

SENLIS ATHLE SAISON 2024/2025

PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

Que vous soyez ancien licencié ou nouvel adhérent et que vous êtes majeur:

- Pas besoin de certificat médical (sous conditions)
- Vous devez suivre le Parcours Prévention Santé

Voici une présentation pas à pas

IMPORTANT:

- * regardez les vidéos et les animations.
- * lisez bien les commentaires
- * cochez et validez qu'en étant sûr de vous
- * vous engagez votre santé et votre parole
- * Au moindre doute, pensez à vous, allez consulter un médecin

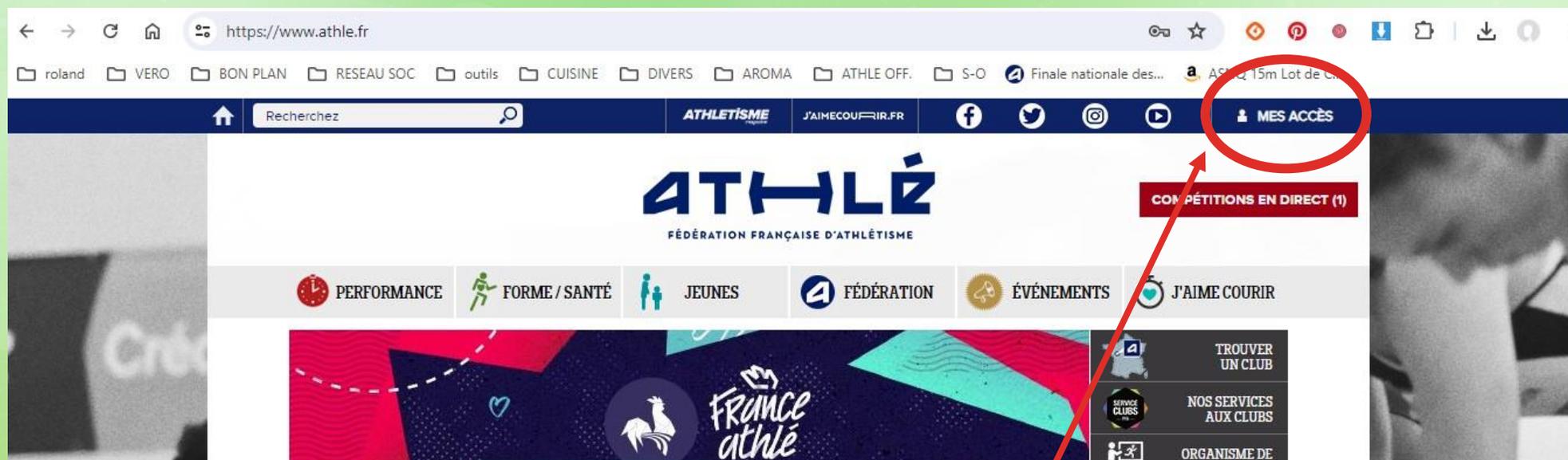
SENLIS ATHLE SAISON 2024/2025

Anciens licenciés, vous avez reçu un message de la « FFA » avec un lien de connection.

Vous pouvez également vous rendre directement sur le site avec vos identifiants.

Vous les avez oubliés: faites « mot de passe oublié »

Nouveaux licenciés, vous devez être inscrits à Senlis-Athlé pour pouvoir vous connecter la première fois.



Rendez-vous sur le site « FFA » et connectez-vous à votre compte licencié

SENLIS ATHLE SAISON 2024/2025

The image shows a composite of two screenshots from the Athlè website. On the left is the login page, titled 'ATHLÈ' and 'Bienvenue dans Mon Espace du Licencé'. It features a login form with fields for 'Login' (with a subtext '(n° licence/pass j'aime courir/email)') and 'Mot de passe', and buttons for 'Annuler' and 'Valider'. A version number 'Version : 3.0.1-a - 01/09/2022' is visible at the bottom. On the right is the 'Mon Espace' dashboard, also titled 'ATHLÈ'. It has a sidebar with icons for home, profile, achievements, calendar, and other functions. The main content area is divided into two columns. The left column contains two banners: 'MA LICENCE' and 'PRISE DE LICENCE 2024-2025'. The right column contains two banners: 'PARTENAIRES' featuring 'ADIZERO BOSTON 12' shoes and a 'Crédit Mutuel' offer for association members. A red arrow points to the 'PRISE DE LICENCE 2024-2025' banner.

Après connection, choisir « prise de licence 2024/2025

Ma saison

ETAT DE VOTRE DEMANDE:

Vous n'avez pas encore finalisé votre formulaire.

LA SAISON

Vous allez remplir le formulaire de licence pour la saison 2025 (licence valide du 01/09/2024 au 31/08/2025)

MON CLUB

Club actuel: SENLIS ATHLE (SA)

Votre choix* :

- Je souhaite rester dans mon club.
- Je souhaite changer de club pour ma prochaine licence.

**ce choix n'est pas définitif et pourra être modifié tant que votre licence n'est pas validée par un club*

- COCHER
- VALIDER

✕ Annuler

✓ Valider

Début du questionnaire Parcours Prévention Santé

SENLIS ATHLE SAISON 2024/2025

ETAT CIVIL

Nom : [grisé]
Prénom : [grisé]
Date de naissance : [grisé]
Sexe : [grisé]
Nationalité : [grisé]

Nom de Naissance : [grisé]
Pays de Naissance : [grisé] ▼

Ville de Naissance : saisir code postal ou nom de votre ville de naissance dans l'outil de recherche ci dessous.
[grisé] Rechercher...

*les champs grisés ne sont pas modifiables
Pour toute demande de modification veuillez vous rapprocher de votre club.*

COORDONNEES

eMail : [grisé]
Tél. mobile : [grisé]

ADRESSE

Téléphone fixe : [grisé]
Ligne 1 : [grisé]
Ligne 2 : []
Ligne 3 : []
Pays : [grisé] ▼
Code postal : [grisé]
Ville : [grisé]

✖ Annuler

✔ Valider

Remplir ou corriger puis « valider »

Mes préférences

COMMUNICATION FFA

J'accepte de recevoir les informations officielles de la FFA pour profiter pleinement de mon sport.

J'accepte de recevoir les avantages licenciés des partenaires sélectionnés par la FFA.

Vos préférences pourront être ajustées à tout moment en cliquant sur « se désinscrire » en bas de nos e-mailings.

MA PRATIQUE

Pratique principale :

Cross-country

Condition physique / Athlé'fit

Course sur route

Pratique secondaire : Demi-fond

Epreuves combinées

Lancers

Marche Athlétique

Marche Nordique

Sprint / Haies

Sauts

Trail & Montagne

• COCHER

• CHOISIR VOTRE
DISCIPLINE

• VALIDER

Annuler

Valider

Parcours de prévention santé

Dernière étape de votre formulaire de renouvellement.
Vous allez vous rendre sur la page du [Parcours Prévention Santé \(Saison 2025\)](#) pour finaliser votre renouvellement.

Démarrer votre parcours

SENLIS ATHLE SAISON 2024/2025

Il est indispensable et urgent de consulter un medecin avant reprise de l'entrainement et/ou de la competition, si vous avez ressenti ou avez eu au moins une fois au cours des 12 derniers mois :

- Une douleur dans la poitrine à l'effort ;
- Des palpitations*;
- Une perte de connaissance brutale au repos ou à l'effort ;
- Un essoufflement inhabituel à l'effort.

*Les palpitations sont une perception inhabituelle et anormale des battements cardiaques.

En cochant cette case, j'atteste sur l'honneur comprendre qu'un ou plusieurs de ces symptômes peuvent être des signes de pathologie cardiaque à risque pour ma santé et représenter potentiellement un risque vital.

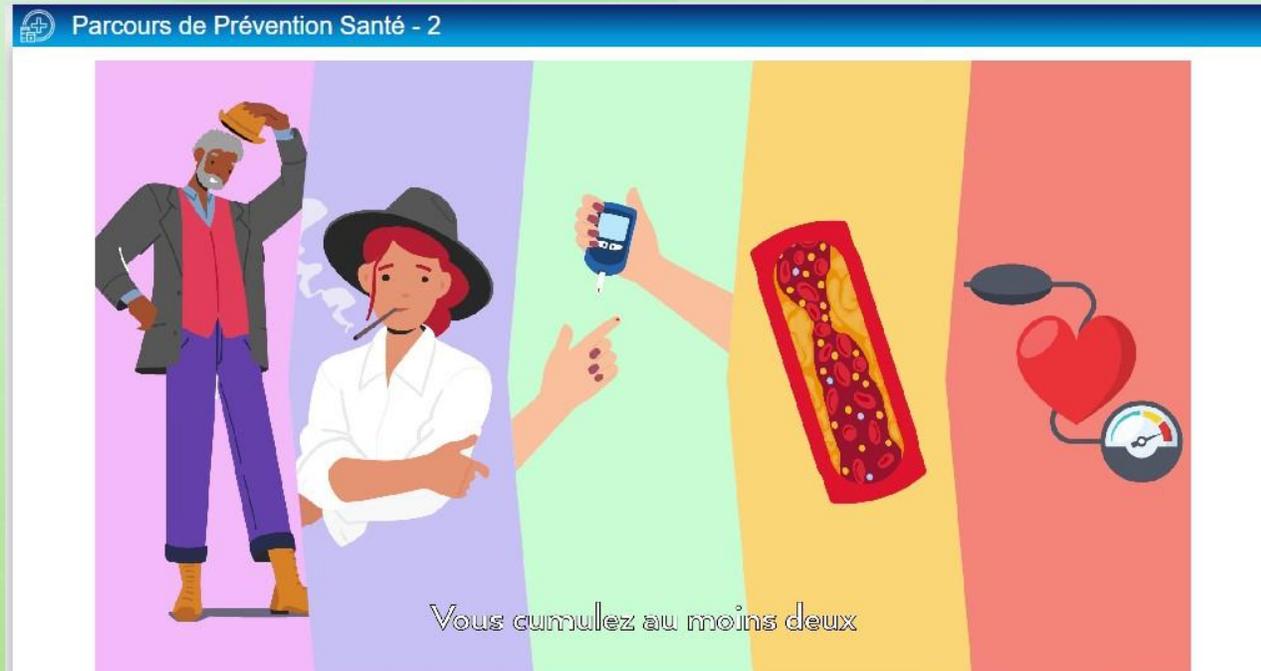
✓ Valider

pour passer à l'étape suivante vous devez d'abord lire la vidéo.

ATTENTION: merci de bien vérifier les paramètres de votre navigateur. Il doit autoriser la lecture automatique des vidéos.
Si vous n'arrivez pas à régler ces options, changez de navigateur et/ou d'appareil.

• COCHER

• VALIDER



REGARDER L'ANIMATION

SENLIS ATHLE SAISON 2024/2025

il est nécessaire d'avoir pris avis auprès d'un médecin sur une contre-indication éventuelle ou sur un bilan préalable à la pratique intensive ou en compétition de l'athlétisme, si vous êtes dans une des situations suivantes :

- Vous êtes une femme et vous avez repris une activité physique intensive sans réaliser un bilan médical pour évaluer votre risque cardiovasculaire après vos 45 ans.
- Vous êtes un homme et vous avez repris une activité physique intensive sans réaliser un bilan médical pour évaluer votre risque cardiovasculaire après vos 35 ans.
- Vous cumulez au moins deux des facteurs de risque cardiovasculaire suivants :
 - > Vous êtes âgé(e) de 50 ans et plus ;
 - > Vous êtes fumeur ;
 - > Vous êtes diabétique ;
 - > Vous avez du cholestérol ;
 - > Vous avez de l'hypertension artérielle.
- Vous êtes suivi pour une maladie chronique.
- Vous poursuivez une activité physique intensive ou en compétition après avoir eu 60 ans.
- Un membre de votre famille (parents, frère ou sœur, enfants) est décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée.
- Un membre de votre famille (parents, frère ou sœur) a présenté une maladie cardiaque avant ses 35 ans.
- Vous avez expérimenté une baisse inexpliquée de performance.

En cochant cette case, j'atteste sur l'honneur :

- Comprendre que certains antécédents familiaux, facteurs de risques cardiovasculaires et de maladies chroniques peuvent entraîner un risque lors de la pratique du sport et qu'ils doivent faire prendre avis auprès d'un médecin pour une pratique sécurisée.
- Comprendre qu'un bilan médical à certains âges de la vie est nécessaire pour faire le point sur mon état de santé, ma pratique de l'athlétisme et ses risques.
- Avoir pris connaissance et m'engager à appliquer les dix règles de bonne pratique du sport du club des cardiologues du sport.

✓ Valider

pour passer à l'étape suivante vous devez d'abord lire la vidéo.

ATTENTION: merci de bien vérifier les paramètres de votre navigateur. Il doit autoriser la lecture automatique des vidéos.
Si vous n'arrivez pas à régler ces options, changez de navigateur et/ou d'appareil.

• COCHER

• VALIDER



pour raisons de santé.

REGARDER L'ANIMATION

une consultation ou un suivi médical est fortement recommandée, si vous êtes dans une des situations suivantes :

- Vous n'avez jamais réalisé d'électrocardiogramme*
- Au cours des douze derniers mois :
 - > Vous avez arrêté le sport plus de 30 jours pour raisons de santé ;
 - > Vous avez débuté un traitement médicamenteux de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ;
 - > Vous pensez avoir ou on vous a déjà fait remarquer que vous aviez un problème avec la nourriture ;
 - > Vous êtes une femme et vous n'avez plus de règles depuis plus de trois mois ;
 - > Vous avez eu un traumatisme crânien ;
 - > Vous pensez avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive.

*La Commission médicale de la FFA recommande de réaliser au moins un ECG dans sa vie.

En cochant cette case, j'atteste sur l'honneur comprendre que certaines situations ou symptômes peuvent entraîner un risque pour ma santé et/ou pour mes performances.

✓ Valider

pour passer à l'étape suivante vous devez d'abord lire la vidéo.

ATTENTION: merci de bien vérifier les paramètres de votre navigateur. Il doit autoriser la lecture automatique des vidéos.
Si vous n'arrivez pas à régler ces options, changez de navigateur et/ou d'appareil.

• COCHER

• VALIDER



Parcours de Prévention Santé - 4

Parce que la formation aux premiers secours permet de sauver des vies chaque jour, notamment dans le sport, la Commission médicale de la Fédération Française d'Athlétisme invite tous les pratiquants de l'athlétisme à se former aux gestes qui sauvent.

« Formez-vous aux gestes qui sauvent ! »



En cochant cette case, j'atteste sur l'honneur :

- Avoir lu et pris connaissance de toutes les informations et alertes indiqués lors des différentes étapes du Parcours Prévention Santé.
- Prendre ou avoir pris les dispositions nécessaires en conséquence (consultation médicale adaptée et, le cas échéant arrêt temporaire de l'activité sportive), me permettant de m'entraîner ou de participer à une compétition sans risque pour ma santé.

• COCHER

• VALIDER

✓ Valider

Ma saison

ETAT DE VOTRE DEMANDE:

*La saisie de votre formulaire est terminée.
Rapprochez-vous maintenant de votre club pour effectuer le paiement de votre cotisation.*

LA SAISON

Vous allez remplir le formulaire de licence pour la saison 2025 (licence valide du 01/09/2024 au 31/08/2025)

MON CLUB

Club actuel: SENLIS ATHLE (SA)

Votre choix* :

- Je souhaite rester dans mon club.
- Je souhaite changer de club pour ma prochaine licence.

*ce choix n'est pas définitif et pourra être modifié tant que votre licence n'est pas validée par un club

 Annuler

 Valider

EN ARRIVANT SUR CETTE PAGE VOUS AVEZ TERMINE VOTRE PPS