

# Program Fylkesseminar

3. april  
2025

Påmelding  
og mer info



ANTIDOPINGNORGE

## Åpning av seminaret

Charlotte Spurkeland, Byråd for barnevern, sosiale tjenester og mangfold, Bergen kommune

## Hvordan går det med ungdommen i Vest?

Endre Buanes, Samordning av Lokale rus- og kriminalitetsforebyggende tiltak (SLT), Bergen kommune  
Utekontakten v/Rusforebyggende ungdomsteam

I dette foredraget vil Endre Buanes starte med å gi oss en oversikt over hvordan det står til med ungdommene, og gi en oversikt over utfordringer og påvirkningsfaktorer. Deretter vil Utekontakten sammen med noen ungdommer dele sine erfaringer og høre med ungdommen selv hva de ser og opplever, spesielt med tanke på trening, kropp og doping.



## Ungdom og Kriminalitet

Monica Mørk, Barne- og Familiesjef, Øygarden kommune

Monica Mørk har lang fartstid i politiet, og kom fra stillingen som sjef ved politistasjonen i Bergen Vest. Høsten 2024 startet hun i ny jobb som barne- og familiesjef i Øygarden Kommune. Her har hun fått det øverste ansvaret for barne- og familieområdet i kommunen. I sitt foredrag vil Monica ta for seg endringene i ungdomskriminaliteten og dele erfaringer fra samhandling mellom politiet og kommune for å møte endringene.



## Dopingmidler – hva er det og hvorfor er det så attraktivt for noen?

Kristoffer Lie Loftheim, Fagrådgiver Rent Senter, Antidoping Norge

Kristoffer Lie Loftheim jobber til daglig med å lede Antidoping Norges forebyggende program mot treningsentre, Rent Senter. Før jobben i Antidoping Norge jobbet han i mange år som manuell-terapeut hvor han blant annet møtte og behandlet brukere som søkte hjelp for skader oppstått som følge av dopingbruk. I dette foredraget vil han gå grundig gjennom hva de ulike dopingmidlene er, virkninger/bivirkninger, hva sier forskningen versus «bro science», lovverk, produksjon og hvem er brukerne.



## Kosttilskudd: Dopingfelle eller nødvendig del av treningen?

Fredrik Lauritzen, Avdelingsleder forskning, medisin og oppdrag, Antidoping Norge

Mange ungdommer bruker kosttilskudd og ser på dette som en nødvendig del av treningen. Men er det egentlig nødvendig? Og innebærer det noen risiko? I dette foredraget vil forskningssjef Fredrik Lauritzen ta oss gjennom de mest vanlige kosttilskuddene og gå gjennom nødvendighet og eventuelle risiko.



# Program Fylkesseminar

3. april  
2025

## Trender på Dopingkontakten – hva tenker ungdom om doping?

*Mathilde Kjølørød Berg, Dopingkontakten, Antidoping Norge*

Dopingkontakten er en anonym samtale – og informasjonstjeneste hvor mange ungdommer tar kontakt med spørsmål omkring doping, kosttilskudd, trening og kropp. Her snakker vi med mange som vurderer å bruke doping, eller bruker doping. I dette foredraget vil Mathilde Kjølørød Berg, som betjener Dopingkontakten, dele erfaringer fra de som tar kontakt. Hva tenker ungdom om doping og hvor får de disse tankene fra? Hun vil vise hvordan sosiale medier og algoritmene fører treningsinteresserte ungdom ned i et kaninhull hvor de presenteres for doping som en ufarlig og lettvinnt løsning for å oppnå målene om drømmekroppen.



## Guttastemning – hvordan nyansere praten?

*Alexander Syversen-Olsen, Rådgiver Idrett, Antidoping Norge*

Alexander Syversen-Olsen ble ansatt i Antidoping Norge for å ta tak i et opplevd risikomiljø i et idrettsmiljø. Med egne erfaringer som profesjonell ishockey-spiller vet han hvordan guttastemning og garderobeprat kan ta over fasiten og bli viktigere enn hva forskning og ekspertene sier. I dette foredraget vil han komme med konkrete tips til hvordan du som møter ungdom kan jobbe med holdninger, og hvordan vi kan snakke om doping i et forebyggingsperspektiv.



## Hvordan oppdage og håndtere bruk?

*Kaja Haugen, Fylkeskoordinator Vestland, Antidoping Norge*

Til daglig jobber Kaja Haugen med å koordinere det forebyggende arbeidet på skoler, treningsssentre, idrettslag, kommuner i Vestland Fylke. I dette foredraget vil hun gå gjennom hvilke tegn og symptomer man kan se etter, og hvordan man kan gå frem når man har en konkret mistanke. Hun vil snakke om bekymringsamtalen og komme med tips og triks til å åpne en dialog om doping.



## Sofaprat: Erfaringer fra treningscenter

*Rune Soltvedt, Senterleder, Trene Sammen City og Charlotte Sandvaag, Senterleder, SATS Lagunen*

I denne praten vil vi få praktiske eksempler på hvordan man kan snakke om doping i praksis. Rune og Charlotte vil dele fra sine erfaringer fra å gjennomføre både forebyggende – og bekymringsamtaler med ungdom som trener på treningscenter, i håp om å kunne senke terskelen og inspirere flere til å tørre å snakke om doping.

## Sofaprat: Erfaringer fra Ren Trening i kommunen

*Carl André Dahl, Ruskonsulent, Bjørnafjorden kommune*

På bakgrunn av bekymringer rundt et ungdomsmiljø i Bjørnafjorden inngikk kommunen et samarbeid om dopingforebyggende arbeid i 2019. Etter noen tøffe økonomiske prioriteringer måtte kommunen dessverre si opp avtalen i 2023. Men ved å løfte opp det lokale engasjementet fikk Bjørnafjorden samlet inn penger via det ene idrettslaget i kommunen, og kunne i 2024 skrive under på ny kontrakt om samarbeid om Ren Trening i kommunen. I denne praten vil en som har vært sentral i samarbeidet fortelle om deres erfaringer med det dopingforebyggende arbeidet lokalt i Bjørnafjorden Kommune.