

**Votre sport.
Votre réputation.
Votre responsabilité.**

Vérifiez vos médicaments avant de les prendre afin de vous assurer qu'ils ne contiennent aucune substance interdite.

Faites une **demande d'exemption médicale** si vous devez prendre un médicament interdit pour une raison médicale.

Soyez conscient des risques liés aux suppléments. Prenez toutes les précautions nécessaires avant de prendre des produits comme des suppléments, des boissons énergisantes ou des plantes médicinales.

Connaissez vos responsabilités liées au dopage, y compris les renseignements de localisation, les exemptions médicales et le prélèvement d'échantillon.

Pour de plus amples renseignements :

www.cces.ca/zoneathlete

Durant le prélèvement des échantillons...

Vous avez droit à :

- Être accompagné d'un représentant et par un interprète, s'il y en a un de disponible.
- Obtenir plus de renseignements sur le processus de prélèvement d'échantillon.
- Demander un délai avant de vous présenter au poste de contrôle du dopage pour des raisons valables (p. ex. cérémonie de remise des médailles, obligations médiatiques, autres compétitions, récupération). Vous serez sous la supervision d'une escorte en tout temps durant le délai.
- Demander des modifications si vous êtes un mineur ou un athlète avec un handicap.
- Partager vos commentaires et signaler les irrégularités concernant les procédures.

©2012



Vous avez la responsabilité de :

- Rester en vue de l'escorte en tout temps.
- Présenter une pièce d'identité valide avec photo.
- Vous conformer aux procédures de prélèvement d'échantillon.
- Vous présenter au poste de contrôle du dopage immédiatement après avoir été avisé.
- Être en possession de votre échantillon jusqu'à ce qu'il soit scellé.
- Vous assurer que tous les renseignements sur le formulaire de contrôle antidopage sont exacts et complets.
- Mentionner à l'agent de contrôle du dopage les modifications requises, si vous êtes un mineur ou un athlète avec un handicap.

Visionnez la vidéo sur le prélèvement des échantillons à :

www.cces.ca/zoneathlete

Soyez prudent!

Selon la règle de la **responsabilité stricte**, vous êtes entièrement responsable de ce que vous ingérez et pour ce qui est trouvé dans votre échantillon d'urine ou de sang.

La **marijuana** est interdite en compétition et peut être détectée dans votre urine plus d'un mois après avoir été consommée!

La **pseudoéphédrine**, un ingrédient utilisé souvent pour soigner le rhume, est interdite en compétition.

Les **suppléments** peuvent contenir des substances interdites tel que des stéroïdes, des stimulants, des diurétiques et du cannabis synthétique.

Pour de plus amples renseignements :

**ZONE
athlète**

www.cces.ca/zoneathlete

Vérifiez d'abord!

Vous avez la responsabilité de vérifier le statut de tous les médicaments, incluant les produits prescrits et en vente libre.

Utilisez les ressources de vérification des substances du CCES :

DRO Global
www.droglobal.com



Livret de classification de substances
www.cces.ca/lcs

Écrivez au CCES
substances@cces.ca

Info Ligne du CCES
1-800-672-7775 (en Amérique du nord)

Adhérez au Mouvement
Sport pur à
www.sportpur.ca

**SPORT
PUR**
ÇA SE VIT ICI!