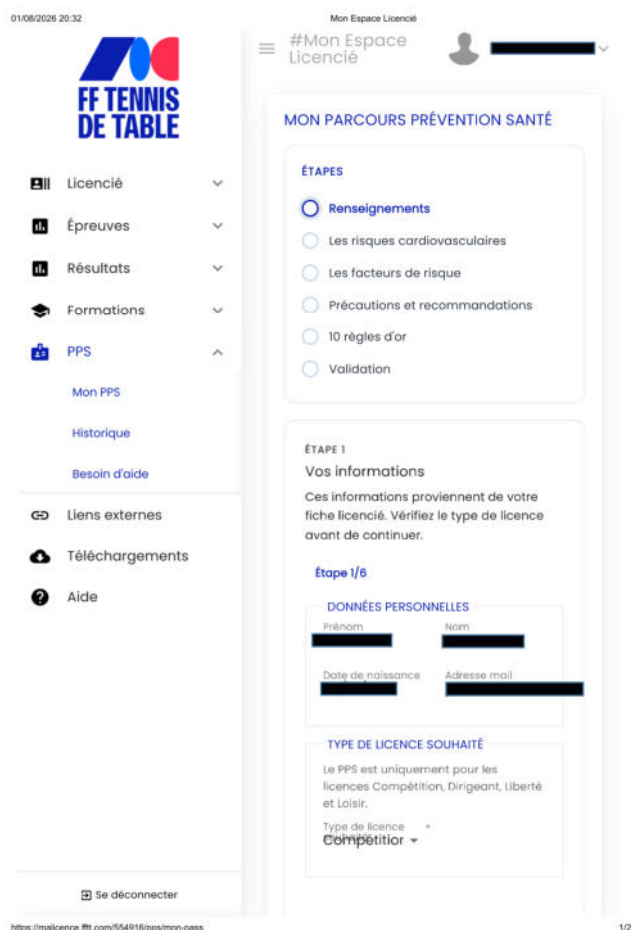


Guide – Parcours Prévention Santé (PPS)

Association Tennis de Table Sud Ardèche Drôme (ATTSAD)

Guide simplifié destiné aux adhérents.

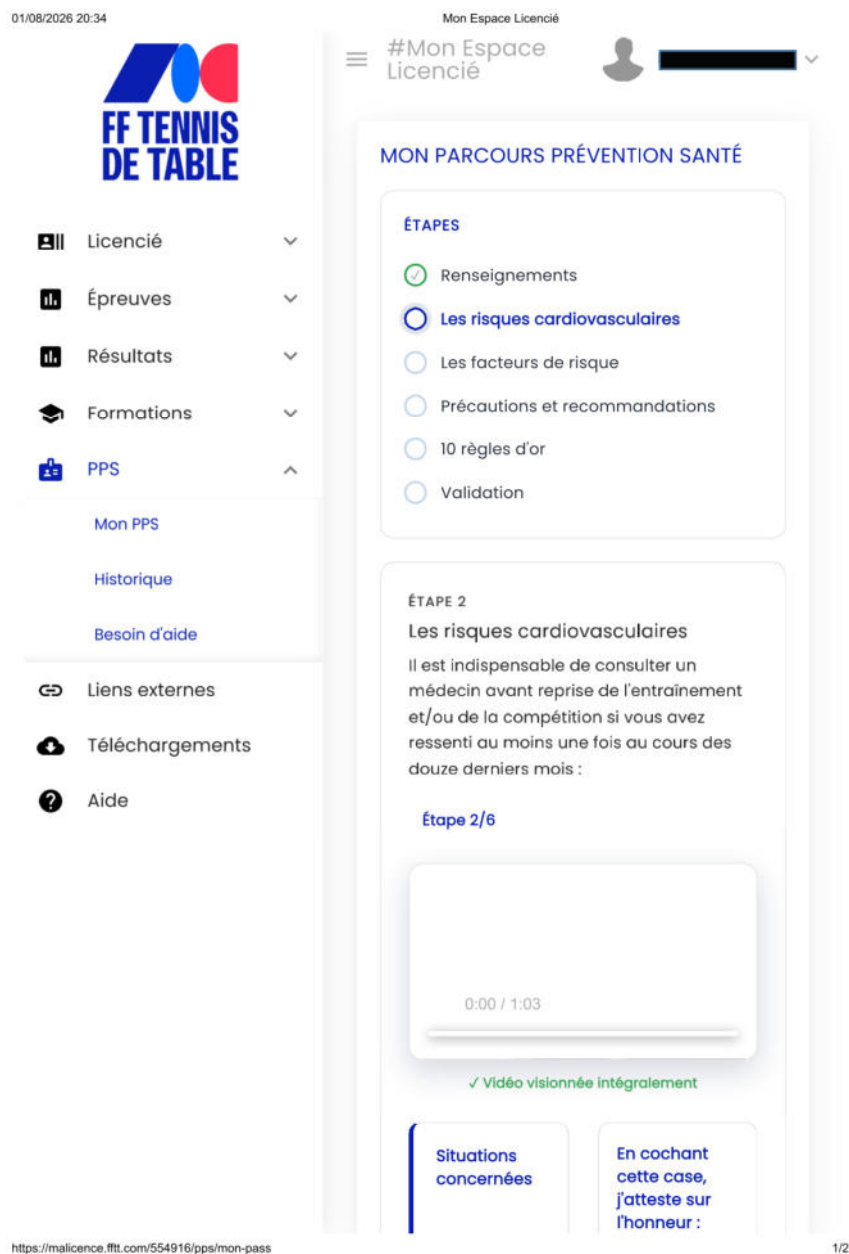
Étape 1 – Accéder au PPS



The screenshot shows the 'Mon Espace Licencié' interface for the FF Tennis de Table. The left sidebar contains a menu with options: Licencié, Épreuves, Résultats, Formations, PPS (selected), Mon PPS, Historique, Besoin d'aide, Liens externes, Téléchargements, and Aide. The main content area is titled 'MON PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ' and includes a section 'ÉTAPES' with radio buttons for 'Renseignements', 'Les risques cardiovasculaires', 'Les facteurs de risque', 'Précautions et recommandations', '10 règles d'or', and 'Validation'. Below this is 'ÉTAPE 1 Vos informations', which states that the information comes from the user's license file and asks them to verify the license type before continuing. It shows 'Étape 1/6' and 'DONNÉES PERSONNELLES' with fields for Prénom, Nom, Date de naissance, and Adresse mail. At the bottom, it asks for the 'TYPE DE LICENCE SOUHAITÉ' (Type of license desired) with a dropdown menu currently set to 'Compétiteur'. The URL at the bottom is https://malicence.fft.com/554916/pps/mon-pass and the page number is 1/2.

Connectez-vous à votre Espace Licencié FFTT. Vérifiez les informations affichées, visionnez la vidéo, puis cliquez sur Continuer.

Étape 2 – Les risques cardiovasculaires



01/08/2026 20:34

Mon Espace Licencié

#Mon Espace Licencié

FF TENNIS DE TABLE

Licencié

Épreuves

Résultats

Formations

PPS

Mon PPS

Historique

Besoin d'aide

Liens externes

Téléchargements

Aide

MON PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

ÉTAPES

- ☒ Renseignements
- ☒ **Les risques cardiovasculaires**
- ☐ Les facteurs de risque
- ☐ Précautions et recommandations
- ☐ 10 règles d'or
- ☐ Validation

ÉTAPE 2

Les risques cardiovasculaires

Il est indispensable de consulter un médecin avant reprise de l'entraînement et/ou de la compétition si vous avez ressenti au moins une fois au cours des douze derniers mois :

Étape 2/6

0:00 / 1:03

✓ Vidéo visionnée intégralement

Situations concernées

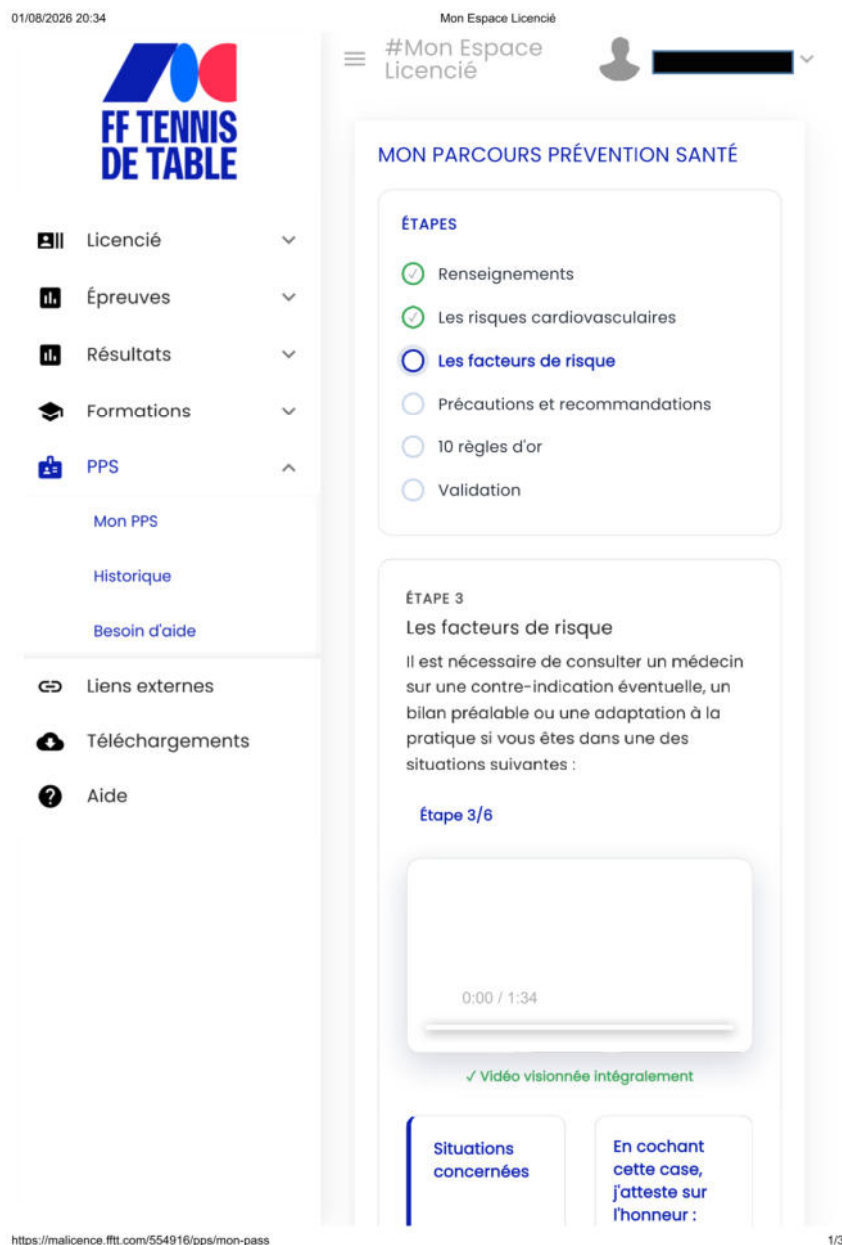
En cochant cette case, j'atteste sur l'honneur :

<https://malicence.fttt.com/554916/pps/mon-pass>

1/2

Visionnez la vidéo jusqu'à la fin. Prenez connaissance des informations, cochez la case de validation, puis cliquez sur Continuer.

Étape 3 – Les facteurs de risque



01/08/2026 20:34

Mon Espace Licencié

#Mon Espace Licencié

FF TENNIS DE TABLE

Licencié

Épreuves

Résultats

Formations

PPS

Mon PPS

Historique

Besoin d'aide

Liens externes

Téléchargements

Aide

MON PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

ÉTAPES

- ☒ Renseignements
- ☒ Les risques cardiovasculaires
- ☒ **Les facteurs de risque**
- ☐ Précautions et recommandations
- ☐ 10 règles d'or
- ☐ Validation

ÉTAPE 3

Les facteurs de risque

Il est nécessaire de consulter un médecin sur une contre-indication éventuelle, un bilan préalable ou une adaptation à la pratique si vous êtes dans une des situations suivantes :

Étape 3/6

0:00 / 1:34

✓ Vidéo visionnée intégralement

Situations concernées

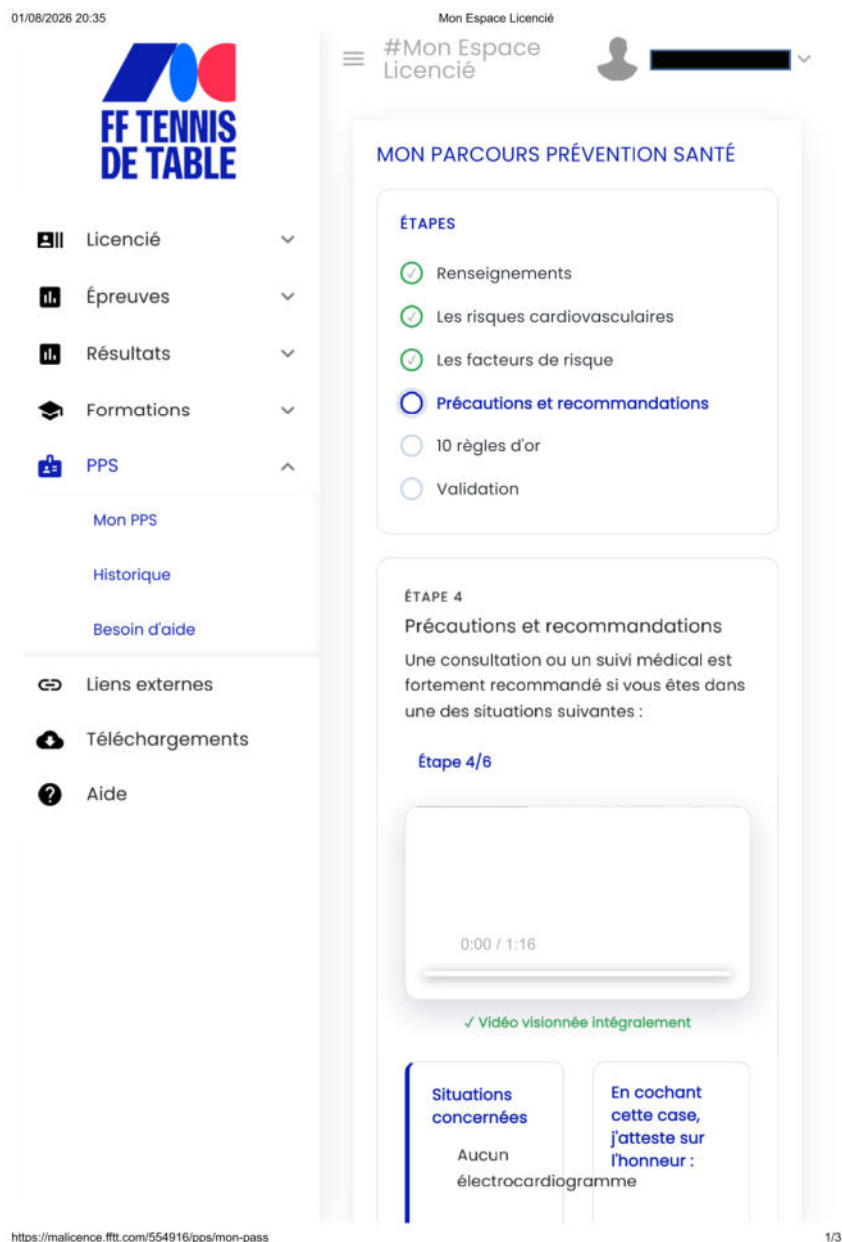
En cochant cette case, j'atteste sur l'honneur :

<https://malice.fft.com/554916/pps/mon-pass>

1/3

Visionnez la vidéo, lisez les informations présentées, cochez la case de confirmation, puis cliquez sur Continuer.

Étape 4 – Précautions et recommandations



01/08/2026 20:35

Mon Espace Licencié

#Mon Espace Licencié

FF TENNIS DE TABLE

Licencié

Épreuves

Résultats

Formations

PPS

Mon PPS

Historique

Besoin d'aide

Liens externes

Téléchargements

Aide

MON PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

ÉTAPES

- Renseignements
- Les risques cardiovasculaires
- Les facteurs de risque
- Précautions et recommandations**
- 10 règles d'or
- Validation

ÉTAPE 4

Précautions et recommandations

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

Étape 4/6

0:00 / 1:16

✓ Vidéo visionnée intégralement

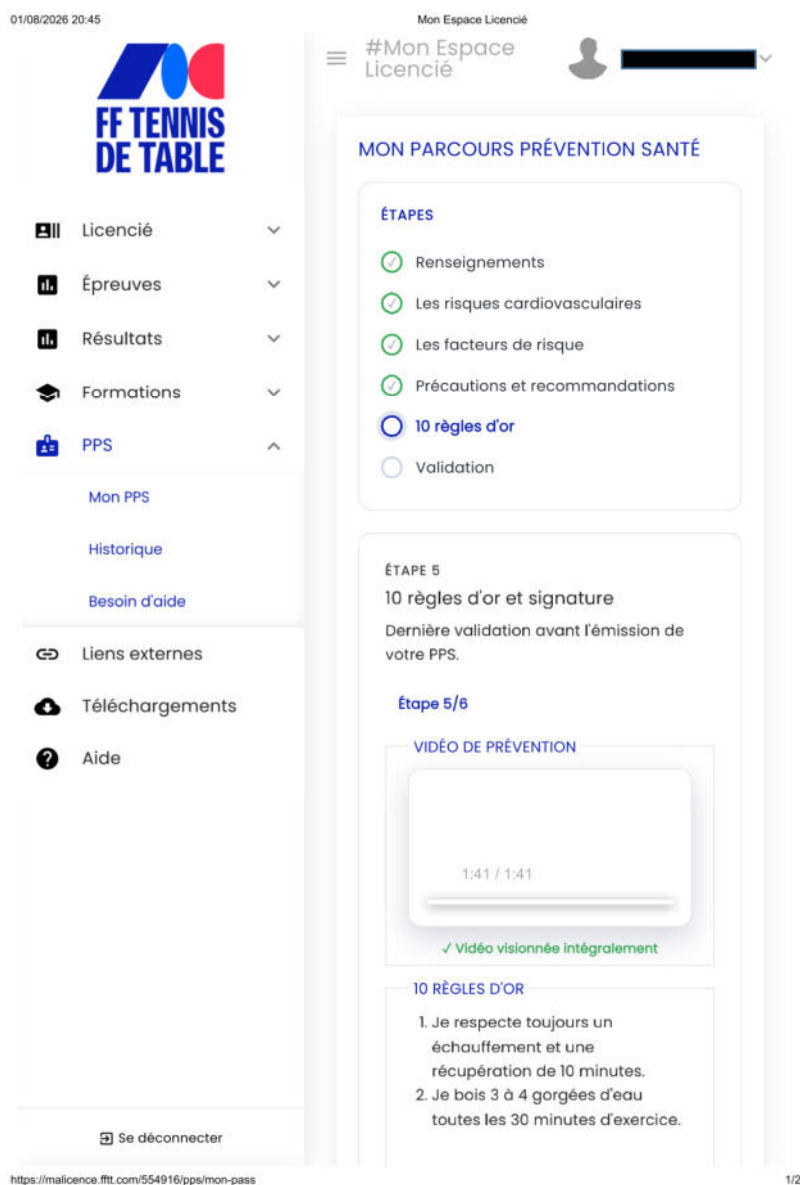
Situations concernées

Aucun électrocardiogramme

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

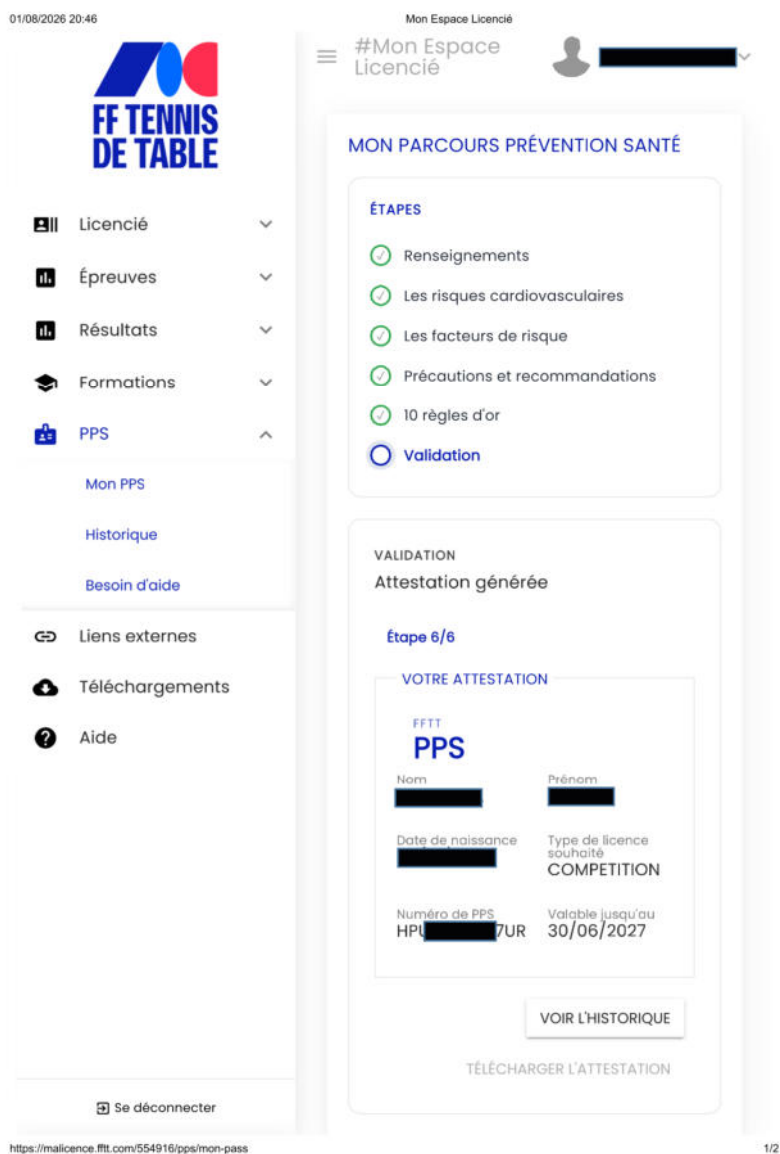
Visionnez la vidéo, prenez connaissance des recommandations, cochez la case prévue, puis cliquez sur Continuer.

Étape 5 – Les 10 règles d'or



Visionnez la vidéo, lisez attentivement les 10 règles d'or du cardiologue du sport, cochez les cases demandées, puis cliquez sur Continuer.

Étape 6 – Validation



The screenshot displays the 'Mon Espace Licencié' interface for the FTTT PPS. The left sidebar contains navigation links: 'Licencié', 'Épreuves', 'Résultats', 'Formations', 'PPS' (selected), 'Mon PPS', 'Historique', 'Besoin d'aide', 'Liens externes', 'Téléchargements', and 'Aide'. The main content area is titled 'MON PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ' and shows a list of steps: 'Renseignements', 'Les risques cardiovasculaires', 'Les facteurs de risque', 'Précautions et recommandations', '10 règles d'or', and 'Validation' (highlighted). Below this, the 'VALIDATION' section shows 'Attestation générée' and 'Étape 6/6'. The 'VOTRE ATTESTATION' section displays the following information: FTTT PPS, Nom (redacted), Prénom (redacted), Date de naissance (redacted), Type de licence souhaitée: COMPÉTITION, Numéro de PPS: HPU (redacted) 7UR, and Valable jusqu'à: 30/06/2027. At the bottom, there are buttons for 'VOIR L'HISTORIQUE' and 'TÉLÉCHARGER L'ATTESTATION'. The URL at the bottom left is 'https://malience.fttt.com/554916/pps/mon-pass' and the page number is '1/2'.

Visionnez la dernière vidéo, puis cliquez sur Valider afin de finaliser votre Parcours Prévention Santé (PPS). Téléchargez ensuite votre attestation PPS et conservez-la. Vous pourrez la retrouver à tout moment dans votre espace licencié et la transmettre à votre club si celui-ci vous la demande.

Attestation PPS

**FF TENNIS
DE TABLE**

EXPIRE LE
30/06/2027

PPS

PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ
Fédération Française de Tennis de Table

NUMÉRO PPS
HP [REDACTED] **UR**

NOM
[REDACTED]

PRÉNOM
[REDACTED]

NÉ(E) LE
[REDACTED]

SEXE
Homme



Présentez ce justificatif de votre Parcours Prévention Santé.

Téléchargez votre attestation PPS, puis transmettez-la à votre club afin de finaliser votre adhésion. Vous pourrez la retrouver à tout moment dans votre espace licencié.