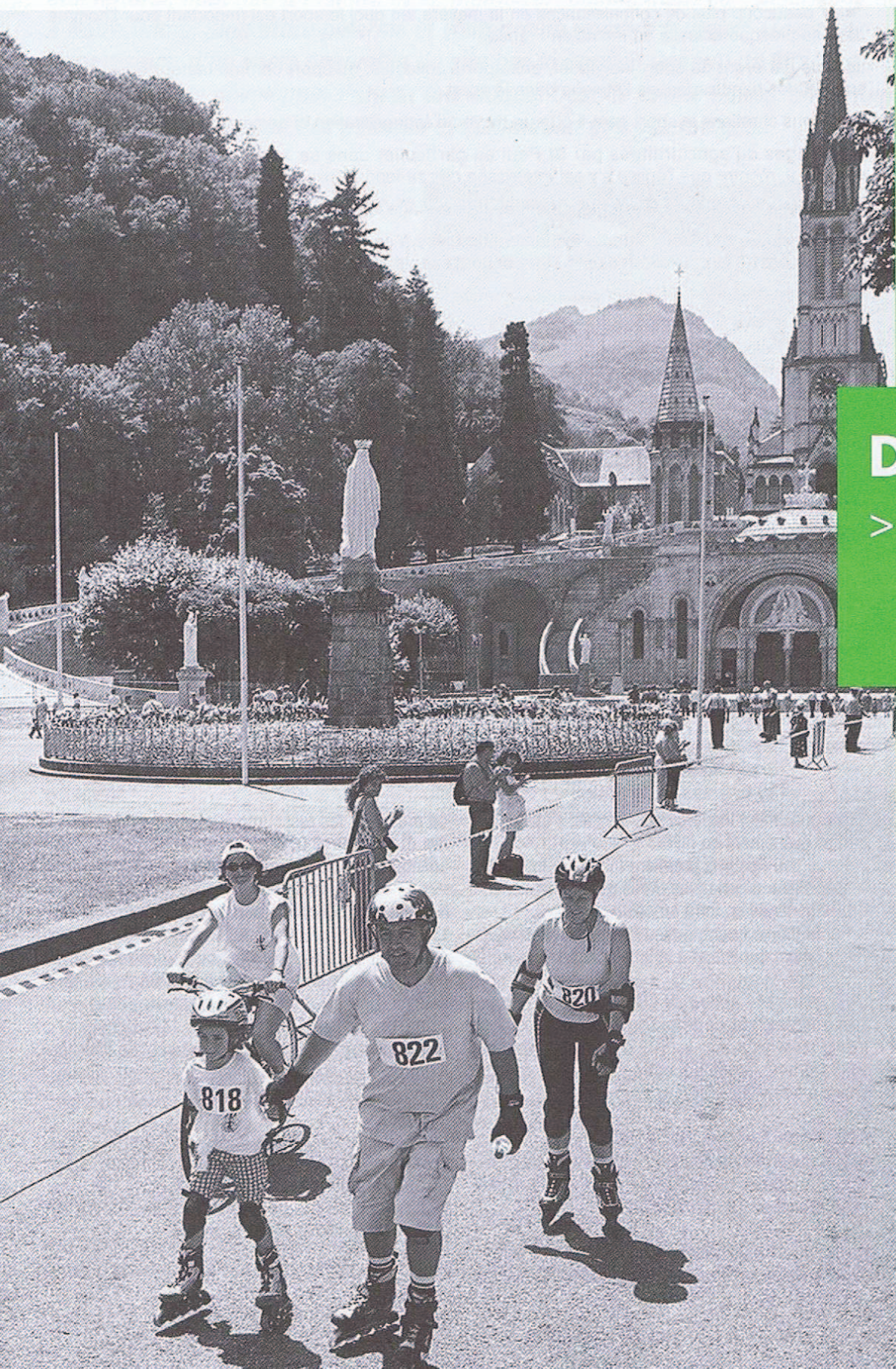


Haltes

Pastorale

des Réalités du Tourisme et des Loisirs


PASTORALE
TOURISME & LOISIRS



Pastorale

- > Colloque Mosaïque
- > Colline de Sion

DOSSIER

- > Sport,
le loisir préféré
des Français

Commissions

- > Patrimoine
et formation
- > Solidarité, partage

Initiatives

- > Albi
- > Autun
- > Côte d'Or
- > Drôme
- > Le Puy

RELIQUES ET RELIQUAIRES DANS NOS ÉGLISES

11 mars
BESANÇON
03 81 38 21 24

JOURNÉES NATIONALES DE LA P.R.T.L.

Les temps forts dans
les temps libres
21 au 23 mars
ANGLET 61
01 40 44 52 51
prtl@ccf.fr

LES ENJEUX DE LA PASTORALE DU TOURISME

26 mars 2006
Expositions -
Tables rondes - Visites
LAVAL 53
02 43 53 37 90

PÈLERINAGE DES SPORTIFS ET RENCONTRE INTERNATIONALE DES SPORTIFS

16 au 18 juin
LOURDES
pelerinage@fclourdais.com
<http://www.lourdes-info.com>

Prochain numéro :

Juin 2006

Dossier :

**Les temps forts
dans les temps
libres**

PHOTO DE COUVERTURE :
LOURDES PÈLERINAGE DES SPORTIFS
CRÉDIT : VCD PRODUCTION

A l'école des sportifs

Ce numéro consacré pour sa plus grande partie au sport peut surprendre. En quoi l'Église et donc la PRTL doit elle être présente dans le sport ? D'autres que moi, vous diront avec beaucoup plus de connaissances en la matière, en quoi le sport est important pour l'homme dans sa pratique actuelle au moins en France.

Ils vous parleront du sport individuel, des sports collectifs, du sport comme facteur éducatif, du sport et des handicapés, de l'éthique dans le sport.

Pour nous chrétiens le sport peut-il être un moyen d'évangélisation et comment ?

Les images du sport traitées par St Paul en particulier dans sa 1^{er} lettre au Corinthiens au chapitre 9, montre que l'église s'y est intéressée dès sa fondation.

Que devons nous retenir théologiquement de ce message laissé par Saint Paul ?

Peut-on encore croire aux valeurs fondamentales liées à sa pratique, alors que celui-ci est souvent regardé comme facteur d'irrégularité et de débordements en tous genres ?

Et pourtant presque tous les anciens plus grands sportifs sont des hommes et des femmes d'une humilité et d'une gentillesse hors du commun, nous avons pu les uns et les autres le constater.

C'est pour cela qu'aujourd'hui encore des chrétiens lancent des appels à tous les hommes "de bonne volonté" comme aime à le rappeler Michel Crauste ancien capitaine de l'équipe de France de Rugby, et président du pèlerinage des sportifs et handicapés du sport qui aura lieu cette année les 16, 17 et 18 Juin à Lourdes : "le sport doit être l'école de la tolérance, de l'humilité, de la fraternité".

Ils nous demandent de nous interroger, de croire, d'aimer et de partager même si la pratique du sport est objet du dépassement de soi avec tous les sacrifices que cela impose.

Des réponses et des réflexions sur cette activité vous sont proposées dans ce numéro de Haltes.

Pierre GARDERES

Membre du conseil national

ÉVÈNEMENT

XVI^{ème} ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'ORGANISATION MONDIALE DU TOURISME (OMT)

30 novembre et 1^{er} décembre 2005 à Dakar

Passé quasiment inaperçu des médias, c'était pourtant un événement de taille :

- > Par le lieu : pour la première fois cette Institution spécialisée des Nations Unies a tenu son assemblée générale en terre africaine .
- > Par le thème : contribution du tourisme au développement durable et à la lutte contre la pauvreté.

L'existence et l'action de l'OMT en elles-mêmes sont d'une importance de tout premier ordre pour l'humanité en général, pour la PRTL entre autres. Ses activités méritent largement notre attention et son site gagne à être visité (www.world-tourism.org).

Ainsi, l'étude *Tourisme : horizon 2020* met en évidence une évolution fondamentale : elle prévoit une croissance annuelle moyenne de 4,1% du tourisme international de 1995 à 2020.

L'adoption en 1999 du code mondial d'éthique du tourisme est essentielle : ses 10 articles ont pour but

de préserver les ressources dont dépend le tourisme et d'assurer la répartition équitable de ses avantages économiques.

A signaler aussi : l'invitation à célébrer la Journée Mondiale du Tourisme le 27 septembre de chaque année. La rencontre internationale des Pastorales du Tourisme de Bangkok en juillet 2004 l'avait rappelé (cf. Dossier "Le tourisme au service de la rencontre des peuples" dans Haltes n° 147). Depuis certains diocèses, en France, se saisissent de l'événement pour proposer des manifestations en collaboration avec les institutions civiles.

Les échanges interculturels et les amitiés, que favorise le tourisme, contribuent à la paix entre toutes les nations du monde. Par son action l'OMT les facilite. L'Église a toute sa place à prendre dans ce cadre et y annoncer ainsi l'Évangile.

Sport, le loisir préféré des français

Sommaire

6

La pratique du sport par les Français

7

La fédération sportive et culturelle de France

8

Sport de santé et de plaisir

9

Mieux vivre avec le sport

10

Sport et santé : le dopage



Crédit : VCD promotion

L'être humain, de par sa nature profonde, est un être social et, sans relation avec autrui, il ne peut ni vivre, ni épanouir ses qualités. C'est dans la communauté que l'être humain réalise pleinement cette vocation à la communion qui est, depuis le commencement, dans les plans de Dieu. Or, le sport pourra constituer un instrument significatif pour que l'être humain se réalise en tant qu'être social.

Le sport facilite l'intégration dans un groupe, dans lequel l'être humain peut trouver des partenaires qui partagent les mêmes défis et luttent pour des objectifs identiques. De plus, le sport constitue un vecteur d'apprentissage des règles de vie collective. Il facilite l'acquisition de valeurs comme le respect des autres, la magnanimité, la fraternité, la solidarité, le partage, la générosité, l'altruisme, le respect des règles et des lois, la confrontation loyale. Il inculque le sens de la discipline collective et de la vie en groupe. Il aide à vaincre l'égoïsme, le repli sur soi, l'autosuffisance et l'évasion aliénante. Il éduque à la citoyenneté et à la responsabilité solidaire. Il contribue à l'édification d'une société civile, où à l'antagonisme se substitue l'esprit de compétition, où au combat on préfère la rencontre, et à l'opposition haineuse la confrontation loyale.

Alors que diverses formes de violence, de haine, de racisme, d'exclusion et de division tendent à distendre le tissu de la solidarité sociale, le sport contribue à l'édification d'une société plus fraternelle et plus humaine.

Le sport et la construction de la communauté humaine.
Les évêques du Portugal à l'occasion de l'Euro 2004 du football
Documentation Catholique n° 2311 du 04.04.04

Dossier préparé par Pierre BERGIER, commission sports
Illustration : pèlerinage des sportifs et sportifs handicapés
Lourdes 2004

La pratique du sport par les français

En 2003, 34 millions de Français, soit 71% de 15 ans ou plus ont pratiqué au moins une activité physique ou sportive régulièrement tout au long de l'année ou occasionnellement pendant certaines périodes de l'année ou pendant les vacances.

Plus de 15 millions d'entre eux sont licenciés dans un des 170 000 clubs ou associations sportives et les trois quarts d'entre eux participent à des compétitions.

En un demi siècle la pratique sportive a considérablement progressé ; à titre d'exemple le nombre de licenciés dans les clubs étaient moins de 2 millions en 1950.

Si l'on intègre à ces données la pratique sportive obligatoire en milieu scolaire par les moins de 15 ans, c'est près de 80% des Français qui pratiquent une activité sportive. Ceci en fait véritablement un loisir de masse, bien loin devant les vacances puisque le taux de départ en vacances des français stagne à 60%.

La pratique du sport évolue avec l'âge, le sexe, la situation sociale et économique et le niveau culturel des personnes.

Les jeunes sont les plus sportifs

Ils sont très sportifs 90% des 15 - 24 ans pratiquent une ou plusieurs activités sportives ; parmi les 25 - 44 ans ils sont un peu moins nombreux (83%) ; au delà de 65 ans, ils ne sont plus que une personne sur quatre.

> Les sports collectifs (football, volley-ball, basket-ball, hand-ball, rugby), les sports de combats, le patin à glace, le hockey, le roller, le skate ont leur majorité d'adeptes (près du deux tiers) chez les jeunes. Plus généralement, ils sont plus présents que leurs aînés dans toutes les disciplines, notamment la course à pied, le footing, l'athlétisme, les sports de raquettes, musculation, le ski, le surf.

> Du côté des seniors, le vélo, la natation, la randonnée pédestre, la gymnastique et la pétanque

attirent plus de 10% de pratiquants, mais ce ne sont pas les seules activités des plus de 50 ans.

> Les pratiquants d'âge intermédiaire sont moins nombreux que les jeunes dans la plupart des activités, mais, quand leur état de santé le leur permet, ils les investissent toutes.

Le niveau économique et culturel et l'origine sociale structurent la pratique des activités sportives.

> D'une manière générale la pratique des sports augmente avec le niveau de vie ; et c'est particulièrement vérifié quand elle est onéreuse ou nécessite un équipement coûteux ou des déplacements quelquefois importants pour accéder aux lieux de pratique comme le ski, le golf, la voile, le canoë. Les activités sportives réputées chères sont jusqu'à cinq fois plus répandues dans les ménages aisés.

> Ces écarts de pratique selon le niveau de vie existent aussi pour de nombreux autres sports, comme la gymnastique, le tennis de table, la course à pieds, le roller, le skate ou plus répandus comme le vélo, la natation, la marche. Ces mêmes écarts sont aussi générés par le niveau culturel et sont amplifiés avec l'âge.

> Après 50 ans, les personnes issues de ménage à revenus modestes font tout au plus du vélo et de la marche à pied ; alors que dans les ménages les plus aisés, on pratique à plus de 10% des activités autres que les sports de masse.

> Un tiers des pratiquants exerce son sport sous licence dans un club ou une association sportive ; et c'est, en majorité, un public plus favorisé et généralement masculin qui suit cette orientation.

L'écart de pratique du sport entre hommes et femmes est très fort dans les années 1960, s'est bien estompé.

La pratique sportive est toujours plus importante chez les hommes avec 79% de pratiquants que chez les femmes (64%). Les participations féminines à des clubs ou associations ont été multipliées par dix depuis les années 60. Les différences entre hommes et femmes restent aujourd'hui surtout marquées chez les plus âgés : entre 15 et 24 ans, filles et garçons sont globalement nombreux à pratiquer, même si des écarts demeurent selon les ressources des ménages ; parmi les milieux les plus favorisés ces écarts hommes-femmes sont quasiment effacés.

La parité est presque atteinte dans certaines disciplines comme le vélo, la natation, la plongée sous marine, la voile, la marche ; l'opposition entre sports traditionnellement masculins et des activités très féminisées reste cependant très forte :

> Les sports collectifs, la chasse, la pêche, la pétanque, les sports de combats sont investis jusqu'à 75% par les hommes ; ils sont plus fréquemment licenciés (26% contre 15%) et s'orientent plus que les femmes vers la compétition (15% contre 4%).

> La gymnastique, la danse, l'équitation, le patinage, la randonnée sont investis jusqu'à 75% par les femmes.

En nombre de pratiquantes, les activités préférées des femmes ne sont pas nécessairement celles où elles sont majoritaires : elles sont, par exemple, 8 millions d'amatrices de vélo contre 1,9 millions de danseuses.

Philippe PODEVIN
Cadre honoraire du Tourisme

Sources : Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie associative - Mission statistiques.

La fédération sportive et culturelle de France

Fondée en 1898 pour fédérer les sections gymniques et sportives des patronages, c'était jusqu'en 1947 la FGSPF (Fédération Gymnastique et Sportive des Patronages de France).

En 1947, elle changea de nom pour devenir FSF (Fédération Sportive de France) pour s'ouvrir à un plus grand nombre et faire profiter de ses compétences et de ses services, outre les sections sportives des patronages, les groupements sportifs des divers mouvements et institutions.

Elle a gardé son but premier : "L' éducation de la jeunesse dans le loisir, selon une vision de l'homme et du monde en cohérence avec l'évangile".

Elle demande aux dirigeants de ses clubs affiliés sinon de diffuser ces principes, au moins de les respecter, ne serait-ce que par humanisme.

C'est en 1964 qu'elle a pris son nouveau titre, FSCF, manifestant ainsi sa volonté de ne pas dissocier le sport et la culture en continuant à faire du sport une véritable culture, en proposant aux jeunes, qui fréquentent ses clubs sportifs, des activités culturelles ou d'éducation populaire.

Pour ce faire la Fédération organise des compétitions dans les disciplines suivantes : Athlétisme, Basket, Boules, Cyclisme, Football, Gymnastique Féminine et Masculine, GRS, Judo, Natation, Ski, Tennis, Tennis de Table, Tir, Tir à l'Arc, Volley-Ball.

La FSCF compte actuellement 2400 clubs affiliés, 200 000 adhérents, 500 000 membres environ, 70 représentations départementales et 16 régionales. Les associations sont animées par 30 000 bénévoles.

Le sport, si passionnant soit-il, n'est qu'un aspect du loisir. La Fédération veut être au service de tous. C'est pourquoi elle veut que le sport soit vraiment une culture et s'intègre dans une conception globale de l'être humain, qui la conduit à proposer aux jeunes un éventail d'activités culturelles et d'éducation populaire (théâtre, danse, musique, chant choral, électronique, photo).

La FSCF a reçu l'habilitation du Ministère de la Jeunesse et des Sports à délivrer le BAFA et le BAFD.



Course de rafting. Crédit : VCD production

Elle organise également la formation de ses cadres sportifs et culturels.

La FSCF est membre co-fondatrice de la Fédération Internationale d'Education Physique et Sportive. Elle participe activement aux rencontres internationales (tournois, championnats, camps de jeunes, etc...) de la FICEP.

En FSCF, l'éducation est basée sur la recherche de la justice et de la vérité, sur l'amour de tous, en référence à Jésus Christ, signe de l'amour de Dieu.

Il est donc indispensable de respecter :

- la personne, qu'elle soit partenaire, adversaire, juge ou arbitre
- le corps, en évitant le surentraînement, les brutalités, le dopage
- la recherche d'un idéal, chemin possible de la foi
- une vie en société, lieu de communauté, signe d'Eglise.

Cette conception suppose :

- l'obligation de proposer un grand choix d'activités
- une grande qualité technique
- des activités rendues éducatives par des pédagogies appropriées
- la formation de techniciens responsables pleinement conscients de ces impératifs pour l'éducation de la personne.

La FSCF veut prouver que le sport et le loisir peuvent être au service de l'épanouissement humain. C'est

pourquoi elle lutte contre l'influence grandissante de l'argent de par, entre autre, l'abus de la publicité au sein des associations ; elle dénonce le surentraînement, la spécialisation à outrance, la tricherie ; elle unit toujours les préoccupations spirituelles aux manifestations corporelles.

La FSCF affirme que toute personne porte en elle une éminente valeur, un réel avenir, ce qui suppose

> qu'elle accueille non seulement "les doués", mais quiconque, avec ses richesses et ses pau-

vretés, avec ses possibilités et ses limites, avec ses souhaits et aussi ses refus ;

- > que tout est fait pour que chacun, chacune se connaissant, devienne l'artisan de sa propre progression, le responsable de sa propre croissance ;
- > qu'aucune pression que ce soit ne soit exercée sur quelqu'un pour qu'il obtienne un excellent résultat coûte que coûte ;
- > qu'elle donne à quiconque, au sein de l'équipe, la possibilité d'exercer très tôt des responsabilités, pour son propre développement et pour l'épanouissement des autres ;
- > par le jeu de la vie associative, qu'elle forme des hommes et des femmes qui sauront prendre des responsabilités dans d'autres collectivités.

C'est finalement, comme l'affirmait Jean-Paul II au stade olympique de Rome : "Accueillir, perfectionner les valeurs humaines, les élever, donc en faire un hymne à la vie".

Pierre BERGIER
Aumônier régional

**FÉDÉRATION SPORTIVE
ET CULTURELLE DE FRANCE**

22 rue Oberkampf 75011 PARIS 01 43 38 50 57

fscf@fscf.asso.fr

<http://www.fscf.asso.fr>

Sport de santé et de plaisir

**Entre les sports de santé et les sports de compétition, combien sommes-nous à faire le bon choix ?
Aucun des sports de santé et de plaisir n'est un sport de compétition.
Tous sont des sports d'endurance praticables 52 semaines par an. Leur liste est courte...**

La marche à pied est une première étape, surtout quand elle prend les noms charmants de pêche à la truite, parcours de santé, parcours à la boussole, randonnée pédestre, reportage photographique, botanique, observation des animaux, tir à l'arc, golf. Quand l'endurance le permet, les sports de santé et de plaisir deviennent le trot (ou jogue), le vélo, la natation d'endurance, et les formes douces de la gymnastique et de la danse. Les contre-indications et les précautions ne peuvent pas trouver place dans ce bref article.

Elles figurent dans mon site Internet qui s'obtient sur un moteur de recherche en tapant : François Besançon.

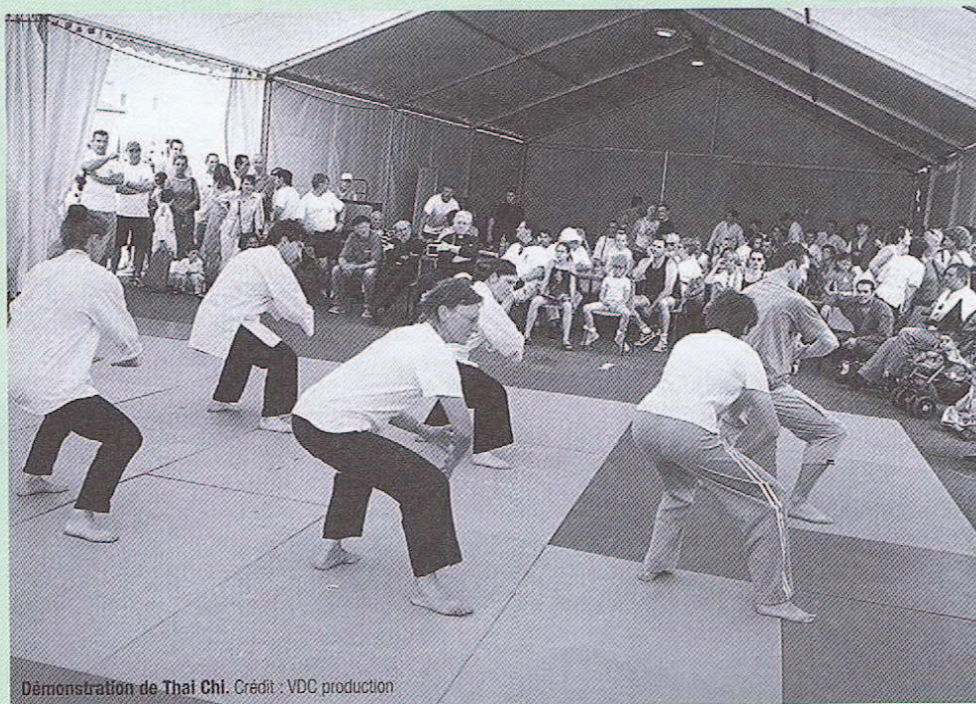
Les bienfaits physiques sont le souffle, la force, l'agilité, la résistance aux rhino-pharyngites, la rareté des accidents du travail, la baisse du mauvais cholestérol, l'élévation de l'espérance de vie. La tentation d'être fumeur est écartée.

A côté des bien-portants, ces sports sont bénéfiques à certains diabétiques, hypertendus, malades des artères, des veines, des tendons et des disques intervertébraux. A 78 ans, c'est le bienfait articulaire de la jogue que j'apprécie le plus.

Les bienfaits psychiques sont l'amélioration des résultats scolaires et professionnels. Ils s'étendent aux anxieux, insomniaques, inhibés et petits déprimés ainsi qu'aux malades de l'alcool après sevrage. Certains sports sont excellents pour la santé psychique des jeunes, en leur donnant le sens de l'équipe et la satisfaction d'atteindre leurs propres objectifs sans ménager leur peine. Tels sont notamment la voile et l'alpinisme en équipe. Hors saison, l'alpiniste peut encore se plaisir sur un mur d'escalade.

Pratiquée un an ou deux, à l'adolescence, la compétition en équipe est civilisatrice : elle inculque le respect des autres et des règles, elle intègre à la vie sociale.

Cette exception mise à part, les sports de compétition dérapent, à commencer par leurs accidents. La vie des idoles du sport et les textes de médi-



ne sportive sont des litanies de lésions, suivies d'abandons de tout sport, y compris les sports de santé. Ainsi les dérapages s'achèvent-ils en tête à queue. Les plus vulnérables sont les enfants et les adolescents. Leur surentraînement peut même mener à des tentatives de suicide.

On parle de toxicos du sport. Beaucoup ne font qu'exprimer dans leur sport une prédisposition aux dépendances.

On s'en aperçoit trop tard, quand on voit ceux qui, tôt après l'abandon de tout sport, et même sans antécédents de dopage, sombrent dans les drogues ou l'alcool.

Les dérapages sont passés sous silence par les organismes qui se bornent à compenser les abandons par des recrutements. Ils sont organisés par les financiers, les médias, les politiciens, les agences de publicité, les fédérations et surtout le public. Aux parents avides de gloire de ne pas pousser leurs rejetons à s'estropier.

Les sports de santé sont à l'opposé de ce que politiciens et journalistes appellent "le haut niveau". Ils ne sont ni télégéniques, ni prestigieux. Préférons un autre haut niveau : le haut niveau de vie saine, de plaisir et de persévérance.

Docteur François BESANÇON
Paris

Références :

D'utiles conseils se trouvent dans le fascicule hors série *Côté forme*, du magazine *Côté femme* ; et dans le Guide du sport de <http://www.e-sante.be>
De nombreuses références figurent dans mon site :

<http://perso.wanadoo.fr/sante-infofb>

Mieux vivre avec le sport

Allongé sur mon lit d'hôpital en cette fin d'année 1985, pour soigner une sévère hémorragie gastrique, je me répète les phrases du médecin : "Vous souffrez d'une très grave cirrhose du foie, provoquée par le virus de l'hépatite B. C'est une maladie incurable".

Très vite défile dans ma tête les conséquences de cette atteinte.

Combien de temps me reste-t-il à vivre, et comment ?

Déjà j'entreprends le deuil de ce qui constituait ma vie familiale, professionnelle, mes loisirs et, en particulier, la pratique sportive à caractère familial. Nage et randonnées en moyenne montagne l'été, ski en hiver.

Après plusieurs semaines de soins intensifs et d'examens divers, proposition m'est faite d'une greffe du foie que j'accepte spontanément, bien que cette thérapeutique nouvelle n'en est qu'à ses débuts. Je suis transplanté le 1er avril 1986 après une très courte attente.

A l'issue de trois semaines d'hospitalisation, sur le parvis de l'hôpital, je fais, très laborieusement, mes premiers pas.

C'est alors que je réalise toute la place qu'occupent mes capacités physiques pour une réinsertion dans une vie normale.

La meilleure façon pour moi de mesurer mes progrès et mes moyens étant de parcourir à pieds des circuits de plus en plus longs. D'abord très laborieusement 300 m, puis chaque jour quelques centaines de mètres en plus.

C'est à travers cette activité physique de base, qui s'amplifie chaque jour, que je parviens à me réconcilier avec ce corps défaillant, assisté de l'organe d'un autre.

Suivant une logique plutôt inattendue, étant transplanté et abordant la retraite à 60 ans, je fais davantage de sport. Adhérent à l'association fédérative TRANS-FORME qui organise des manifestations sportives à l'intention des transplantés de tous organes et dialysés, je participe pour la première fois de ma vie à des compétitions sportives, nationales et mondiales.

Ayant glané quelques médailles, la presse régionale en fait état et pour beaucoup de personnes de mon entourage, je suis crédité du titre de sportif.

Cette médiatisation de mes résultats sportifs a pour but premier de témoi-

gner de la réussite de la transplantation, de mettre en évidence la qualité de vie retrouvée, et d'inciter à la réflexion sur le don d'organes.

Sur le plan personnel, la pratique du sport nous introduit dans une saine ambiance de compétition, nous motivant pour une pratique régulière. Cette activité physique, à mon avis, a une influence bénéfique sur la faculté de mon corps à absorber les différents traitements lourds et quotidiens, qui peuvent engendrer des effets secondaires, qui, en ce qui me concerne, n'ont pas été très virulents. Le sport, un complément thérapeutique, efficace et peu coûteux ?

La pratique du sport par les transplantés est très souvent un motif d'étonnement pour ceux, en particu-

lier qui approchent les équipes nationales lors des compétitions. Il y règne un esprit d'amitié de fair-play très vivace et spontané du fait que tous nous nous réjouissons des bons résultats de certains. Nous privilégions l'aspect symbolique de la réussite de la greffe, plutôt qu'un désir effréné d'être le premier. En somme, l'application très fortement vécue de la phrase célèbre de Pierre de Coubertin "L'essentiel est de participer" est pour nous la grande satisfaction de "Pouvoir participer".

Roger DEFRASNE
Pontarlier



Course relais handi fauteuil. Crédit : VCD production

Sport et santé : le dopage

Le 21 novembre 2005, s'est tenu à Besançon une journée scientifique sur "La protection du sportif face aux conduites à risques", à l'initiative de l'antenne médicale "Sport et Santé de Franche-Comté" et de la Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports...

L'objectif de la prévention contre le phénomène permet d'agir :

- > directement sur le phénomène,
- > sur les déterminants qui sont à l'origine de sa survenue, de son évolution et de son éventuelle pérennisation,
- > sur les caractéristiques des individus qui en sont affectés,
- > sur les contextes et les situations dans lesquels ce phénomène survient.

A L'ÉCOUTE DU DOPAGE

La prise de certains produits ou procédés visant à augmenter les performances est formellement interdite lors d'une pratique sportive. Le dopage ou l'envie de se doper est donc un comportement dont le sportif ne peut parler.

Or, c'est cet "impossible à dire" qu'écotent chaque jour les psychologues du service d'aide téléphonique "Ecoute dopage", qui en permet l'émergence et fait office de révélateur des usages de produits énergétiques ou dopants dans les milieux sportifs.

"Ecoute dopage" est un dispositif spécifique qui permet

- > l'accueil individuel, anonyme, gratuit
- > l'écoute attentive, active professionnelle
- > l'ouverture d'un espace d'expression libre, non jugée, encouragée.

Ce service apporte une aide immédiate, personnalisée, donnée par un expert dans le cadre d'une relation par téléphone, à des populations très hétérogènes (sportifs, entraîneurs, familles, médecins, paramédicaux, lycéens, étudiants) et dont les demandes sont diverses (information, aide à la résolution d'un problème, soutien médical, psychologique ou social). Ces personnes, pour la plupart, n'exposeraient pas leurs problèmes en dehors de ce dispositif.

L'écoute téléphonique est un outil de prévention, car il permet d'aider les appelants à analyser les

situations qu'ils vivent et ainsi à prendre leur décision avec des informations sérieuses.

La majorité des appelants n'est pas prête à rencontrer un spécialiste face à face, le travail consiste donc à les aider à demander de l'aide et leur faire percevoir que cette aide existe (diététicien, préparateur physique, psychologue du sport, médecin du sport, agence médicale de lutte et de prévention du dopage).

Ce dispositif opérationnel depuis 1999 a reçu 79 000 appels dont 20 000 ont fait l'objet d'une fiche d'écoute personnelle anonyme, informatisée offrant une base de données particulièrement riche.

Le numéro vert et anonyme "Ecoute dopage" est 0800 15 2000.

Les recherches menées par les psychologues cliniciens de l'équipe "Ecoute dopage" ont fait apparaître des facteurs de vulnérabilité comme de résistance.

FACTEURS DE VULNÉRABILITÉ :

- > Les difficultés identitaires qui contraignent le sportif à utiliser tous les artifices, tous les procédés pour conserver cette identité sportive.
- > Les troubles de l'image du corps, qui oblige à une quête impossible d'une image idéale et le recours à tous les produits permettant de corriger ou combler rapidement les manques musculaires, de poids ou biologiques imaginaires.
- > La recherche de maîtrise de son corps, qui engage le sportif à traiter son corps comme un objet extérieur à lui-même qu'il peut faire souffrir. Les produits sont alors les agents bienfaisants de cette maîtrise si rassurante.
- > La recherche de sensations kinesthésiques, qui pousse le sportif à se donner de plus en plus d'excitations en augmentant les charges d'entraînement, en associant de plus en plus de produits.
- > La diminution de la souffrance psychique, qui pousse chaque être humain à résoudre le mal être qu'il ressent (échecs, baisse de motivation, difficul-

tés relationnelles, conflits). Pour la diminution de cette souffrance, le recours aux produits dopants est souvent dominant.

Plus la pratique sportive apparaît comme un investissement visant à mettre à l'épreuve un Moi défaillant, plus les risques sont grands de voir s'instaurer le recours à des produits interdits mais efficaces.

FACTEURS DE RÉSISTANCE :

- > Une identité assurée, issue d'un attachement solide aux figures parentales, qui permet une identification puis une personnalisation progressive. La pratique compétitive est faite pour soi, par choix personnel (pas de filiation héroïque, ni de contrainte du désir d'un autre).
- > Une image du corps unifiée permettant l'intégration du corps dans le psychisme.
- > Des sensations qui servent de points de repère, où le plaisir dans l'effort est le moteur de la pratique, la douleur étant prise en compte comme signe de ses limites.
- > Une acceptation de l'incertitude dans les performances. Le destin individuel n'est pas uniquement dans l'excellence sportive : le sportif doit avoir d'autres centres d'intérêt et de valorisation de soi.
- > Une confiance en soi et en l'environnement (parents, conjoints, entraîneurs).

La connaissance de ces facteurs de vulnérabilité et de protection doit également guider les interventions des entraîneurs pour éviter le recours au dopage.

Tout sportif, débutant ou champion, s'engage à :

- 1) Se conformer aux règles du jeu.
- 2) Respecter les décisions de l'arbitre.
- 3) Respecter adversaires et partenaires.
- 4) Refuser toute forme de violence et de tricherie.
- 5) Être maître de soi en toutes circonstances.
- 6) Être loyal dans le sport et dans la vie.
- 7) Être exemplaire, généreux et tolérant.

Le code du sportif a été élaboré à l'occasion du Forum "L'esprit sportif et les Jeunes" organisé dans le cadre des IVe Jeux de l'Avenir.

Cela commence par le respect de la règle écrite

- C'est jouer le jeu.
- C'est non seulement le respect de la règle écrite, mais aussi celui de la règle non écrite.
- C'est de considérer l'adversaire comme un partenaire.
- C'est avoir le désir sincère que l'adversaire puisse lutter à armes égales avec soi-même.
- C'est toujours respecter les décisions de l'arbitre.
- C'est la loyauté, l'esprit de justice.
- C'est attacher plus d'importance au sport qu'à la victoire.

Une façon d'être

- Accepter toutes les décisions de l'arbitre qui vous sont défavorables.
- Renoncer volontairement à certains avantages que peut procurer une trop stricte application de la règle.
- Le respect de l'arbitre et l'esprit de collaboration constance avec lui.
- Être scrupuleux à l'extrême sur les moyens d'obtenir la victoire.
- La générosité envers l'adversaire, créatrice de relations humaines chaleureuses.
- Mais si gagner c'est bien, gagner à tout prix, c'est moche !