



Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔

- ~~Validité portée à 5 ans au lieu de 3 :~~ sauf pour les 65 et +
- 0/18 : Attestation de l'auto-questionnaire pour mineur : OK
- ~~19/39 64 :~~ ~~Attestation de l'auto-questionnaire pour majeur :~~ Dead
- A partir de ~~40~~ 65 ans : CM tous les 5 ans : 65, 70, 75, 80, 85,...
- Les catégories sont en année civile, donc, sont principalement concernés cette saison 2026/2027 (c'est l'année d'anniversaire qui fait le changement de catégorie !) : 1961, 1956, 1951, 1946,...



Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔

<https://maliceance.fftt.com/>

FF TENNIS DE TABLE

BIENVENUE SUR SPID, ESPACE LICENCIÉ

Identifiant

Mot de passe

CONNEXION

CRÉER UN COMPTE (UNIQUEMENT SI VOUS N'AVEZ JAMAIS ÉTÉ LICENCIÉ)

[Mot de passe oublié](#) · [Identifiant oublié ou activer son compte](#)

IDENTIFIANTS DE CONNEXION

Identifiant
B8567FE24922

Compte activé
Non

RENVOYER L'EMAIL D'ACTIVATION

Enverra un email contenant un lien d'activation sur l'adresse email renseignée comme principale.
Si vous avez modifié cette adresse, enregistrez la modification avant d'effectuer cette action.

IDENTIFIANTS DE CONNEXION

Identifiant
cd29tt@orange.fr

PRINCIPAUX MOYENS DE COMMUNICATION

Email +
cd29tt@orange.fr

16 / 100



Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔

<https://malicence.fftt.com/>



#Mon Espace Licencié

HUON Helene ▾

MON PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

VALIDEZ VOTRE PPS SANS QUITTER VOTRE ESPACE LICENCIÉ

Le parcours est pré-rempli à partir de vos informations de licence. Il vous suffit de vérifier le type de licence puis de dérouler les étapes.

LANCER MON PPS

VOIR L'HISTORIQUE

Licencié ▾

Épreuves ▾

Résultats ▾

Formations ▾

PPS ▴

MON PPS

Historique

Besoin d'aide



<https://malicence.fftt.com/>

Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔

#Mon Espace Licencié

HUON Helene ▾

MON PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

ÉTAPES

Renseignements

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

ÉTAPE 1

Vos informations

Ces informations proviennent de votre fiche licencié. Vérifiez le type de licence avant de continuer.

DONNÉES PERSONNELLES

Prénom
Helene

Nom
HUON

Date de naissance
10/08/1967

Adresse mail
cd29tt@orange.fr

TYPE DE LICENCE SOUHAITÉ

Le PPS est uniquement pour les licences Compétition, Dirigeant, Liberté et Loisir.

Type de licence souhaité *

Étape 1/6

CONTINUER



<https://malice.fff.fr/>

Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔

#Mon Espace LicenciéHUON Helene

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 :

Vous devez visionner toute la vidéo pour passer à l'étape suivante (avance impossible).

Étape 2/6



Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔



✓ Vidéo visionnée intégralement

Situations concernées

- Antécédents familiaux de décès subit ou de maladie cardiaque précoce
- Aucun électrocardiogramme réalisé à ce jour
- Reprise intensive sans bilan médical après 45 ans pour une femme
- Reprise intensive sans bilan médical après 35 ans pour un homme
- Poursuite d'une pratique intensive ou compétitive après 60 ans
- Au moins deux facteurs de risque cardiovasculaire
- Pathologie chronique nécessitant une adaptation
- Arrêt sportif de plus d'un mois pour raison de santé cette dernière année

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

- Comprendre que certains antécédents familiaux et facteurs de risque peuvent entraîner un danger lors de la pratique.
- Comprendre qu'un bilan médical peut être nécessaire pour sécuriser et adapter ma pratique.

☒ J'ai lu et compris.

RETOUR

CONTINUER

<https://malice.ffset.com/>



Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔

#Mon Espace Licencié

HUON Helene

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

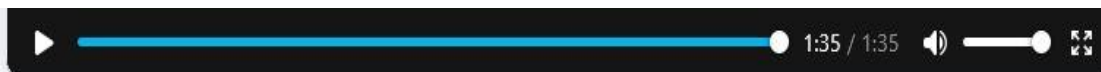


Vous devez visionner toute la vidéo pour passer à l'étape suivante (avance impossible).



Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔



✓ Vidéo visionnée intégralement

Situations concernées

- Antécédents familiaux de décès subit ou de maladie cardiaque précoce
- Aucun électrocardiogramme réalisé à ce jour
- Reprise intensive sans bilan médical après 45 ans pour une femme
- Reprise intensive sans bilan médical après 35 ans pour un homme
- Poursuite d'une pratique intensive ou compétitive après 60 ans
- Au moins deux facteurs de risque cardiovasculaire
- Pathologie chronique nécessitant une adaptation
- Arrêt sportif de plus d'un mois pour raison de santé cette dernière année

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

- Comprendre que certains antécédents familiaux et facteurs de risque peuvent entraîner un danger lors de la pratique.
- Comprendre qu'un bilan médical peut être nécessaire pour sécuriser et adapter ma pratique.

☒ J'ai lu et compris.

RETOUR

CONTINUER



<https://malice.ftt.com/>

Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔

#Mon Espace Licencié

HUON Helene

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



Vous devez visionner toute la vidéo pour passer à l'étape suivante (avance impossible).



Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔



✓ Vidéo visionnée intégralement

Situations concernées

- Antécédents familiaux de décès subit ou de maladie cardiaque précoce
- Aucun électrocardiogramme réalisé à ce jour
- Reprise intensive sans bilan médical après 45 ans pour une femme
- Reprise intensive sans bilan médical après 35 ans pour un homme
- Poursuite d'une pratique intensive ou compétitive après 60 ans
- Au moins deux facteurs de risque cardiovasculaire
- Pathologie chronique nécessitant une adaptation
- Arrêt sportif de plus d'un mois pour raison de santé cette dernière année

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

- Comprendre que certains antécédents familiaux et facteurs de risque peuvent entraîner un danger lors de la pratique.
- Comprendre qu'un bilan médical peut être nécessaire pour sécuriser et adapter ma pratique.

☒ J'ai lu et compris.

RETOUR

CONTINUER

<https://malice.ftt.com/>



Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 🤔

#Mon Espace Licencié

HUON Helene ▾

MON PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

ÉTAPES

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

ÉTAPE 5

10 règles d'or et signature

Dernière validation avant l'émission de votre PPS.

Étape 5/6

VIDÉO DE PRÉVENTION



Vous devez visionner toute la vidéo pour générer votre PPS (avance impossible).



Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé 😊

✓ Vidéo visionnée intégralement

10 RÈGLES D'OR

1. Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 minutes.
2. Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 minutes d'exercice.
3. J'évite les activités intenses par des températures extérieures inférieures à -5 °C ou supérieures à 30 °C.
4. Je ne fume jamais 1 heure avant ni 2 heures après une pratique sportive.
5. Je ne prends pas de douche dans les 15 minutes qui suivent l'effort.
6. Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours suivant un épisode grippal.
7. Je pratique un bilan médical avant de reprendre une activité sportive intense si j'ai plus de 35 ans pour les hommes et 45 ans pour les femmes.
8. Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal à l'effort.
9. Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque à l'effort ou juste après l'effort.
10. Je signale à mon médecin tout malaise à l'effort ou juste après l'effort.

CONFIRMATION

- ☒ J'ai lu et compris les 10 règles d'or.
- ☒ J'atteste l'absence de symptômes d'alerte.
- ☒ Je signe électroniquement et certifie sur l'honneur l'exactitude des informations (Helene HUON).

RETOUR

GÉNÉRER MON PPS

<https://maliceance.fftt.com/>



Gestion Administrative

#Mon Espace Licencié

HUON Helene ▾

MON PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

ÉTAPES

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

VALIDATION

Attestation générée

Étape 6/6

VOTRE ATTESTATION

FFTT
PPS

Nom
HUON

Prénom
Helene

Date de naissance
10/08/1967

Type de licence souhaité
LOISIR

Numéro de PPS
7UAVT5X8AHK6

Valable jusqu'au
30/06/2027

VOIR L'HISTORIQUE

TÉLÉCHARGER L'ATTESTATION



<https://maliceance.fftt.com/>

Gestion Administrative

Le PPS ou Parcours de Prévention Santé

#Mon Espace Licencié

 HUON Helene ▾

MON PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

PARCOURS PRÉVENTION SANTÉ

VALIDEZ VOTRE PPS SANS QUITTER VOTRE ESPACE LICENCIÉ

Le parcours est pré-rempli à partir de vos informations de licence. Il vous suffit de vérifier le type de licence puis de dérouler les étapes.

Vous avez déjà un PPS actif jusqu'au 30/06/2027. Vous pourrez le renouveler à partir du 01/07/2027.

RENOUVELER MON PPS

VOIR L'HISTORIQUE

ATTESTATION ACTIVE

FFTT
PPS

Numéro PPS

7UAVT5X8AHK6 

Nom
HUON

Né(e) le
10/08/1967

TÉLÉCHARGER

Type de licence
Non renseigné

Prénom
Helene

Actif

Expire le 30/06/2027

Vidéos santé

Voir tout



VIDÉO

Les risques cardiovasculaires



VIDÉO

Les facteurs de risque



VIDÉO

Précautions et recommandations



VIDÉO

Les 10 règles d'or



Gestion Administrative

★ [FFTT] Votre Parcours Prévention Santé (PPS)

<https://malicence.fftt.com/>

FFTT

vendredi 28 août 2026 à 09:52

réception

À : Table CD29 DE TENNIS DE



Votre PPS est validé

Votre Parcours Prévention Santé (PPS) a bien été validé pour la saison en cours.

Numéro de PPS : 7UAVT5X8AHK6

Valable jusqu'au : 30/06/2027

[Accéder à mon PPS](#)

[Vérifier l'authenticité de votre PPS](#)

Votre licence a été mise à jour à 'En règle avec la certification médicale'.

Conservez cet email comme preuve de l'obtention de votre PPS.

Cet e-Mail est envoyé automatiquement, merci de ne pas répondre.
Retrouvez toutes les informations de la FFTT sur le site <https://www.fftt.com>
Pour toute autre question, merci de vous rapprocher de votre club.

PARTENAIRES
institutionnels

PARTENAIRES
médicaux

PARTENAIRES
officiels

Réception mail
de
confirmation
FFTT



Gestion Administrative

La validation du PPS.. principaux écueils 🤔

- **L'identifiant de connexion** : Oublié ou Erroné !
- **Le principal moyen de communication** : mauvaise adresse mail !
 - adresse générale du club partagée
 - adresse familiale : père, mère, fils, fille, tonton, tata
 - La dématérialisation de la demande de licences
- **La création de compte** : tous les licenciés depuis **2021/2022** ont leur espace !



Gestion Administrative

La validation du PPS.. principaux écueils 🤔

- **Mauvaise adresse URL** (pas sur la bonne page !)
- **Problème des doublons** : créés intentionnellement ou pas
- **Situations improbables** :
 - Erreur de date de naissance (si si !)
 - Mauvaise orthographe du nom et/ou du prénom
 - Un point qui traîne dans l'identifiant...
- **Cerise sur le gâteau** : problème informatique Fédéral !



Gestion Administrative

- **En cas de problème pour un de vos licenciés :**
 - Vérifiez et transmettez l'identifiant de connexion
 - Compte non activé : renvoyez l'e-mail d'activation
 - Vérifiez l'adresse mail sur laquelle est envoyée le code de connexion
 - Toute autre vérification : date de naissance, nom...
- **Création de compte :** seuls les licenciés ayant eu une licence entre **2000/2001** et **2021/2022** doivent créer un compte pour valider leur espace



Gestion Administrative

En conclusion.. 2 choses à retenir :

- **<https://malice.ffset.com/>**
- **Pour tous les licenciés de 19 à 64 ans :**

Parcours de Prévention Santé

(ou certificat médical de 2026 exceptionnellement)

cette saison !