

antidoping.ch

DOPAGE ?

**AUCUNE EXCUSE VALABLE!
TU ES RESPONSABLE DE TES ACTES**



L'ESSENTIEL EN QUELQUES LIGNES

Cette brochure est destinée aux jeunes sportifs qui souhaitent s'informer sur les règles en matière de dopage. Elle s'adresse également à leurs entraîneurs et de manière générale aux personnes qui s'intéressent au sport.

Tu trouveras ici les informations essentielles en matière de contrôles antidopage; cette brochure aborde, par ailleurs, la question de l'utilisation des médicaments et des compléments alimentaires.

Qu'est-ce que le dopage?

On entend par dopage l'utilisation de substances et de méthodes destinées à accroître les performances de l'athlète, qui figurent sur la «Liste» des substances et des méthodes dopantes, et qui sont par conséquent interdites. La prise de substances dopantes peut être décelée de différentes manières: par l'analyse d'un prélèvement urinaire ou sanguin effectuée par un laboratoire, ou de manière indirecte suite à des déclarations de témoins, des rafles ou des confiscations. On entend également par dopage le refus de se soumettre à un contrôle, l'altération d'un prélèvement ainsi que la détention ou le commerce de produits prohibés.

Qui est soumis aux règles en matière de dopage?

Tous ceux qui pratiquent un sport sont soumis aux règles en matière de dopage. Elles revêtent la même importance que les prescriptions techniques ou celles qui concernent la compétition. Il appartient aux sportifs de s'informer sur la Liste des substances et méthodes interdites actuellement en vigueur, ainsi que sur l'ensemble des règles et des procédures en matière de contrôles.

Comment sont sanctionnées les violations du règlement antidopage?

Les actes de dopage sont punis par la non-reconnaissance des résultats obtenus, par des suspensions ainsi que par des amendes.

Qui statue en matière de dopage?

L'Agence mondiale antidopage (AMA) détermine quelles substances et quelles méthodes sont assimilables à du dopage et quelles substances et méthodes sont, par conséquent, interdites. Au moins deux des critères énoncés ci-après doivent être remplis:

- La substance ou la méthode
- augmente de manière générale les performances;
 - représente un risque pour la santé;
 - enfreint les valeurs de l'esprit sportif.

La Liste des substances et méthodes interdites est actualisée chaque année. Elle est valable dans le monde entier.

Qu'entend-on par obligation de renseigner?

Les sportifs de haut niveau doivent, à tout moment, être disponibles pour se soumettre à des contrôles antidopage. Ils ont donc l'obligation de communiquer leur lieu de séjour. La communication de fausses informations ou le non-respect

de l'obligation de renseigner constitue une violation au règlement antidopage.

Qu'entend-on par groupes cibles de sportifs soumis aux contrôles?

Les sportifs sont affectés à des «groupes cibles de sportifs soumis aux contrôles», selon leur type de performances. Les sportifs qui figurent dans un groupe cible soumis aux contrôles (RTP) sont des sportifs qui ont atteint le niveau international. Les jeunes sportifs sont, à défaut, affectés aux autres groupes, à savoir le groupe cible national des sportifs soumis aux contrôles (NTP) et le groupe cible général des sportifs soumis aux contrôles (ATP). Il existe d'autres groupes pour les sports d'équipe. Différentes règles s'appliquent aux divers groupes cibles, par exemple en ce qui concerne l'indication du lieu de séjour (informations sur la localisation) ou l'utilisation de médicaments.

Qui est chargé de la lutte contre le dopage?

Les opérations de contrôle, d'information et de prévention ainsi que la recherche appliquée sont, en Suisse, du ressort d'Antidoping Suisse. La Chambre disciplinaire pour les cas de dopage de Swiss Olympic statue sur les cas de dopage au niveau national. Sur le plan international, c'est l'AMA qui est chargée de la lutte contre le dopage.

EST-CE QUE JE SUIS AFFECTÉ/E À UN GROUPE CIBLE DE SPORTIFS SOUMIS AUX CONTRÔLES? QUELLES SONT LES RÈGLES QUE JE DOIS RESPECTER?

TA FÉDÉRATION SPORTIVE SAIT DANS QUEL GROUPE CIBLE DE SPORTIFS SOUMIS AUX CONTRÔLES TU ES ENREGISTRÉ/E ET PEUT DONC TE COMMUNIQUER LES INFORMATIONS ESSENTIELLES À CE SUJET. POUR TOUTE QUESTION, ADRESSE-TOI À LA PERSONNE RESPONSABLE DE LA LUTTE CONTRE LE DOPAGE OU AU SECRÉTARIAT DE TA FÉDÉRATION. TOUTES LES RÈGLES ET LES INFORMATIONS RELATIVES AUX DIFFÉRENTS GROUPE CIBLES SONT DISPONIBLES À L'ADRESSE SUIVANTE:
WWW.ANTIDOPING.CH/FR/CONTROLS/TESTING_POOLS

INTERDIT? AUTORISÉ? MAUVAIS POUR LA SANTÉ?



Qu'entend-on par Liste des interdictions?

La Liste des interdictions mentionne l'ensemble des substances et méthodes dopantes et donc interdites dans le sport. Cette liste est actualisée chaque année, en janvier. Il est de ton devoir de t'informer de toute éventuelle modification de cette liste. La liste actuellement en vigueur est disponible à l'adresse suivante:

www.antidoping.ch/fr/law/private_law/prohibited_list

Quelles sont les substances et les méthodes interdites?

Toutes les substances et méthodes qui figurent sur cette liste sont interdites. Ces substances et méthodes se divisent en trois catégories:

- les substances et méthodes interdites dans tous les cas, tels que les agents anabolisants, les hormones, le dopage sanguin, le dopage génétique;
- les substances interdites uniquement dans le cadre de compétitions, tels que les stimulants, le cannabis ou les anti-inflammatoires;
- les substances interdites uniquement dans certains sports, tels que les bêta-bloquants dans les disciplines exigeant de la concentration.

Est-ce que le cannabis figure sur la Liste des substances et des méthodes dopantes interdites?

Le cannabis est prohibé lors des compétitions et figure donc sur la Liste des interdictions. Certains produits de dégradation issus du cannabis restent un certain temps dans le corps; le cannabis peut donc, de ce fait, être décelé plusieurs jours après avoir été consommé. En revanche, il n'y a aucun risque, en cas de fumée passive, d'être testé positif. Au cours des dernières années, environ la moitié des cas de dopage positifs en Suisse ont concerné du cannabis.

Est-ce qu'il y a des drogues qui figurent sur la Liste des substances et des méthodes interdites?

Oui. Les drogues telles que l'héroïne, la cocaïne, la morphine, les amphétamines ou l'ecstasy sont interdites lors des compétitions.

Est-ce que la nicotine figure sur la Liste des substances et des méthodes dopantes interdites?

La nicotine ne figure pas sur la Liste des interdictions. La nicotine nuit néanmoins gravement à la santé et fait partie des substances qui entraînent très vite une dépendance. La nicotine a notamment de graves effets sur la santé lorsqu'elle est consommée sous la forme de snus (poudre de tabac positionnée sous les lèvres qui est utilisée comme le tabac à chiquer). Le snus détériore les gencives, les muqueuses de la gorge et le larynx. Le snus peut provoquer des ulcères cancéreux au niveau de la cavité buccale et des lèvres. L'importation ainsi que la vente de snus sont donc interdites en Suisse.

Est-ce que l'alcool figure sur la Liste des substances et des méthodes interdites?

La consommation d'alcool est uniquement interdite en compétitions, dans le cadre de certains sports exigeant de la concentration (tels que les sports motorisés, le tir). L'alcool est dans tous les cas exclu des lieux d'entraînement et de compétition.



«COOL AND CLEAN» – POUR UN SPORT LOYAL ET SAIN

«COOL AND CLEAN» EST LE PLUS GRAND PROGRAMME DE PRÉVENTION DANS LE SPORT AU NIVEAU NATIONAL. LES THÈMES ABORDÉS SONT LES SUIVANTS: «ATTEINTE DES OBJECTIFS», «FAIR-PLAY», «DOPAGE» ET «DROGUES». TU TROUVERAS D'AVANTAGE D'INFORMATIONS À L'ADRESSE SUIVANTE:

WWW.COOLANDCLEAN.CH/FR

MÉDICAMENTS ET COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES

Est-ce que je peux prendre, sans hésitation, tous les médicaments?

Non. Certains médicaments comportent des substances qui sont prohibées dans le domaine du sport. Lorsque des professionnels te prescrivent ou t'administrent des médicaments, nous te conseillons de leur indiquer, dans tous les cas, que tu es sportif d'élite.

Où est-ce que je peux obtenir des informations concernant les médicaments?

Il est essentiel que tu saches, dans tous les cas, si tu as le droit ou non de prendre un médicament. Même les médicaments délivrés sans ordonnance peuvent contenir des substances dopantes. Une banque de données de médicaments est disponible sous www.antidoping.ch/fr/drugdb. Elle te permet de vérifier si un médicament est autorisé. Tu peux aussi t'informer auprès de ton médecin ou de ton pharmacien.

Surtout à l'étranger, tu dois tout particulièrement faire preuve de vigilance. Les médicaments étrangers ont souvent le même nom qu'en Suisse, ou un nom semblable, mais leur composition n'est pas forcément la même. Nous te conseillons donc d'emmener toujours tes médicaments lorsque tu

dois séjourner à l'étranger. Tu es toujours responsable de ce que tu absorbes (confer: Responsabilité objective «strict liability»).

Que faire en cas d'asthme?

L'asthme ne t'empêche pas de faire du sport de haut niveau. Il est néanmoins essentiel que ton médecin établisse un diagnostic précis et te prescrive un traitement optimal. Certains médicaments contre les crises d'asthme comportent des substances qui sont interdites dans le domaine du sport. Si ces médicaments te sont prescrits, tu peux faire valoir une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT). Des informations complémentaires sont disponibles à l'adresse suivante:

www.antidoping.ch/fr/medecine/tue/.

Blessé ou malade: que faire?

En cas de blessure ou de maladie, nous te recommandons de te faire suivre, uniquement et exclusivement, par des professionnels. Les blessures et les maladies se produisent toujours dans les pires moments. Tout traitement nécessaire du temps. Les prétendus remèdes miracles ne mènent à rien.

Comment utiliser les compléments alimentaires?

Les compléments ou suppléments alimentaires ne peuvent se substituer à une alimentation équilibrée. Si tu souhaites optimiser ton alimentation, parles-en à ton diététicien. Tu trouveras également des informations au sujet des compléments alimentaires à l'adresse suivante: www.antidoping.ch/fr/medecine/supplements. Nous te conseillons de ne pas avoir recours aux prétendus produits miracles, en particulier à ceux qui sont en vente sur Internet. Ces produits sont en contradiction avec ce qu'ils promettent et peuvent contenir des substances interdites ou être contaminés par de telles substances.

Qu'entend-on par «strict liability»?

La «strict liability» correspond au principe de la responsabilité objective. Ceci signifie que tu es, dans tous les cas, toi-même responsable de ce qui est décelé dans ton corps. Il est par conséquent primordial, par exemple en cas de traitement médical, que tu indiques clairement que tu es sportif d'élite. Nous t'encourageons à faire preuve d'une extrême prudence pour ce qui est des compléments alimentaires et de te faire toujours conseiller par un professionnel.

EST-CE QUE L'ENSEMBLE DES MÉDICAMENTS INTERDITS FIGURENT, AVEC LEURS NOMS, SUR LA LISTE DES INTERDICTIONS?

NON. LES NOMS DES MÉDICAMENTS PEUVENT ÊTRE DIFFÉRENTS SELON LES PAYS. LA LISTE DES INTERDICTIONS COMPORTE DONC UNIQUEMENT LE NOM DES SUBSTANCES ET MÉTHODES INTERDITES.

CONTRÔLES: QUI? QUAND? OÙ? ET COMMENT?

Qui est soumis à contrôle?

Antidoping Suisse établit chaque année un projet de contrôle, avec des points clairement définis. Chaque contrôle est défini selon les principes fixés. Les contrôleuses et contrôleurs ont une mission particulière, qui consiste à définir:

- quelles sont les personnes soumises à contrôle;
- si, dans le cadre des contrôles, les sportifs sont tirés au sort;
- si les sportifs doivent être contrôlés selon des critères déterminés.

Comment se déroule un contrôle?

Un contrôle peut intervenir à quelque moment que ce soit, pendant ainsi que hors compétition. La manière dont un contrôle antidopage se déroule est clairement établie.

Le contrôle débute par une convocation écrite, rédigée par une personne officiellement chargée d'effectuer le contrôle. Cette personne doit décliner sa qualité de contrôleur officiel. Après avoir reçu ta convocation, tu recevras d'autres directives du contrôleur. Tu es également sous surveillance jusqu'à ce que tu aies pénétré dans la salle de contrôle.

Tu es en droit de te faire accompagner par une personne de confiance. Après ton entrée dans la salle de contrôle, tu dois montrer ta carte d'identité et choisir un gobelet pour urine. La personne chargée du contrôle t'accompagne lors du prélèvement de ton urine; les sportifs sont accompagné(e)s par une personne du même sexe. Pour éviter toute manipulation, tu urines sous surveillance.

Tu retournes ensuite dans la salle de contrôle et tu choisis un «set» de deux flacons en verre (flacon A et flacon B). Tu transvases toi-même ton urine dans les deux flacons que tu fermes bien. Le contrôleur remplit ensuite une formule de contrôle sur laquelle tu dois apposer ta signature. Les échantillons sont ensuite scellés devant toi. Enfin, une copie de la formule de contrôle t'est remise. Tu dois conserver ce document jusqu'à l'obtention des résultats du contrôle, en général dans un délai de trois semaines.

Est-ce que je peux également être soumis/e à une prise de sang?

Oui. La prise de sang est réalisée par un contrôleur formé à cet effet. Une quantité minimale de sang sera prélevée en deux fois (prise de sang A et prise de sang B).

Est-ce que je peux refuser de me soumettre à un contrôle?

Non, lorsque tu reçois une convocation pour un contrôle, tu es tenu/e de t'y présenter. Tu es, dans ce cas, sous surveillance jusqu'à ce que tu arrives dans la salle de contrôle. Le fait de ne pas se présenter à un contrôle ou le refus de se soumettre à un contrôle équivaut à un test positif.

Qu'advient-il des échantillons?

Les échantillons sont envoyés pour analyse à un laboratoire accrédité, spécialisé dans le dépistage du dopage. Les échantillons B sont congelés. Les échantillons A sont analysés. Le laboratoire ne connaît pas l'identité de la personne contrôlée. Les résultats d'analyse seront adressés à Antidoping Suisse qui te communiquera le résultat. Il en fera autant à ta fédération.

Que se passe-t-il lorsque je suis testé/e positif/positive à un contrôle?

Être testé/e positif/positive à un contrôle antidopage, c'est négatif. En d'autres termes: lorsque tu es testé/e négatif/négative, tout va pour le mieux; tu reçois alors une information le confirmant. Lorsque tu es testé/e positif/positive, Antidoping Suisse te demande de te prononcer à ce sujet. Tu es par ailleurs en droit d'exiger une seconde analyse sur la base de l'échantillon B. Tu peux être toi-même présent/e dans le laboratoire ou te faire représenter par une personne de confiance. Lorsque les résultats de l'échantillon B confirment ceux de l'échantillon A, Antidoping Suisse engage une procédure à ton encontre devant la Chambre disciplinaire pour les cas de dopage de Swiss Olympic. Celle-ci prononce un jugement. Si tu n'es pas d'accord avec ce dernier, tu auras la possibilité de le contester devant le Tribunal Arbitral du Sport (TAS) à Lausanne.

QUELS SONT MES DROITS ET OBLIGATIONS EN CAS DE CONTRÔLE ANTIDOPAGE?

C'EST IMPORTANT QUE TU CONNAISSES LE DÉROULEMENT D'UN CONTRÔLE ANTIDOPAGE AINSI QUE TES DROITS ET OBLIGATIONS À CE SUJET. TU TROUVERAS DES INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES À L'ADRESSE SUIVANTE:

WWW.ANTIDOPING.CH/FR/CONTROLS

POURQUOI LES SPORTIFS SE DOPENT-ILS?

Il n'y a pas d'artifice possible dans le sport. Pour autant, il y a toujours des sportifs qui pensent que le dopage peut leur garantir la réussite. Les raisons du dopage sont multiples. Divers aspects peuvent jouer un rôle selon la personnalité de l'athlète, sa vie et son entourage.

Certains se dopent pour:

- repousser leurs limites naturelles ou pour **accéder plus rapidement** à la réussite;
- rattraper le plus rapidement possible leur **retard d'entraînement** suite à une blessure;
- réduire la **période de repos** à l'issue de compétitions ou d'entraînements intensifs;
- **éviter des défaites**;
- obtenir **davantage d'argent, de prestige et de gloire**.

Les sportifs s'exposent davantage au risque de céder à la tentation de recourir à des produits dopants lorsqu'ils sont **tiraillés** entre, d'une part, le besoin de tester et d'accepter leurs propres limites et, d'autre part, le souhait d'être meilleurs que leurs concurrents. Il peut arriver qu'un partenaire d'entraînement enregistre soudainement de bien meilleurs résultats. Certains sportifs se sentent parfois surmenés par **la pression et les attentes** de leur entourage

(entraîneurs, parents, amis, sponsors, etc.). Le dopage n'est jamais une solution, même en cas de difficulté. Pratiquer un sport, c'est aussi accepter et gérer les défaites.

Que faire si je n'atteins pas les résultats espérés?

On n'obtient pas de super résultats du jour au lendemain. Le chemin vers la réussite est difficile et parfois tu auras le sentiment de faire du sur-place. La patience est alors de mise. Adresse-toi à des personnes de confiance de ton entourage et parle-leur de tes inquiétudes et de tes peurs, de tes tentations ou de la manière de gérer tes propres limites. Vérifie avec les autres que tes projets et tes décisions sont adéquats. N'hésite pas, en cas de besoin, à t'adresser à un organe de conseil neutre.

JULIEN SPRUNGER – HOCHEYEUR SUR GLACE PROFESSIONNEL ET AMBASSEUR DE «COOL AND CLEAN»

«CÉDER À LA TENTATION DU DOPAGE, C'EST METTRE SA CARRIÈRE EN PÉRIL!»

Quelles sont les situations qui incitent à se doper? Et quelles en sont les conséquences?

Marco S., joueur de handball; testé positif au cannabis, écope d'une interdiction de six mois: «Si j'avais su auparavant qu'il est possible de détecter du cannabis quatre jours après en avoir consommé, je n'en aurais certainement pas pris.»

Sandra F., 22 ans, athlète; testée positive à des médicaments contre le rhume, écope d'une interdiction de douze mois: son médecin traitant ne lui avait pas précisé qu'elle devait arrêter son traitement au plus tard 48 heures avant la compétition. Elle aurait pu trouver cette information sur la banque de données des médicaments de Antidoping Suisse. Sandra F. est seule responsable de ce qu'elle a absorbé et doit donc purger la peine qui lui a été infligée.

Lors de la conférence de presse qui a suivi sa condamnation à six mois d'emprisonnement pour parjures, **Marion Jones, ancienne multiple championne olympique**, a déclaré: «Je suis seule responsable de ce que j'ai fait.»

Suite à sa peine d'emprisonnement, elle a confirmé ses dires lors d'une discussion avec Oprah Winfrey, présentatrice de télévision américaine: «Tout ce que tu fais entraîne des conséquences. Lorsque tu mens, c'est la catastrophe assurée.» Les records de Marion Jones ont été rayés des statistiques. Elle a été contrainte de restituer ses médailles olympiques, de même que ses anciennes collègues du relais américain 4x100 m.

Brigitte McMahon, triathlète; testée positive à l'EPO.

Sur NZZ online, le 1^{er} juillet 2005, la sportive a exposé les raisons qui l'auraient poussée à se doper. Brigitte McMahon indique qu'elle se sentait, pour diverses raisons, psychologiquement surmenée et qu'elle n'arrivait plus à agir de manière rationnelle. Elle a donc eu l'idée de recourir à l'EPO, à petites doses. Brigitte McMahon était convaincue qu'elle pourrait échapper à tous les contrôles. Elle exigea donc une contre-expertise, immédiatement après avoir été testée positive lors d'un contrôle à l'entraînement. Cette contre-expertise confirma le résultat positif.

QU'ENTEND-ON PAR MENTALITÉ DU DOPAGE?

Est-ce que l'on est déjà face à un problème lorsque l'on considère que l'on peut améliorer ses performances uniquement grâce à certaines substances? Ou est-ce que le danger existe simplement à partir du moment où ces substances sont interdites?

Est-ce que tu estimes que tu peux, uniquement grâce à certains produits, médicaments ou à certaines poudres:

- être stimulé/e dans les moments décisifs?
- supprimer la fatigue et le stress?
- réprimer les douleurs pour pouvoir participer à une compétition ou à un entraînement important?
- augmenter tes performances corporelles par rapport à tes possibilités?
- augmenter considérablement la confiance que tu as en toi?

Lorsque tu souscris à l'une des phrases susmentionnées, il y a un risque que tu sois tenté/e par le dopage. Mais le corps humain ne peut être comparé à une machine qui nécessiterait un certain type de carburant pour pouvoir fonctionner à la perfection.

Tu ne peux te passer de boissons énergétiques?

De nombreux jeunes considèrent qu'ils ne peuvent supporter le quotidien sans boissons énergétiques (energy drinks). La plupart de ces boissons contiennent de la caféine, et la caféine a des effets stimulants. Mais attention: en dehors des périodes d'activité, ton corps a besoin de repos et de détente. Ces boissons sont par conséquent inutiles dans la vie de tous les jours. Elles contiennent, par ailleurs, une grande quantité de sucre et ne sont donc pas adéquates pour le sport.

Ritalin® et bêtabloquants pour passer des examens?

Avant de passer des examens, certains élèves ont recours au Ritalin® et aux bêtabloquants. Le Ritalin® (méthylphénidate) est un produit qui aide à se concentrer. Mais il s'agit aussi d'un stupéfiant auquel on peut devenir dépendant.

Les bêtabloquants sont des substances utilisées en cas de maladies cardiaques. Ces substances ont des effets calmants et peuvent donc influencer sur le stress lié aux examens. Mais elles présentent néanmoins de graves effets secondaires: fatigue musculaire prématurée, vigilance réduite ou troubles du rythme cardiaque.

Es-tu prêt/e à courir de tels risques juste pour améliorer tes performances? La vie te réservera toujours des situations difficiles. Comment vas-tu alors les surmonter si tu ne connais pas tes propres limites ni tes capacités?

LA MÉTHODE DE «L'INSUFFLATION RECTALE»

VOICI ÉGALEMENT UN EXEMPLE OÙ IL EST QUESTION DE MENTALITÉ DU DOPAGE: DANS LES ANNÉES 70, DES NAGEURS ONT TENTÉ D'AMÉLIORER LEURS «FLOTTABILITÉ» EN GONFLANT LEUR INTESTIN, CECI DANS LE BUT D'ACCROÎTRE LEURS PERFORMANCES. LA MÉTHODE DE «L'INSUFFLATION RECTALE» NE VIOLAIT CERTES PAS LES RÈGLES EN MATIÈRE DE DOPAGE. C'ÉTAIT NÉANMOINS L'EXPRESSION D'UN COMPORTEMENT INQUIÉTANT ENVERS SON PROPRE CORPS ET DONC SES PROPRES PERFORMANCES. HEUREUSEMENT, SEULS QUELQUES NAGEURS SE SONT TOURMENTÉS AVEC CETTE «MÉTHODE» VISANT À OBTENIR DE MEILLEURS RÉSULTATS.

GLOSSAIRE

D'OU VIENT LE TERME DE «DOPAGE»?

AU XVIII^E SIÈCLE, LE VERBE «TO DOPE» A ÉTÉ UTILISÉ POUR LA PREMIÈRE FOIS DANS LE SPORT ÉQUESTRE. LA LISTE DES SUBSTANCES ET MÉTHODES INTERDITES A ÉTÉ PUBLIÉE POUR LA PREMIÈRE FOIS EN 1968.

Antidoping Suisse – www.antidoping.ch/fr

Antidoping Suisse est le centre de compétence pour la lutte contre le dopage en Suisse. Ses missions sont les suivantes:

- contribuer de manière importante à la lutte contre le dopage dans le domaine du sport;
- opérer des contrôles antidopage efficaces;
- promouvoir la prévention, la formation professionnelle et le perfectionnement professionnel et informer sur le dopage et sur la lutte contre le dopage;
- réaliser des recherches et un développement appliqués dans le domaine du dépistage du dopage et dans la lutte contre le dopage;
- favoriser et entretenir la collaboration nationale et internationale dans la lutte contre le dopage.

Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT)

Dans des cas exceptionnels, il est possible d'obtenir une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT) pour pouvoir bénéficier d'un traitement médicamenteux à base de substances interdites. L'obtention d'une AUT est subordonnée à des conditions strictes. Les règles concernant les AUT sont énoncées à l'adresse:

www.antidoping.ch/fr/medicine/tue/.

Code

Le Code mondial antidopage énonce l'ensemble des droits et obligations applicables aux parties intéressées qui s'impliquent dans la lutte contre le dopage (sportifs, personnel d'encadrement, fédérations sportives, organisations antidopage). Ce code a été signé par l'ensemble des organisations antidopage présentes sur le plan national ainsi que par les fédérations sportives internationales; il est en vigueur depuis le 01.01.2009. Toute personne qui souhaite obtenir une licence ou participer à des compétitions est soumise aux règles fixées par le Code mondial antidopage.

«cool and clean» – www.coolandclean.ch

«cool and clean» – pour un sport loyal et sain. Ce programme s'adresse aux responsables de tous les types de sport et aux jeunes sportifs âgés de 10 à 20 ans (sports de compétition ou sports de masse). Les inscriptions pour les entraîneurs, les responsables et les jeunes espoirs s'effectuent via l'adresse suivante: www.coolandclean.ch.

Groupes cibles de sportifs soumis à contrôle

Tu es affecté/e, en tant que jeune athlète, à un «groupe cible de sportifs soumis à contrôle», selon ton niveau de performances. Tu dois de ce fait respecter différentes règles – par exemple en ce qui

concerne l'indication de ton lieu de séjour ou l'utilisation de certains médicaments (voir également l'obligation de renseigner et l'AUT). D'autres informations sur les différents groupes cibles figurent à l'adresse suivante: www.antidoping.ch/aut.

Laboratoire – www.doping.chuv.ch

Les prélèvements sont analysés uniquement dans des laboratoires accrédités et conservés jusqu'à huit ans. L'Agence mondiale antidopage détermine quels laboratoires sont accrédités et opère des contrôles à intervalles réguliers par le biais de tests. Le Laboratoire Suisse d'Analyse du Dopage (LAD), situé à Lausanne, est un de ces laboratoires. Au cours de ces dernières années, il a joué, sur le plan international, un rôle de leader concernant l'analyse de prélèvements sanguins.

Obligation de renseigner

Tous les athlètes qui font partie d'un groupe cible de sportifs soumis à contrôle doivent, à raison de quatre fois par an, indiquer leur lieu de séjour, aussi bien pour la compétition que pour l'entraînement. Ces données doivent être actualisées en permanence afin que les contrôles puissent être effectués à quelque moment que ce soit. Toute violation de l'obligation de renseigner peut faire l'objet de sanctions.

Swiss Olympic – www.swissolympic.ch

Swiss Olympic est l'association faitière du sport suisse. Elle a délégué la lutte contre le dopage à la fondation indépendante Antidoping Suisse. La Chambre disciplinaire pour les cas de dopage est néanmoins établie au sein de Swiss Olympic. Elle statue en cas de violation des règles antidopage, sur demande d'Antidoping Suisse. Tout recours peut être formé devant le Tribunal Arbitral du Sport (TAS).

Tribunal Arbitral du Sport – www.tas-cas.org

Le Tribunal Arbitral du Sport (TAS) est compétent sur le plan international pour l'ensemble des questions juridiques relevant du sport, y compris le dopage. Son siège est situé à Lausanne. Lors des grandes manifestations sportives, comme les Jeux Olympiques, des formations ad hoc sont installées sur place.

L'Agence mondiale antidopage – www.wada-ama.org/fr

L'Agence mondiale antidopage (AMA) coordonne la lutte internationale contre le dopage dans le sport à tous les niveaux. Elle édite le Code et la Liste des interdictions; elle définit les critères de qualité du processus de contrôle et supervise les laboratoires antidopage accrédités. L'AMA est une fondation créée en 1999.



ENCORE DES QUESTIONS – OU EST-CE CLAIR?

Médicaments non connus – où m'informer?

Grâce à la banque de données disponible sur www.antidoping.ch/fr/drugdb, tu peux vérifier si un médicament autorisé sur le marché suisse contient ou non des substances interdites.

Quel est le coût d'un contrôle antidopage?

Un contrôle urinaire coûte entre 800 et 1000 francs environ. Ce montant englobe l'ensemble des frais de contrôle et d'analyse ainsi que le matériel et l'administration.

Est-ce que les contrôles antidopage sont anonymes?

Oui. Le laboratoire d'analyse n'a pas connaissance de ton nom! Les échantillons comportent une référence numérique qui figure sur le flacon ainsi que sur la formule de contrôle. L'échantillon est par conséquent clairement rattaché à toi.

Est-ce que les compléments alimentaires présentent des risques?

Des études ont prouvé que des produits dont il est fait l'éloge sur Internet peuvent contenir des substances dopantes alors que celles-ci ne sont pas mentionnées sur l'emballage.

**SE DOPER, C'EST TROMPER: TOI-MÊME, TON ÉQUIPE ET TON ENTOURAGE.
DE PLUS, LE DOPAGE PRÉSENTE UN RISQUE POUR TA SANTÉ.**

LUTTE CONTRE LE DOPAGE SUR LE WEB

www.wada-ama.org

Site Internet de l'Agence mondiale antidopage (AMA). Ce site contient des informations en anglais et en français sur la Liste des substances et méthodes interdites, sur le Code, sur les contrôles ainsi que sur les autres activités menées dans le cadre de la lutte contre le dopage.

www.antidoping.ch

Sur le site Internet de Antidoping Suisse, tu trouveras des informations détaillées sur l'ensemble des questions qui concernent le dopage. Tu peux télécharger les listes et documents importants, commander des brochures et accroître tes connaissances grâce au e-learning.

www.antidoping.ch/realwinner

Real Winner est un programme de formation proposé par Antidoping Suisse. Grâce à des séquences interactives et à des dessins animés, tu sauras tout sur tes droits et tes obligations en matière de lutte contre le dopage. Et si tu réussis, tu obtiendras un certificat.

Contact: Antidoping Suisse
Case postale 606, 3000 Berne 22
Tél. 031 359 74 44, Fax 031 359 74 49
info@antidoping.ch, www.antidoping.ch

Antidoping schweiz · suisse · svizzera · switzerland

antidoping.ch