli terveyden ylläpitoon tai sairauden hoitoon ei ole saatavilla sallittua lääkettä, lääkitykseen voidaan hakea erivapautta. Tällöin urheilija saa luvan käyttää kyseistä muuten kiellettyä lääkitystä.

- SUEK:n lajikohtaisen tasomäärittelyn piiriin kuuluvien urheilijoiden tulee iästä riippumatta hakea erivapaudet Kansainvälisen erivapausstandardin ja SUEK:n ohjeiden mukaisesti.
- Tasomäärittelyn ulkopuolella olevat urheilijat hakevat erivapautta takautuvasti mahdollisen dopingtestin jälkeen
- Erkka-erivapauskonetta voi käyttää apuna sen selvittämisessä, tuleeko urheilijan hakea erivapaudet etukäteen vai takautuvasti. Erivapauskone auttaa myös selvittämään tuleeko erivapautta hakea SUEK:ltä vai kansainväliseltä lajiliitolta.

- Mikäli kuulut jompaankumpaan edellä mainituista ryhmistä, tulee sinun hakea erivapautta etukäteen, välittömästi tarpeen ilmetessä, pois lukien hätätapaukset
- Kilpailukäytössä kiellettyjen lääkeaineiden käyttöön tulee hakea erivapautta **vähintään 30 päivää** ennen kilpailua
- Jos sinulle on myönnetty erivapaus SUEK:n toimesta:
  - FIG hyväksyy myönnetyn erivapauden ilman erillistä selvitystä, mikäli SUEK on raportoinut erivapauden asianmukaisesti ADAMS-järjestelmään
- Jos **ET** ole kansainvälisen tason urheilija SUEK:n määritelmän mukaan ja sinut on testattu FIG:n toimesta, tulee sinun hakea erivapautta takautuvasti

### Takautuvasti haettava erivapaus

Voit hakea erivapautta takautuvasti jos:

- Tarvitset välitöntä tai hätätapaukseen tarkoitettua hoitoa
- Sinulla ei ollut riittävästi aikaa, mahdollisuutta tai tilanne ei muuten mahdollistanut erivapauden hakemista, tai sen käsittelyä ennen testausta
- Olet alemman tason urheilija, etkä ole FIG:n tai SUEK:n toimivallan alainen ja sinut on testattu
- Sait positiivisen testituloksen käytettyäsi lääkettä harjoituskaudella, jonka käyttö on kielletty kilpailuissa

### Erivapauden hakeminen

- Erivapautta haetaan ADAMS-järjestelmän kautta, mikäli sinulla ei ole ADAMS-tiliä, niin ole yhteydessä [tue@ita.sport](mailto:tue@ita.sport) sen perustamiseksi
- Tilin luotuaasi lataa ADAMS-hakemus, ja sen täytettyäsi sekä allekirjoitettuaasi lähetä se tarvittavien liitteiden kanssa osoitteeseen [tue@ita.sport](mailto:tue@ita.sport)
  - Liitteiden tulee sisältää terveystietosi, mukaan lukien alkuperäinen diagnoosi
  - Testaustulokset, laboratoriokokeet ja kuvantamisen tulokset
- Puutteellisia hakemuksia ei käsitellä
- Voit käyttää WADA:n [Tarkistuslistaa](#) apunasi täyttäessäsi hakemusta

## Miten erivapaus haetaan

### Erivapaudet (FIG-lajit ja TeamGym)

1) Tarkista, mikäli tarvitsemasi lääke tai hoito on kiellettyjen aineiden/hoitojen listalla ([WADA Prohibited List](#)). Voit myös käyttää KAMU-sovellusta.

2) Sinulla on vastuu kertoa hoitavalle lääkärille, että olet urheilija ja, että sinua sitoo antidoping säännöt. Sinun tulee yhdessä lääkärin kanssa tarkistaa, mikäli tarvittava lääke on kiellettyjen aineiden listalla ja keskustella mahdollisuudesta käyttää lääkettä, joka ei ole kyseisellä listalla.

3) Jos tällaista lääkettä ei ole, tulee sinun hakea erivapautta.

### Kansainvälisen tason määrittely (FIG)

a) Urheilijat, jotka kuuluvat FIG:n Rekisteröityyn Testauspooliin tai Testauspooliin

b) Urheilijat, joilla on voimassa oleva FIG-lisenssi, ja jotka osallistuvat FIG:n kansainvälisiin kilpailuihin



## SUEK:n myöntämä erivapaus

- Kansainvälinen lajiliitto hyväksyy SUEK:n myöntämän erivapauden automaattisesti, mikäli se on raportoitu ADAMS-järjestelmään
- Mikäli tarvitset vahvistuksen erivapaudesta, voit lähettää kirjallisen pyynnön asiasta International Testing Agency:lle (ITA). Liitä mukaan ADAMS-järjestelmässä olevan erivapauden referenssinumero
- Todistuksen voi ladata suoraan ADAMS-järjestelmästä

## Erivapauden voimassaolo ja uusiminen

Erivapauhakemukset käsitellään lähtökohtaisesti 21 vuorokauden sisällä. Erivapaudet ovat voimassa vain rajatun ajan, jonka jälkeen ne lakkaavat automaattisesti. Erivapauden uudelleen hakeminen on urheilijan omalla vastuulla.

## Kielteinen päätös erivapaudesta

Jos erivapauhakemustasi ei hyväksytä, saat kirjallisen selvityksen syyistä/syistä hylkäykselle. Voit yhdessä SUEK:n kanssa pyytää asian uudelleenkäsittelyä WADA:lta 21 päivän sisällä päätöksen saatuasi.

## HUOM! IFAGG:illa ei ole kirjattuna auki omia käytänteitä erivapauden hakemisen suhteen. Tällöin IFAGG:in lajien urheilijat soveltavat yllä olevaa FIG:n ohjeistusta. Alla on myös kuvailtu erivapauden hakemisen prosessi yleistettynä kaikille urheilijoille.

Tarkista KAMU-lääkehausta onko hoidoksi ajateltu lääke kielletty vai sallittu.

Selvitä, kuulutko SUEK:n lajikohtaisen tasomäärittelyn piiriin vai tulisiko sinun hakea erivapautta kansainvälisen lajiliittosi kautta.

Jos kuulut SUEK:n lajikohtaisen tasomäärittelyn piiriin, älä aloita kiellettyä lääkitystä tai hoitoa ennen kuin sille on myönnetty erivapaus. Huom! Tämä ei koske kiireellistä hoitoa vaativia hätätilanteita.

Keskustele ensin lääkärisi kanssa, olisiko kielletylle lääkitykselle tai hoitomuodolle olemassa urheilussa sallittua vaihtoehtoa.

Tämän jälkeen täytä SUEK:n erivapauhakulomake ohjeiden mukaisesti ja toimita postitse:

Valimotie 10, 00380 Helsinki tai sähköpostilla, mikäli koet turvalliseksi tavaksi toimittaa terveystietoja: [erivapaus@suek.fi](mailto:erivapaus@suek.fi)

Kansainvälisen tason ja kansainvälisiin urheilutapahtumiin osallistuvien urheilijoiden erivapausmenettelystä vastaa kan-

sainvälinen lajiliitto. Kansainvälisen tason urheilijoita ja kansainvälisiin kilpailuihin osallistuvia urheilijoita koskevan ohjeistuksen löydät SUEK:n sivuilta.

**Huom! Resepti tai lääkärintodistus ei käy erivapaudesta.**

## 3. KUN LÄHDET ULKOMAILLE

Kun valmistaudut kilpailu- tai harjoitusmatkalle ulkomaille, niin ota huomioon seuraavat asiat.

### Ennen matkalle lähtöä:

Varmista vähintään kaksi kuukautta ennen ulkomaille lähtöä, että erivapautesi ovat voimassa.

- Pidä todistus erivapauksista mukana sekä kilpailu- että harjoitusmatkoilla
- Ota jo kotoa mukaan sallittuja lääkkeitä esim. säryn, flunssan ja ripulin hoitoon

### Matkalla:

- Pyydä kirjallinen todistus lääkärin määräämistä tai käyttämisestä lääkkeitä, jos sairastut tai loukkaannut ulkomaille. Varmista myös, että kyseessä olevat lääkeaineet eivät ole urheilussa kiellettyjä.
- Älä käytä mitään lääkkeitä tai vastaavia valmisteita, jotka olet saanut esim. toiselta urheilijalta, jos olet epävarma niiden sisällöstä tai niitä ei ole määrätty sinulle.
- KAMU-lääkehaussa voi tarkistaa vain Suomesta saatavia resepti- ja itsehoitolääkevalmisteita.
- Tarkista aina ulkomailta ostettavien lääkkeiden vaikuttavat aineet WADA:n englannin- tai ranskankielisestä luettelosta.
- Huomioi, että samanniminen lääke voi eri maissa sisältää eri ainesosia!

## 4. OLE TARKKANA RAVINTOLISIEN KANSSA

Ravintolisät ovat elintarvikkeita, joiden avulla pyritään täydentämään terveen ihmisen ruokavaliota. Ravintolisiä ei luokitella sallituiksi ja kielletyiksi, vaan vain lääkkeet ja lääkeaineet.

Urheilijan tulee itse tarkistaa kiellettyjen ja sallittujen aineiden luettelosta, onko ravintolisän tuoteselosteessa mainittu kiellettyjä aineita.

Joskus ravintolisät saattavat sisältää kiellettyjä aineita, vaikka niitä ei ole mainittu tuoteselosteessa.

**Vastuu on aina urheilijalla!**





# TESTAAMINEN

Dopingtestejä tehdään kilpailuissa sekä niiden ulkopuolella. Kilpailun ulkopuolisia testejä tehdään esim. harjoituksissa ja leireillä, tai urheilija voidaan kutsua testiin kotoaan. Urheilija voi tällöin valita, antaako hän näytteen kotona vai esim. harjoituspaikalla. Kilpailutestiin urheilija kutsutaan heti suorituksen päätyttyä. Urheilijat arvotaan tai määrätään testiin esim. sijoituksen perusteella. Dopingtestissä otetaan joko virtsa- tai verinäyte tai molemmat. Kilpailujen järjestäjä on velvollinen tekemään mahdolliseksi dopingtestien sääntöjen mukaisen suorittamisen kilpailujen yhteydessä. Käytännössä järjestäjien on hyvä jo ennalta varautua (mahdollisesti) suoritettaviin dopingtesteihin.

## MITEN TESTITILANTEISSA TOIMITAAN?

**Huom!** Testitilanteen ohjeistus ja toiminta saattaa päivittyä aika ajoin. Viimeisimmät ohjeet testauksesta löytyvät SUEK:n nettisivuilta.

### 1. Testikutsu ja testiin ilmoittautuminen

- Allekirjoitettuasi testikutsun on velvollisuutesi pysyä dopingtestihenkilöstön valvonnassa, kunnes testi on suoritettu loppuun
- Sinulla on oikeus ottaa testitilanteeseen avustaja mukaan
- Sinulla on oikeus osallistua palkintojenjakoon ja/tai jäljellä oleviin kilpailusuorituksiin
- Sinulla on oikeus suorittaa harjoitus/verryttelyt loppuun

### 2. Näytteenottoastian valitseminen

Valitse itse näytteenottoastia, avaa ja tarkista, että se on ehjä ja puhdas.

### 3. Valvottu näytteenanto

Näytteenanto tapahtuu samaa sukupuolta olevan valvojan läsnä ollessa.

### 4. Näytepullojen valinta ja tarkistaminen

Valitse itse sinetöity näytepullopakkaus ja tarkista, että sinetti on koskematon, pullot ehjiä ja puhtaita ja että pullojen ja korkkien koodinumerot ovat identtiset.

### 5. Näytteen jakaminen A- ja B-pulloihin

Jaa itse näyte testaajan antamien ohjeiden mukaan kahteen pulloon.

### 6. Näytepullojen sinetöinti

Sulje näytepullot sinetöintikorkeilla testaajan antamien ohjeiden mukaan.

### 7. Näytteen analyysikelpoisuuden tarkistaminen

Testaaja määrittää näytteen kelpoisuuden laboratorioanalyysiin. Näytteen ollessa vahvuudeltaan laimea tai määrältään vajaa, voidaan tarvita lisänäytteitä.

### 8. Sinetöityjen näytepullojen pakkaaminen kuljetusta varten

Testaaja tai urheilija pakkaa pullot suojapusseihin ja suojakoteloon.

### 9. Testipöytäkirjojen täyttäminen, tarkistaminen ja allekirjoittaminen

- Ilmoita kaikki käyttämäsi lääkeaineet sekä vitamiinit, ravintolisät ja luontaistuotteet seitsemän edeltävän vuorokauden ajalta.
- Hyväksyt testimenettelyn testipöytäkirjan allekirjoituksella

Testistä kieltäytyminen käsitellään aina antidopingsäännösten mukaisesti dopingrikkomuksena.

Testaajat ohjeistavat, auttavat ja vastaavat kysymyksiisi.

**Pidä aina mukanasasi esim. puhelimessa ajan tasalla oleva lista kaikista käyttämästäsi lääkkeitä, ravintolisistä, vitamiineista ja palautumisvalmisteista! Ja pidä kopio erivapausoikeudestasi mukana esimerkiksi kuvana puhelimesiasi.**





*- Perimiltään urheilu on kovaa harjoittelua, onnistumisia ja takaiskujakin - eli rehellistä ja puhdasta. Dopingtestauksella valvotaan siis koko urheiluyhteisön etuja.*

*Venla Virtaintorppa, TeamGym maajoukkue*





## TESTAUSPOOLI

Testauspooliin on nimetty huippu-urheilijoiden ryhmiä, johon kilpailujen ulkopuolinen testaus erityisesti kohdistuu. Voimistelija voidaan nimetä testauspooliin SUEK:n ja/tai kansainvälisen lajiliittonsa toimesta. Voimisteluliitto toimii yhteistyössä SUEK:n kanssa testauspoolikriteerit täyttävien urheilijoiden määrittämisessä.

Voimistelija kuuluu testauspooliin, kunnes SUEK tai kansainvälinen lajiliitto poistaa hänet poolista ja ilmoittaa siitä asianomaisille.

Jos voimistelija lopettaa urheilu-uransa pooliin kuuluessaan, hänen tulee tehdä kirjallinen lopettamisilmoitus SUEK:lle ja Voimisteluliitolle. Mikäli urheilija kuuluu kansainvälisen lajiliittonsa rekisteröityyn testauspooliin, tulee hänen lähettää lopettamisilmoitus ensisijaisesti kansainväliselle lajiliitolleen.

Ilmoituksen jälkeen hänet poistetaan poolista.

**SUEK informoi urheilijaa pooliin valinnasta aina kirjeellä ja ohjeistuksella.**

**Urheilija ei voi kuulua tietämättään pooliin.**

## YHTEYS- JA OLINPAIKKATIETOJEN ILMOITUSVELVOLLISUUS

Testauspoolin urheilijoilla on velvollisuus pitää ajan tasalla yhteys- ja olinpaikkatietonsa. Tiedot ilmoitetaan WADA:n luoman ja ylläpitämän ADAMS-järjestelmän sähköiseen kalenteriin. Tiedot mahdollistavat tehokkaan ja tarkkaan ajoitetun testauksen ilman ennakoilmoitusta. Yhteys- ja olinpaikkatietojen ilmoituksen laiminlyönnistä voidaan antaa antidopingsäännösten mukainen rangaistus.

Lajiliiton tulee toimittaa SUEK:ille välittömästi ja ilman erillistä pyyntöä kaikista maajoukkueryhmistä ja -valinnoista seuraavat tiedot:

- Urheilijoista:
  - nimet, syntymäajat, yhteystiedot
- Koti- ja ulkomaanleireistä:
  - osallistujalistat, majoitus- ja harjoituspaikat, leiriaikataulut
- Kilpailutiedot
- Tiedot maajoukkueiden muista mahdollisista kokoontumisista ja tapaamisista
- Tiedot kansainvälisen lajiliiton rekisteröityyn testauspooliin kuuluvista urheilijoista

Lajiliiton tulee ilmoittaa tietojen muutoksista SUEK:ille osoitteeseen [antidoping@suek.fi](mailto:antidoping@suek.fi).

## KANSAINVÄLINEN TESTAUSPOOLI

Kansainvälisellä Voimisteluliitolla FIG:llä on oma FIG:n nimeämä testauspooli. FIG:n yhteys- ja olinpaikkatietojen valvota toteutuu sähköisen ohjelman ADAMS:n välityksellä. FIG nimeää seuraavan vuoden pooliin urheilijat aina loppuvuodesta oman säännöstönsä ja omien kriteereidensä mukaisesti. FIG:llä on oikeus nimetä pooliin kesken vuoden uusia urheilijoita tai muuttaa kriteereitään.

Poolin voimistelijat ja heidän kansalliset liittonsa informoidaan aina valinnasta tai poolista jättämisestä. Lisätietoja poolista löytyy FIG:n antidoping- sivuilta [www.fig-gymnastics.com](http://www.fig-gymnastics.com)





## URHEILIJAT, JULKISUUS JA SOSIAALINEN MEDIA

Voimisteluliitto toivoo urheilijoiltaan myönteistä suhtautumista antidopingasioihin ja dopingtesteihin. Testien tekeminen on jokaisen puhtaan urheilijan etu.

Asia pyritään käsittelemään luottamuksellisesti siihen asti, kunnes jäsenelle on määrätty mahdollinen seuraamus dopingrikkomuksesta.

Urheilijoiden on hyvä muistaa, että esimerkiksi sosiaalisessa mediassa kirjoitukset ja kuvat voivat levitä ja jäädä elämään, vaikka päivityksen poistaisikin. Dopingasioista ja -testeistä vitsailu tai asiaton kielenkäyttö voi kääntyä itseään vastaan.

Urheilija voi halutessaan kertoa avoimesti testaamisestaan tai koulutuksen läpäisemisestä ja vaikka julkistaa testitulokset statuksessaan hashtagilla #puhtaastiparas. SUEK ei kerro negatiivisista testituloksista julkisuuteen. Urheilija voi edustaa sosiaalisessa mediassa itseään, seuraansa, liittoaan ja lajiaan. Kannattaa miettiä tarkkaan millaisia valokuvia, videopätkiä ja postauksia kirjoittaa ja millaisen kuvan suhteestaan esim. alkoholin ja muhin päihteisiin antaa. Kannattaa myös miettiä, kuinka rajaa yksityisyyden suojaa sosiaalisessa mediassa.

## VIESTINTÄ

Voimisteluliitto viestii säännöllisesti antidopingasioista monissa eri kanavissa kohderyhmät huomioiden. Liiton kanavia ovat muun muassa nettisivut, Facebook ja Instagram. Liiton internetsivujen vastuullisuuskokonaisuudessa avataan liiton antidopingtyötä ja julkaistaan linkit antidopingohjelmaan ja mm. SUEK:in KAMU-lääkehakuun, ILMO-palveluun ja Puhtaasti paras verkkokoulutukseen. Liitto tekee myös yhteistyötä SUEK:in kanssa myös mm. kampanjoinnissa. Liitto huolehtii antidopingasioita koskevien tietojen välittämisestä toimijoilleen aktiivisesti ja välittömästi mahdollisten päivitysten osalta.

Voimisteluliitto viestii toimijoilleen erilaisilla infokirjeillä, joihin myös antidopingasiat on sisällytetty.

Voimisteluliitolla on myös kriisiviestintäsuunnitelma mahdollisen dopingtapauksen ja -epäilyn yhteydessä.

## DOPINGRIKKOMUSTAPAUKSET

Suomen Voimisteluliiton jäsentä koskevassa dopingrikkomusasiassa tapaus pyritään käsittelemään luottamuksellisesti siihen asti, kunnes jäsenelle on määrätty mahdollinen seuraamus dopingrikkomuksesta. Tarkemman selvityksen Voimisteluliiton viestinnästä dopingrikkomusasioihin liittyen löydät Voimisteluliiton [Toimintaohjesäännöstä](#).

PUHTASTI  
PARAS

ILMO

KAMU



## SEURALLA TÄRKEÄ ROOLI

Voimisteluseuroilla on merkittävä rooli puhtaan urheilun edustajina. Seuran arvokeskusteluihin ja sääntöihin on hyvä ottaa mukaan antidopingasiat. Säännöstoissa tulee todeta, että toiminnassa noudatetaan Suomen antidopingsäännöstöä sekä määrätä, että jäsenet ovat velvollisia noudattamaan sitä. Säännöissä tulee olla määräykset myös mahdollisista rangaistuksista.

## KASVATUSVASTUU OHJAAJILLA JA VANHEMMILLA

Valmentajilla ja ohjaajilla on vastuu lasten ja nuorten antidopingkasvatuksesta urheilijoiden ohjauksesta antidopingasioihin. Myös vanhempien on oltava tietoisia antidopingsäännöistä, sillä vanhemmat ovat esimerkiksi usein lapsen mukana lääkärikäynneillä tai hakemassa lääkkeitä apteekista.

Seurojen on hyvä valita antidopingvastaava, jonka vastuulla on asioiden tiedottaminen

Seuroille suositellaan verkkokoulutusta. Verkkokoulutusta suositellaan vahvasti niin seurojen urheilijoille, valmentajille kuin seuran toimihenkilöille.

## YRITYSYHTEISTYÖ

Yritysyhteistyön lähtökohtana on luonnollisesti puhdas urheilu. Yhteistyö perustuu luottamukseen ja yrityksellä on oikeus purkaa urheilijasopimus välittömästi, mikäli urheilijan todetaan rikkoneen voimassa olevia antidopingsääntöjä tai muita urheilun eettisiä sääntöjä. Yrityksellä on oikeus vaatia jo maksetut sopimuskorvaukset palautettavaksi kyseisen urheilijan kohdalla.

Voimisteluliiton yhteistyösopimuksien lähtökohta on eettinen ja puhdas voimistelu. Mikäli voimistelun parissa tapahtuu dopingriike, on yhteistyökumppanilla oikeus lopettaa yhteistyösopimus välittömästi. Muissa mahdollisissa toimenpiteissä noudatetaan yhteistyösopimuksissa määriteltyjä linjoja.

## SEUROJEN TÄRKEÄT KYSYMYKSET

1. Kuka seurassamme vastaa antidopingasioiden hoitamisesta?
2. Onko säännöissämme otettu antidopingasiat huomioon?
3. Miten huolehdimme eri toimijoiden sitoutumisesta antidopingasioihin?
4. Miten viestimme, ettei doping kuulu urheiluun? Miten kerromme, että kannatamme puhdasta urheilua?

## VOIMISTELULIITTO JA URHEILIJA

- Voimisteluliitto jakaa maajoukkueleireillä maajoukkue-rinkurheilijoille KAMU-pikaoppaan.
- Liitto tarjoaa antidopingkoulutuksen kerran vuodessa joka lajissa maajoukkueurheilijoille.
- Liiton urheilijasopimuksissa on huomioituna sitoutuminen puhtaaseen urheiluun.
- Liiton valmentajakoulutuksiin on sisällytetty antidopingasiat.
- Lajipäälliköt auttavat aina antidopingasioihin liittyvissä kysymyksissä.





## KOULUTUS

Koulutustoiminnan tavoitteena on varmistaa, että kaikilla toimijoilla on tarvittava ja ajantasainen tieto antidopingasioista sekä valmius tehdä eettisesti kestäviä valintoja urheilussa.

Voimisteluliitto tarjoaa koulutusta mm. voimistelijoille, valmentajille, seuroille, luottamusryhmille sekä liiton toimihenkilöille. Antidopingkoulutusta järjestetään ensisijaisesti voimistelijoille ja valmentajille. Koulutusten tavoitteena on lisätä lajitoimijoiden antidopingtietoisuutta. Koulutus tapahtuu pääosin leirien yhteydessä vuosittain.

Voimisteluliitolla on oma antidoping-kouluttaja, Veera Kainulainen, joka koordinoi antidopingkoulutusta liitossa ja osallistuu SUEK:n järjestämiin koulutustilaisuuksiin. Koulutusvastaava raportoi SUEK:lle pidetyistä koulutuksista.

Voimistelijoita koulutetaan lähtökohtaisesti leirien yhteydessä, valmentajia lajien valmentajakoulutuksissa ja tuomareita tuomarikoulutuksissa.

## MUU TOIMINTA

Suomella on luottamushenkilöitä kansainvälisissä hallituksissa ja työryhmissä, muun muassa FIG:n hallituksessa ja European Gymnastics:n teknisessä komiteassa, joissa Suomen jäsenet edistävät omalta osaltaan puhdasta urheilua ja dopingin vastaista työtä.

Lajiliiton hallitus päättää ohjelmasta ja sen päivityksistä. Lajiliiton hallituksen tulee arvioida vuosittain ohjelman toteutumista ja kirjata tehdyt toimenpiteet vuosikertomukseen.

Hallituksen hyväksymän ohjelman suunnitelmat ovat esillä toimintasuunnitelmassa ja toteutumisen arviointi vuosikertomuksessa. Ohjelma päivitetään tarvittaessa.

Hallituksen tehtävänä on varmistaa, että liitolla on käytössä riittävät henkilö- ja/tai muut resurssit ohjelman ja sen toimenpiteiden toteuttamiseen. Hallituksen jäsenille ja muille keskeisille luottamushenkilöille suositellaan verkkokoulutuksen suorittamista ja osallistumista SUEK:n luottamushenkilöille järjestämiin webinaareihin

## YHTEYSHENKILÖT

### **Susanna Porola**

*Voimistelu- ja seuratoiminnan johtaja*  
*Antidoping-yhteyshenkilö*  
040 5703090

### **Veera Kainulainen**

*Antidoping-kouluttaja*  
050 5506544

### **Heli Pekkala**

*Koulutus*  
040 0303077

### **Maria Laakso**

*Toiminnanjohtaja*  
050 5626226

### **Riikka Hopiavaara**

*Viestintäpäällikkö*  
044 3593082



SUOMEN  
VOIMISTELULIITTO



PUHTASTI  
PARAS

