

Guide des athlètes sur le contrôle du dopage

Version conforme au PCA 2009, en vigueur le 1^{er} janvier 2009

Je suis un(e) athlète canadien(ne) et je me pose les questions suivantes au sujet du contrôle du dopage.

Q1 : J'ai appris qu'il y aurait certains changements aux règlements antidopage qu'ils entreraient prochainement en vigueur?

En effet, l'Agence mondiale antidopage (AMA) a apporté certaines modifications au Programme mondial antidopage afin de mieux lutter contre le dopage et le dépister. Notre Programme canadien antidopage (PCA) s'aligne sur les standards internationaux et a dû aussi être modifié.

Q2 : Suis-je assujetti à ce programme? Devrais-je subir des contrôles du dopage durant ma carrière sportive?

Les règlements du PCA ne font pas d'exception et obligent tous les athlètes, y compris ceux qui ne trichent pas, à se conformer à des exigences très rigoureuses. Notre but est de démasquer les athlètes qui trichent et le personnel d'encadrement qui aident ces athlètes à tricher.

Par suite d'un consensus ralliant tous les intéressés, le Centre canadien pour l'éthique dans le sport s'est vu confier l'administration du programme antidopage au Canada. Ce programme a une vaste portée et vise différentes catégories d'athlètes participant au sport organisé, des athlètes en développement jusqu'aux athlètes de haut niveau.

Q3 : Quelles sont les différentes catégories d'athlètes assujettis aux règlements du PCA?

Pour les fins du contrôle du dopage, les athlètes ont été regroupés dans les cinq catégories suivantes :

<i>Athlètes</i>	<i>Catégorie</i>
Inclus dans le GCE de leur FI	GCE-FI
Inclus dans le GCE national du CCES	GCE-N
Inclus dans le GCE général du CCES	GCE-G
Qui ne font pas partie d'un GCE mais participent à des compétitions au niveau international (ex. circuit NORAM, compétitions sur invitation à l'étranger)	Athlètes internationaux
Qui ne font pas partie d'un GCE et qui prennent part à des manifestations au pays (p.ex. SIC, ACSC, football junior, Jeux du Canada)	Athlètes nationaux

FI : fédération internationale

GCE : groupe cible enregistré

Q4 : Comment est déterminée la composition du groupe cible enregistré (GCE) du CCES?

Le GCE du CCES est composé des athlètes qui figurent en tête du classement au Canada. Ce groupe comporte deux composantes : le GCE national (GCE-N) et le GCE général (GCE-G). Les athlètes qui font partie du GCE du CCES sont plus sujets à des contrôles et doivent satisfaire à des exigences plus strictes en vertu du PCA.

Pour savoir si vous faites partie du GCE du CCES, il suffit de vérifier la liste en ligne à www.cces.ca/pdfs/CCES-PUB-RTP-F.pdf. Votre organisme national de sport vous fera également savoir si vous êtes ajouté à ce groupe.

Le GCE du CCES est principalement composé d'athlètes qui participent à des compétitions au niveau national et (ou) international, d'athlètes qui participent à un sport où le risque de dopage est élevé et d'athlètes qui reçoivent des subventions de Sport Canada.

Q5 : Si je n'ai jamais utilisé le dopage pour tricher dans le sport, je n'ai pas à m'inquiéter des contrôles n'est-ce pas?

Les règlements antidopage du PCA sont très complexes et un athlète qui n'a aucunement l'intention de tricher peut sans le vouloir enfreindre un règlement qui le rend passible d'une sanction. La meilleure façon de ne pas enfreindre involontairement les règlements est la suivante :

- Avant de prendre un médicament ou un produit vérifiez-en le statut afin de vous assurer qu'il n'est pas interdit dans le sport ou qu'il ne renferme pas d'ingrédient qui, eux, sont interdits;
- Conformez-vous aux contrôles quand vous recevez un avis de contrôle de dopage;
- Vérifiez dans le tableau de la Q3 à quelle catégorie d'athlète vous appartenez pour les contrôles du dopage, de même que les responsabilités qui y sont rattachées.

LISTE DES INTERDICTIONS

Q6 : Que dois-je faire pour éviter un contrôle positif pour des substances interdites?

La Liste des interdictions de l'AMA comporte plusieurs éléments. Nous vous conseillons fortement de vous tenir loin des catégories suivantes de substances à moins de disposer d'une Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques valide :

- Les stéroïdes (ex. la nandrolone et la testostérone);
- Les hormones, y compris les hormones de croissance et l'insuline;
- Les médicaments par inhalation utilisés pour le traitement de l'asthme tel que le salbutamol et les glucocorticoïdes;
- Les diurétiques et les agents masquants qui peuvent compromettre le dépistage des substances interdites;
- Les substances qui améliorent artificiellement la consommation, le transport et la libération de l'oxygène;
- Les stimulants tel que l'éphédrine;
- Les narcotiques (ex. le Percocet et la morphine);
- Les cannabinoïdes (ex. le haschisch, la marijuana);
- Et dans certains sports l'alcool et les bêta-bloquants.

Q7 : Quelles ressources du CCES peuvent m'aider à déterminer si une substance ou une méthode est interdite?

Pour savoir si une substance, une méthode ou un médicament sont interdits par l'AMA, vous pouvez consulter l'une des ressources suivantes du CCES :

- Téléchargez le Livret de classification des substances du CCES à www.cces.ca/pdfs/CCES-PUB-SubstanceClassificationBooklet-F.pdf;
- Transmettez un courriel au CCES à infosubstances@cces.ca;
- Téléphonnez sans frais à l'info-ligne du CCES en composant le 1 800 672-7775.

Q8 : Qu'en est-il de la base de données mondiale BIS?

La Banque d'informations sur les substances BIS (www.didglobal.com) sera discontinuée le 1^{er} janvier 2009. Le CCES s'emploie présentement, de concert avec des partenaires internationaux, à mettre au point une base de données qui prendra la relève de la BIS. Vous devriez avoir accès à une meilleure source d'information sur les substances au cours de la première moitié de 2009. En attendant, veuillez utiliser les ressources mentionnées à la question précédente.

Q9 : Pourquoi ne me dit-on pas de façon claire et précise si un supplément est interdit ou ne l'est pas?

Il existe encore de grands risques liés à l'usage des suppléments nutritionnels, c'est pourquoi il est difficile de se prononcer à leur sujet. Le CCES ne peut vous garantir qu'un supplément particulier est sans danger, pur et exempt de toute substance interdite, pour les raisons suivantes :

- Certains fabricants de suppléments omettent certaines informations dans l'étiquetage de leurs produits;
- Les suppléments peuvent être contaminés par des substances interdites durant leur fabrication;
- L'industrie des suppléments échappe pour ainsi dire à toute réglementation gouvernementale.

Si vous croyez avoir réellement besoin de suppléments, le CCES peut vous fournir de l'information qui vous aidera à gérer les risques liés à l'usage de suppléments :

- Pour obtenir des conseils relativement à l'utilisation de suppléments, visitez le site www.cces.ca/forms/index.cfm?dsp=template&act=view3&template_id=152&lang=f
- Des programmes comme celui de la NSF « Certified for Sport » peuvent aider les athlètes à reconnaître les produits qui ont été analysés en vue d'en établir la pureté et aident à minimiser le risque de dopage non intentionnel.

Vous êtes strictement responsable de toute substance trouvée dans votre échantillon. C'est pourquoi vous devez être très prudent si vous décidez de faire usage de suppléments.

L'usage de suppléments demeure très risqué pour les athlètes canadiens en raison de leur contamination potentielle.

Q10 : Qu'entend-on par la règle de la responsabilité stricte?

L'une des règles fondamentales sur lesquelles sont fondés le Programme de l'AMA et le PCA est celle de la responsabilité stricte. De façon générale, cela veut dire que vous êtes responsable pour toute substance trouvée dans votre échantillon. Si le contrôle s'avère positif, vous vous exposez à des sanctions très sévères, peu importe de quelle façon la substance s'est retrouvée dans votre échantillon.

Q11 : Comment certaines substances se retrouvent-elle dans la Liste des interdictions?

Pour figurer dans la Liste des interdictions, une substance ou une méthode doit remplir deux des trois critères suivants :

- 1) elle a le potentiel d'améliorer ou améliore effectivement la performance sportive;
- 2) elle pose un risque réel ou potentiel pour la santé;
- 3) son usage est contraire à l'esprit sportif.

La Liste des interdictions 2009 tient compte de l'incidence relative de diverses substances sur l'amélioration de la performance et traite plus sévèrement les stéroïdes, les hormones, certains stimulants et toutes les méthodes interdites en rendant leur usage passible d'une suspension obligatoire de deux ans.

Le reste des substances figurant dans cette liste fait partie des « substances spécifiées ». Ces substances sont en général disponibles dans

les médicaments en vente libre et il est moins probable qu'elles soient utilisées comme agents dopants. Les sanctions imposées pour usage de substances spécifiées peuvent être plus courtes, dépendamment de la situation et aller du simple avertissement à une suspension de deux ans dans le cas d'une première violation.

Q12 : Un avertissement ne me semble pas très sérieux. Quelles sont les conséquences d'un avertissement

Un avertissement peut avoir de graves répercussions sur votre carrière sportive. Un avertissement compte pour une première violation aux règlements antidopage et entraîne l'annulation de tous les résultats et prix que vous aurez obtenus. Dans le cas d'une seconde violation, la période de sanction sera plus longue.

Q13 : Est-ce que la marijuana est une substance interdite?

Oui. Les cannabinoïdes, y compris la marijuana et le haschisch sont interdits en compétition. Il est important de savoir que même si la marijuana est seulement interdite en compétition, elle peut demeurer dans votre organisme pendant plus de 30 jours.

AUTORISATIONS D'USAGE À DES FINS THÉRAPEUTIQUES

Q14 : Que dois-je faire si mon médecin me prescrit un médicament qui figure dans la Liste des interdictions?

Certains athlètes doivent faire usage de médicaments tels que l'insuline pour traiter leur diabète ou de salbutamol par inhalation en cas de crises d'asthme. Si vous devez faire usage d'une substance ou d'une méthode interdites, vous pouvez faire une demande d'Autorisation d'usage à des fins thérapeutiques (AUT). Lorsqu'une AUT est accordée, advenant un contrôle positif, nous saurons que vous utiliser le médicament pour une raison médicalement justifiée et non pour rehausser votre performance. Pour plus de renseignements sur les AUT :

- Transmettez un courriel à TUE-AUT@cces.ca;
- Téléphonez sans frais à l'info-ligne du CCES en composant le 1 800 672-7775.

Q15 : Quelles sont les exigences reliées aux demandes d'AUT pour les différentes catégories d'athlètes??

D'abord, déterminez dans quelle catégorie d'athlètes vous vous situez à partir du tableau fourni à la Q3. Si vous faites partie de plus d'une catégorie, communiquez avec le CCES pour connaître les exigences à remplir.

- **Athlètes du GCE-FI**
 - Communiquez avec le CCES qui déterminera s'il peut traiter votre demande d'AUT en fonction des règlements de votre fédération internationale.
 - Toute demande d'AUT accompagnée d'un dossier médical documenté **doit** être soumise au moins 21 jours avant la tenue de la compétition où vous en aurez besoin.
 - En cas d'urgence médicale, une demande d'AUT rétroactive peut être soumise.
 - Les médicaments pour traiter l'asthme **devraient** être déclarés dans ADAMS (voir Q25).
 - Déclarez toutes les substances que vous avez prises sur la Formule de contrôle antidopage en prêtant particulièrement attention aux médicaments contre l'asthme.
- **Athlètes du GCE-N**
 - Soumettez votre demande d'AUT au CCES.
 - Toute demande d'AUT accompagnée d'un dossier médical documenté **doit** être soumise avant la tenue de la compétition où vous en aurez besoin.
 - Les AUT concernant les médicaments pour traiter l'asthme **peuvent** être accordées rétroactivement et seront exigées par le CCES suite à un contrôle du dopage. Assurez-vous que votre dossier médical est bien documenté au cas où vous ayez à soumettre une demande d'AUT.
 - Les médicaments contre l'asthme **devraient** être déclarés dans ADAMS (voir Q25).
 - Déclarez toutes les substances que vous avez prises sur la Formule de contrôle antidopage en prêtant particulièrement attention aux médicaments contre l'asthme.

- **Athlètes du GCE-G**

- Soumettez votre demande d'AUT au CCES.
- Toute demande d'AUT accompagnée d'un dossier médical documenté **devrait** être soumise avant la tenue d'une compétition où vous en aurez besoin.
- Les AUT concernant les médicaments pour traiter l'asthme **peuvent** être accordées rétroactivement et seront exigées par le CCES suite à un contrôle du dopage. Assurez-vous que votre dossier médical est bien documenté au cas où vous ayez à soumettre une demande d'AUT.
- Les médicaments contre l'asthme **devraient** être déclarés dans ADAMS (voir Q25).
- Déclarez toutes les substances que vous avez prises sur le Formulaire de contrôle antidopage en prêtant particulièrement attention aux médicaments contre l'asthme.

- **Athlètes internationaux**

- Communiquez avec le CCES qui déterminera s'il peut traiter votre demande d'AUT en fonction des règlements de votre fédération internationale.
- Vous aurez probablement à soumettre une demande d'AUT accompagnée d'un dossier médical documenté 21 jours avant la tenue d'une compétition où vous en aurez besoin.
- Les médicaments contre l'asthme **devraient** être déclarés dans ADAMS (voir Q25).
- Déclarez toutes les substances que vous avez prises sur la Formule de contrôle antidopage en prêtant particulièrement attention aux médicaments contre l'asthme

- **Athlètes nationaux**

- Toute AUT **peut** être accordée rétroactivement et sera exigée par le CCES par suite d'un contrôle du dopage. Assurez-vous que votre dossier médical est bien documenté au cas où vous ayez à soumettre une demande d'AUT.
- Déclarez toutes les substances que vous avez prises sur la Formule de contrôle antidopage en prêtant particulièrement attention aux médicaments contre l'asthme

Q16 : Pourquoi dois-je fournir autant d'informations médicales pour obtenir une AUT pour un médicament figurant dans la Liste des interdictions?

Dans le nouveau PCA, le processus d'obtention d'une AUT pour la prise de certains médicaments a été resserré. L'information que vous devez fournir est directement reliée aux démarches à suivre pour démontrer que l'usage d'une substance interdite est justifié sur le plan médical.

Assurez-vous que votre dossier médical est bien documenté. . Les informations que doit renfermer votre dossier médical varient en fonction de votre problème de santé.

- Pour les médicaments contre l'asthme, consultez le www.wada-ama.org/rtecontent/document/asthma_TUEC.pdf
- Pour les autres substances, consultez le www.wada-ama.org/fr/exemptions.ch2

PROCÉDURES DE PRÉLÈVEMENT DES ÉCHANTILLONS

Q17 : Qu'est-ce qui se passe lors d'un contrôle?

Présentement la plupart des contrôles de dopage ont lieu sans préavis. Cela veut dire que vous pouvez être avisé d'un contrôle en tout temps et en tout lieu et de l'obligation de fournir un échantillon d'urine, un échantillon de sang ou les deux. Un agent de contrôle de dopage vous informera de vos droits et responsabilités et vous guidera tout au long de ce processus.

Durant une compétition, vous allez devoir vous présenter à un poste de contrôle du dopage. À partir du moment où vous recevez un avis de contrôle, une escorte vous accompagnera. Vous pouvez reporter votre arrivée au poste de contrôle du dopage si vous devez par exemple terminer une séance de récupération ou assister à une cérémonie de remise des prix, mais vous serez en tout temps accompagné d'une escorte.

Qu'il s'agisse d'un contrôle en compétition ou hors compétition, vous allez devoir fournir un échantillon d'urine et (ou) un échantillon de sang. Avant de fournir un échantillon d'urine vous allez devoir vous laver les mains ou porter des gants, et ensuite fournir l'échantillon en présence de l'escorte qui agit comme témoin.

Après avoir fourni un échantillon qui satisfait aux critères d'analyse, l'agent de contrôle de dopage vous expliquera comment sceller votre échantillon et remplir les documents nécessaires.

Durant ce processus, vous pouvez être accompagné d'un représentant.

Q18 : Je dois me servir d'un cathéter pour fournir un échantillon. Que dois je dois savoir au juste?

Si vous utilisez un cathéter ou un autre type de système de drainage, indiquez à l'agent de contrôle de dopage ce dont vous avez besoin. Il y aura dans le poste de contrôle du dopage un nombre limité de cathéters et de sacs de prélèvement stériles. Vous pouvez également vous servir de vos propres articles. L'ACD inspectera ces articles. Il vous incombe de vous assurer de la propreté du cathéter utilisé.

Q19 : Je suis mineur. Que dois je dois savoir au juste?

Vous êtes considéré comme mineur si vous êtes sous l'âge de la majorité de la province où vous êtes installé. Si tel est le cas, vous **devez** être accompagné d'un représentant durant la séance de contrôle, Si vous n'avez pas votre propre représentant, l'agent de contrôle de dopage vous en assignera un.

Q20 : J'ai su que le CCES prélève à présent des échantillons de sang. Devrais-je également fournir un échantillon d'urine?

Le programme national de contrôle sanguin du CCES n'a aucune incidence sur le nombre d'échantillons d'urine prélevés. Ce programme sert de complément à notre programme antidopage en améliorant le dépistage du dopage sanguin et des autres substances et méthodes, telle que l'hormone de croissance. Entre 6 et 16 ml de sang sont prélevés et cette très petite quantité n'a aucun effet sur votre performance.

PROGRAMME DE LOCALISATION DE L'ATHLÈTE

Q21 : En quoi consiste le programme de localisation?

Le programme de localisation exige que plusieurs athlètes soumettent des informations permettant de les localiser en vue d'un contrôle hors compétition.

Q22 : En quoi le programme de localisation permet-il au CCES d'assurer à tous les athlètes des chances égales de compétitionner?

Un programme de contrôle du dopage efficace comporte un grand nombre de contrôles judicieux effectués sans préavis en tout temps et en tout lieu. Certains athlètes doivent se conformer au programme de localisation et s'engager à être localiser rapidement pour un contrôle. Nous sommes conscients qu'il s'agit d'un engagement majeur – mais les athlètes nous affirment être prêts à s'y conformer si cela peut contribuer à éradiquer le dopage dans leur sport et à leur assurer des chances égales de participation.

Q23 : Dois-je fournir des informations sur ma localisation?

De nouveau, vous devez d'abord déterminer à quelle catégorie d'athlètes vous appartenez au moyen du tableau inclus à la Q3.

- **Athlètes du GCE-FI**
 - Vous devez soumettre à votre FI des informations sur votre localisation pour chaque trimestre.
 - Assurez-vous que ces informations sont bien à jour et exactes tout au long de chaque trimestre.
 - Vous devez indiquer, pour chaque jour de chacun des trimestres, une période de 60 minutes entre 6 h et 23 h où vous garantissez que vous serez disponible à l'endroit indiqué pour un contrôle.
- **Athlètes du GCE-N**
 - Vous devez soumettre au CCES des informations sur votre localisation pour chaque trimestre.
 - Assurez-vous que ces informations sont bien à jour et exactes tout au long de chaque trimestre.
 - Vous devez indiquer, pour chaque jour de chacun des trimestres, une période de 60 minutes par jour entre 6 h et 23 h, où garantissez que vous serez disponible à l'endroit indiqué pour un contrôle.
- **Athlètes du GCE-G**
 - Vous devez soumettre au CCES des informations sur votre localisation pour chaque trimestre.
 - Assurez-vous que ces informations sont bien à jour et exactes tout au long de chaque trimestre.

- **Athlètes internationaux**
 - Vous n'avez pas à soumettre des informations sur votre localisation, mais vous demeurez sujet à un contrôle en tout temps et en tout lieu.
- **Athlètes nationaux**
 - Vous n'avez pas à soumettre des informations sur votre localisation, mais vous demeurez sujet à un contrôle en tout temps et en tout lieu.

Q24 : Qu'est-ce que je dois inclure dans les informations sur ma localisation?

Vous devez soumettre pour le trimestre à venir des informations sur votre localisation aussi complètes que possible pour les trois prochains mois. Ces informations doivent comprendre : votre adresse résidentielle, les lieux où vous vous entraînez, votre calendrier de compétitions et toute autre activité régulière à laquelle vous prenez part durant le trimestre.

Si vous faites partie du groupe cible de votre fédération internationale ou du GCE-N, vous devez également indiquer pour chaque jour du trimestre, une période de 60 minutes entre 6 h et 23 h, où vous serez disponible pour un contrôle à l'endroit indiqué de votre choix.

Si vous n'avez pas toutes ces informations avant le début d'un trimestre, transmettez celles dont vous disposez à la date prescrite et mettez à jour ces informations dès que vous le pourrez. Dans tous les cas, assurez-vous qu'il ne manque aucune information sur votre localisation pour le mois à venir.

Q25 : Comment puis-je soumettre les informations sur ma localisation?

Il y a trois façons de transmettre et de mettre à jour les informations sur votre localisation :

- Par l'entremise d'ADAMS, un système en ligne qui vous permet de transmettre et de mettre à jour les données sur votre localisation en tout temps et en tout lieu. Le CCES vous encourage fortement à utiliser ADAMS pour transmettre les informations sur votre localisation (voir Q26).
- En transmettant au CCES par courrier électronique, télécopieur ou courrier postal le Formulaire de localisation de l'athlète que vous aurez téléchargé à :

www.cces.ca/forms/index.cfm?dsp=template&act=view3&template_id=83&lang=f&pub_type=8

- Les formulaires de localisation des fédérations internationales peuvent être soumis au CCES aussi longtemps qu'ils renferment les informations minimum exigées. Il vous incombe de transmettre **à la fois** au CCES et à votre FI, une copie conforme du formulaire de localisation de votre FI dûment rempli.

Q26 : Qu'est-ce qu'ADAMS?

ADAMS est un outil en ligne très pratique pour les athlètes. Il s'agit d'une base de données centralisée et sécurisée qui garantit la confidentialité de vos relevés trimestriels et simplifie leur mise à jour sur Internet. Bientôt, il vous sera possible d'actualiser les informations sur votre localisation par messagerie texte.

Si vous faites partie du groupe cible de votre fédération internationale et que votre FI utilise ADAMS, vous n'aurez qu'à transmettre ces informations qu'une seule fois.

Il vous incombe de soumettre les informations exigées sur votre localisation dans les délais prescrits, et d'y apporter des mises à jour fréquentes pour ne pas risquer de recevoir un avertissement pour défaut d'informations sur la localisation.

Pour créer un compte d'utilisateur dans ADAMS, faites-en la demande par courriel à adams@cces.ca.

Q27 : ADAMS semble très pratique, mais ma fédération internationale ne l'utilise pas.

Si votre FI n'utilise pas ADAMS, vous allez devoir soumettre les informations sur votre localisation au moyen du formulaire de votre FI. Le CCES acceptera ce formulaire à condition qu'il renferme toutes les informations exigées. Ce formulaire doit être transmis **à la fois** au CCES et à votre FI. Les formulaires ne seront pas échangés entre les deux organismes en votre nom.

Q28 : Que se passera-t-il si je ne me conforme pas au programme de localisation?

Si vous ne soumettez pas et ne mettez pas à jour (lorsque nécessaire) les informations sur votre localisation exigées pour chaque trimestre, vous

risquez de recevoir un avertissement pour **défaut d'informations sur la localisation**.

Si un agent de contrôle de dopage ne peut vous trouver un jour donné à l'endroit précisé durant la période de 60 minutes que vous avez indiquée, vous risquez de vous voir imputer un **contrôle manqué**, qui est une autre forme d'avertissement pour défaut d'informations sur la localisation

Trois avertissements pour défaut d'informations sur la localisation et (ou) contrôle manqué au cours d'une période de 18 mois consécutifs, servis par le CCES ou votre FI, peuvent se traduire par une violation aux règlements antidopage.

D'où l'importance pour les athlètes du GCE de mettre à jour les informations sur leur localisation!

Q29 : Dans quelle mesure mes renseignements personnels sont-ils protégés par le CCES?

Le CCES protège la confidentialité de ces renseignements et ne les divulgue à personne. Toutes les informations que le CCES recueille auprès de vous servent strictement au programme antidopage et à aucune autre fin à moins d'une autorisation préalable de votre part.

Q30 : Comment puis-je m'assurer de ne pas contrevenir aux règlements antidopage?

Soyez proactif – protégez-vous afin d'éviter d'être pris non intentionnellement dans cet engrenage :

- Informez-vous;
- Consultez le www.cces.ca/pca2009;
- Soyez au courant de vos droits et responsabilités.

Q31 : Comment puis-je obtenir plus de renseignements?

- Téléphonnez sans frais à l'info-ligne du CCES en composant le 1 800 672-7775;
- Visitez le site du CCES à www.cces.ca;
- Consultez le Livret de classification des substances du CCES à www.cces.ca/pdfs/CCES-PUB-SubstanceClassificationBooklet-F.pdf. Ce livret est mis à jour tous les ans afin de tenir compte de la Liste des interdictions de l'AMA et des nouveaux produits;

- Consultez la Carte de référence sommaire ADAMS à <http://www.cces.ca/pdfs/WADA-PUB-ADAMSQuickReference-F.pdf>;
- Transmettez votre demande d'information sur les substances à infosubstances@cces.ca;
- Transmettez vos questions concernant les demandes d'AUT à tue-aut@cces.ca.
- Visitez le site www.marie-jeanne.info pour en savoir davantage sur le cannabis ou la marijuana.

Bonne chance dans votre quête d'excellence sportive! Le CCES s'emploie à protéger vos droits à des chances égales de participation dans le sport et à promouvoir un sport basé sur l'éthique pour vous et tous les Canadiens et Canadiennes.