

**Ne vous faites pas contrôler
positif au dopage, même
par mégarde**

**En
lisant ce
dépliant,
vous
pourrez
sauver
votre
carrière de
footballeur**





Qu'est-ce que le dopage?

Le dopage, c'est l'usage de substances ou de méthodes interdites. La possession ou le trafic de toute substance interdite, le fait de se soustraire à un prélèvement d'échantillon ou l'altération de tout élément du processus de contrôle antidopage constituent également des violations des règles antidopage.

Pourquoi l'UEFA est-elle contre le dopage?

Se doper, c'est tricher. Tricher avec vous-même, votre équipe et vos supporters. Les substances et les méthodes interdites, généralement utilisées pour améliorer la performance, mettent votre santé en péril et peuvent faire de vous

un danger pour les autres joueurs.

Quand et comment se déroulent les contrôles antidopage de l'UEFA?

Vous pouvez subir un contrôle antidopage après n'importe quel match de l'UEFA ainsi qu'à tout moment en dehors des compétitions de l'UEFA. Il vous sera demandé de fournir un échantillon d'urine et/ou de sang.

Que faire si je suis convoqué à un contrôle antidopage?

Vous devez accepter de vous soumettre à un contrôle antidopage si on vous le demande. Présentez-vous au local de contrôle antidopage de l'UEFA dès réception de votre notification et suivez les instructions du contrôleur antidopage.

Souvenez-vous:

Il est de votre devoir de vous assurer qu'aucune substance interdite ne pénètre dans votre organisme et qu'aucune méthode interdite n'est utilisée. La FIFA, l'Agence mondiale antidopage (AMA) et votre agence nationale antidopage ou tout autre organisme compétent peut effectuer des contrôles antidopage supplémentaires.

Qu'est-ce que la liste des interdictions?

La Liste des interdictions répertorie les substances et les méthodes interdites en permanence (en et hors compétition). Elle est dressée par l'Agence mondiale antidopage (AMA). Vous trouverez la dernière version de cette liste sur le site www.uefa.com, à la rubrique «Antidopage».

Les dangers des substances dopantes et des méthodes interdites


L'usage de substances dopantes ou de méthodes interdites peut avoir de graves conséquences sur votre santé. Ces substances ou ces méthodes peuvent provoquer, outre une dépendance, des troubles nerveux, des dommages musculaires, des problèmes cardiaques, une insuffisance rénale, l'impuissance, le cancer, etc.

Attention!

- Un certain nombre de médicaments couramment utilisés contre la douleur, le rhume, la grippe, etc. contiennent des substances interdites.
- De nombreux compléments alimentaires contiennent également des substances interdites. Celles-ci peuvent ne pas apparaître sur l'étiquette. La prise de compléments alimentaires est peu susceptible d'améliorer vos performances, mais elle augmentera à coup sûr le risque que vous soyez déclaré positif lors d'un contrôle antidopage.
- La plupart des drogues récréatives (haschisch, cocaïne, ecstasy, etc.) entraînent un contrôle antidopage positif.

Souvenez-vous:

Avant de prendre un médicament ou un complément alimentaire, consultez votre médecin d'équipe pour vous assurer qu'il est réellement nécessaire et qu'il ne contient aucune substance interdite. Le dopage ne vous rend ni plus sain, ni plus performant, ni plus intelligent. Il nuit à votre corps, à votre cerveau et à votre réputation.



Que faire si j'ai besoin d'une substance ou d'une méthode interdite pour traiter une maladie ou une blessure?

Si, en raison d'une maladie ou d'une blessure, vous avez besoin de suivre un traitement contenant une substance ou une méthode figurant sur la Liste des interdictions, vous pouvez demander une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT), qui vous permettra de suivre le traitement en question.

Comment demander une autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT)?

Il vous suffit de demander un formulaire à votre médecin d'équipe et de vous assurer qu'il est dûment rempli. En vertu des exigences du Code mondial antidopage et de la procédure d'AUT de l'UEFA, il est de votre responsabilité de fournir une AUT. Il est donc capital que vous fassiez une demande d'AUT avant tout usage d'une substance ou d'une méthode interdite.

Souvenez-vous:

La non-présentation du formulaire d'AUT constitue une violation des règles antidopage.



Souvenez-vous:
Consultez le module antidopage dans la section de formation («Courses») de la rubrique Training Ground!

<http://elearning.uefa.com>

Qui?
Pour accéder à des informations adaptées à votre statut, cliquez sur la section correspondante:

- Joueur amateur
- Joueur professionnel
- Classes d'âge (à partir de 10 ans)
- Entraîneur ou médecin



Souvenez-vous:
 Venez fréquemment sur le site, car le module est mis à jour en permanence et de nouveaux éléments sont publiés régulièrement.

uefa.com
TRAINING GROUND

Quoi?

Apprendre ou enseigner de manière ludique et interactive

- Séquences vidéo de joueurs célèbres donnant des conseils
- Scénarios (commentaire en voix off et musique) illustrant les erreurs fréquentes et les pièges du dopage que les joueurs doivent éviter

- Quiz: testez vos connaissances!
- La plateforme entière existe dans les langues suivantes:
 - anglais
 - allemand
 - français
 - espagnol
 - d'autres langues sont prévues



UEFA
Route de Genève 46
CH-1260 Nyon 2
Suisse
Téléphone +41 848 00 27 27
Téléfax +41 22 990 31 31
uefa.com

Le Règlement antidopage de l'UEFA, la procédure de contrôle antidopage, la Liste des interdictions et la procédure d'autorisation d'usage à des fins thérapeutiques sont disponibles sur le site www.uefa.com, à la rubrique «Antidopage».

Ce dépliant n'est pas un document juridique et contient uniquement des informations d'ordre général. Il est de votre responsabilité de vous informer sur les dispositions spécifiques du règlement antidopage.