

Vannes, le 18 septembre 2013

**Mesdames et Messieurs les Présidents  
des Comités Départementaux du Morbihan  
Mesdames et Messieurs les encadrants techniques**

Objet : réunion d'information

Madame, Monsieur,

Le CDOS et le Centre de Médecine du Sport de Bretagne Sud ont le plaisir de vous convier à une réunion d'information portant sur les thèmes suivants :

**Les compléments alimentaires  
Les conduites dopantes ou à risque  
Le dopage**

Cette réunion s'inscrit dans une démarche globale de protection de la santé des jeunes sportifs et notamment de sensibilisation à la prévention des conduites addictives ou dopantes. Chaque président de comité départemental est invité et pourra être accompagné des cadres techniques de sa discipline.

**Cette réunion se déroulera le mardi 8 octobre 2013 à 20 h 00**

**Salle André Deleau, Complexe sportif de Kercado  
28 rue Winston Churchill à Vannes.**

En fin d'année, une formation gratuite de référents en prévention des conduites addictives ou dopantes sera proposée aux encadrants volontaires.

Afin de préparer au mieux cette soirée d'information nous vous remercions de nous retourner le coupon réponse joint.

D'avance nous vous remercions de votre participation et vous prions de croire, Madame, Monsieur, en l'assurance de nos cordiales salutations sportives.

Le Président du C.D.O.S. du Morbihan

Jean François MEAUDE



La Présidente du Centre de Médecine  
du Sport de Bretagne Sud  
Evelyne COMBES



**COMITE DEPARTEMENTAL OLYMPIQUE ET SPORTIF**

Maison du Sport - 9 allée François Joseph Broussais  
56000 VANNES

☎ : 02.97.63.48.15 - 📠 02.97.63.60.70 - e.mail : c.d.o.s.56@wanadoo.fr  
site Internet : <http://www.morbihan.franceolympique.com/>

**« Les compléments alimentaires  
Les conduites dopantes ou à risque  
Le dopage »**

**Mardi 8 octobre 2013 – 20 h 00**

**Salle André Deleau – Complexe sportif de Kercado  
28 rue Winston Churchill - VANNES**

*(Entrée par le stade d'athlétisme)*

Comité départemental de .....

Participera      OUI                         NON  

Sera représenté par .....

**COMITE DEPARTEMENTAL OLYMPIQUE ET SPORTIF**

Maison du Sport - 9 allée François Joseph Broussais  
56000 VANNES

☎ : 02.97.63.48.15 - 📠 02.97.63.60.70 - e.mail : c.d.o.s.56@wanadoo.fr  
site Internet : <http://www.morbihan.franceolympique.com/>

## « Les compléments alimentaires

### Les conduites dopantes ou à risque Le dopage »

#### Déroulement de la soirée du 8 octobre 2013

##### 20 h 00

Accueil de M. Jean-François MEAUDE, Président du CDOS

Intervenant : Mme MALARDE, infirmière au Centre de Médecine du Sport de Bretagne Sud, en charge des actions de prévention de la santé des sportifs et de lutte contre le dopage.

##### Contenu de l'intervention :

##### Le constat et les enjeux de santé publique :

- Les jeunes sportifs sont particulièrement vulnérables : ils sont la cible privilégiée des campagnes publicitaires : boissons énergisantes (qu'ils peuvent associer à l'alcool), suppléments alimentaires (protéines ...)
- Leur environnement les soumet à des pressions multiples notamment à la recherche de « performance »
- Leur hygiène de vie et leur préparation physique ne sont pas toujours adaptées
- Ils sont exposés aux risques des conduites addictives voire dopantes.

##### Les objectifs

Conforter les éducateurs et dirigeants sportifs dans leur rôle éducatif et social, les aider à préserver et protéger la santé des jeunes sportifs en leur permettant :

- de s'approprier des informations scientifiquement validées concernant : sport/compléments alimentaires, sport/alcool/boissons énergisantes, sport/tabac, sport/cannabis,
- de mieux connaître le cadre légal concernant le dopage,
- de les responsabiliser et de permettre de développer chez les jeunes sportifs des compétences psycho-sociales pour lutter contre les pressions multiples : surentraînement, gestion du stress, pression familiale, environnement du club, culture propre à la discipline sportive...
- Mettre à disposition des outils simples : soit pour transmettre un savoir (documentation adaptée), soit pour mettre en place dans les clubs sportifs des animations sous forme d'ateliers.

Présentation de la formation gratuite de référents en prévention des conduites addictives ou dopantes.

##### 21 h 30

Débat avec l'assistance et clôture.

#### COMITE DEPARTEMENTAL OLYMPIQUE ET SPORTIF

Maison du Sport - 9 allée François Joseph Broussais  
56000 VANNES

☎ : 02.97.63.48.15 - 📠 02.97.63.60.70 - e.mail : c.d.o.s.56@wanadoo.fr  
site Internet : <http://www.morbihan.franceolympique.com/>