



INFORMATION

SOUSCRIPTION ET RENOUELEMENT D'UNE LICENCE FFC OUVRANT DROIT A LA PARTICIPATION AUX COMPETITIONS ET MANIFESTATIONS ORGANISEES OU AUTORISEES PAR LA FEDERATION - CERTIFICAT MEDICAL D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION A LA PRATIQUE SPORTIVE – QUESTIONNAIRE DE SANTE ET ATTESTATION

Mesdames, Messieurs,

Sur le fondement de la loi n° 2022 - 296 du 2 mars 2022 visant à démocratiser le sport en France, et plus particulièrement les articles L.231-2, L.231-2-1 et L.231-2-3 modifiés du code du sport, la FFC, sur avis de sa commission médicale, conformément au décret n°2022-925 du 22 juin 2022 - art.1, a mis en place des règles pour la délivrance de licence de compétitions et/ou sportives (y compris loisir) aux personnes majeures permettant la participation aux compétitions et manifestations de la Fédération.

En effet, ce nouveau schéma a pour but, notamment, d'alléger la procédure de délivrance ou de renouvellement de licence pour les majeurs, et de créer un module santé à renseigner à la souscription de la licence. Ce parcours dispensera le souscripteur de présentation d'un certificat médical, sauf lorsque ce dernier aura répondu par l'affirmative au point 1 du Module santé – Les symptômes – Questionnaire de Santé.

De ce fait, pour les majeurs, un module santé est désormais à renseigner, en lieu et place du certificat d'absence de contre-indication médicale.

Ces nouvelles dispositions viennent en complément des mesures déjà mises en place antérieurement relatives au questionnaire de santé pour les personnes mineures, à la suite de la loi n°2020-1525 du 7 décembre 2020 dite « d'accélération et simplification de la vie publique » et son décret d'application n°2021-564 du 7 mai 2021.

La présente note vient expliciter les divers régimes en vigueur relatifs aux modalités d'obtention ou de renouvellement d'une licence ouvrant droit à la pratique, selon la situation du licencié, étant précisé que l'âge du demandeur s'apprécie au jour de la demande de licence.

I Pour les primo-licenciés

On entend par primo-licencié, pour rappel, le cas de la personne qui prend une première licence, ou celui de la personne qui vient prendre une licence après deux années complètes sans licence fédérale. Il peut s'agir d'une première licence 2023 ou alors une première licence 2024 prise à compter du 1^{er} septembre 2023.

a) S'agissant des mineurs

La personne mineure ainsi qu'une personne titulaire de l'autorité parentale doivent attester avoir répondu par la négative à chacune des rubriques du questionnaire de santé spécifique aux mineurs.

Dans le cas contraire, et en cas d'une ou plusieurs réponses positives, devra être produit un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du cyclisme – ou du cyclisme en compétition (selon le type de licence) - datant de moins de six mois (cf. tableau suivant).

Le Questionnaire de Santé Mineur est à renseigner et à conserver par les parents ou le représentant légal de l'adhérent. Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité de ces derniers et n'ont pas à être transmis au club ou à la fédération.

L'Attestation d'utilisation du questionnaire de santé figurant sur la demande de licence FFC est obligatoirement à renseigner et à signer par les parents ou le représentant légal.

b) S'agissant des personnes majeures

Lors de la demande d'adhésion pour une première licence, la personne majeure devra attester sur l'honneur :

- qu'elle a renseigné le module de santé fédéral (annexe...) et pris les dispositions nécessaires au regard des recommandations édictées
- qu'elle a pris connaissance des recommandations pour la prévention des accidents cardiovasculaires
- qu'elle a pris connaissance de la mise à disposition par la FFC sur son site internet de recommandations de bonnes pratiques.

De plus, la personne déclarant lors du renseignement du questionnaire santé, avoir ressenti lors des 12 derniers mois des symptômes potentiellement évocateurs de pathologie cardiaque à risque de mort subite, devra fournir un certificat d'absence de contre-indication à la pratique du cyclisme ou à la pratique du cyclisme en compétition selon le type de licence sollicité. Ce certificat sera délivré à l'issue d'un examen médical assorti obligatoirement d'un électrocardiogramme - la réalisation de ce dernier devant être notifié dans la rédaction du certificat (Modèle fédéral en annexe).

II Le renouvellement de la licence

On entend par renouvellement de licence le cas d'une personne titulaire d'une licence 2023 qui prendrait une licence 2024.

a) S'agissant des mineurs

Lors du renouvellement de leur licence, la personne mineure ainsi qu'une personne titulaire de l'autorité parentale doivent attester avoir répondu par la négative à chacune des rubriques du questionnaire de santé.

Dans le cas contraire, et en cas d'une ou plusieurs réponses positives, devra être produit un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique du cyclisme – ou du cyclisme en compétition (selon le type de licence) - datant de moins de six mois (cf. tableau suivant).

b) S'agissant des personnes majeures

Pour le renouvellement de la licence, la personne majeure devra attester sur l'honneur :

- qu'elle a renseigné le module de santé fédéral (annexe...) et pris les dispositions nécessaires au regard des recommandations édictées
- qu'elle a pris connaissance des recommandations pour la prévention des accidents cardiovasculaires
- qu'elle a pris connaissance de la mise à disposition par la FFC sur son site internet de recommandations de bonnes pratiques.

De plus, la personne déclarant lors du renseignement du questionnaire santé, avoir ressenti lors des 12 derniers mois des symptômes potentiellement évocateurs de pathologie cardiaque à risque de mort subite, devra fournir un certificat d'absence de contre-indication à la pratique du cyclisme ou à la pratique du cyclisme en compétition selon le type de licence sollicité. Ce certificat sera délivré à l'issue d'un examen médical assorti obligatoirement d'un électrocardiogramme - la réalisation de ce dernier devant être notifié dans la rédaction du certificat (Modèle fédéral en annexe).

Important : Le Module Santé est à renseigner et à conserver par la personne concernée ou par le représentant légal du majeur protégé. Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité de cette dernière et n'ont pas à être transmises au club ou à la Fédération. Toutefois, les licenciés doivent être en mesure de présenter le Module santé renseigné à première demande de son Comité régional et/ou club.

L'Attestation relative au Module Santé figurant sur la demande de licence FFC est obligatoirement à renseigner et à signer par la personne majeure concernée ou son représentant légal en cas de majeur protégé.

Pour plus d'informations sur les catégories de licences et le besoin associé d'un certificat médical, consultez la page de notre site internet :

<https://www.ffc.fr/tableau-des-licences/>



La pratique du cyclisme est bonne pour la santé. Cependant il y a lieu pour chacun d'adapter sa pratique en fonction de ses pathologies, aptitudes et limitations potentielles. L'accompagnement médical est alors incontournable pour pratiquer sans risque – accompagnement réalisé par votre médecin traitant, un médecin spécialiste ou un médecin du sport.

Ce module santé a des objectifs d'éducation et de prévention :

- > Un certificat médical n'est demandé qu'en cas de symptômes potentiellement évocateurs de pathologies cardiaques à risque de mort subite
- > En cochant les différentes cases de ce module, vous vous engagez à avoir bien lu, bien compris et pris les dispositions nécessaires au regard des recommandations données.

1. LES SYMPTÔMES | QUESTIONNAIRE DE SANTÉ

VOUS DEVEZ PRÉSENTER UN CERTIFICAT MÉDICAL D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATION À LA PRATIQUE DU CYCLISME, OU À LA PRATIQUE DU CYCLISME EN COMPÉTITION SELON LE TYPE DE LICENCE SOLLICITÉ, SI, LORS DES DOUZE DERNIERS MOIS, VOUS AVEZ RESENTI UN DES SYMPTÔMES SUIVANTS :



- > Douleur dans la poitrine à l'effort
- > Palpitations cardiaques (Perception inhabituelle de battements cardiaques irréguliers ou très rapide)
- > Malaise durant un effort
- > Perte de connaissance brutale
- > Essoufflement intense anormal et inhabituel à l'effort

Oui, j'ai pu ressentir un ou plusieurs de ces symptômes

- ▶ Je dois alors consulter et fournir un certificat d'absence de contre-indication à la pratique du cyclisme (ou à la pratique du cyclisme en compétition le cas échéant) précisant obligatoirement la réalisation d'un électrocardiogramme (ECG) – selon le modèle FFC

Non, je n'ai ressenti aucun de ces symptômes. En cochant cette case, j'atteste sur l'honneur :

- ▶ Comprendre que ces symptômes sont associés à un risque cardiologique élevé lors de la pratique du cyclisme
- ▶ M'engager à stopper l'activité sportive intensive et à consulter d'urgence en cas d'apparition de ces symptômes.

2. ANTÉCÉDENTS ET PROBLÉMATIQUES MÉDICALES : RECOMMANDATIONS FÉDÉRALES

2.1 | LES FACTEURS DE RISQUE ET PATHOLOGIES

IL EST NÉCESSAIRE DE CONSULTER UN MÉDECIN SUR UNE CONTRE-INDICATION ÉVENTUELLE, SUR UN BILAN PRÉALABLE À LA PRATIQUE DU CYCLISME INTENSIVE OU EN COMPÉTITION, OU SUR UNE ADAPTATION À LA PRATIQUE SI VOUS ÊTES DANS UNE DES SITUATIONS SUIVANTES :



- > Un membre de votre famille (parents, frère, sœur, enfants) est décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée
- > Un membre de votre famille (parents, frère, sœur) a présenté une maladie cardiaque avant 35 ans
- > Vous n'avez jamais réalisé d'électrocardiogramme (ECG)
Pour la pratique du sport en compétition, la société française de cardiologie recommande un ECG tous 3 ans jusqu'à 20 ans et tous les 5 ans de 20 à 35 ans
- > Vous avez repris une activité physique intensive sans réaliser un bilan médical pour évaluer votre risque cardiovasculaire après 35 ans (si vous êtes un homme) ou 45 ans (si vous êtes une femme).
- > Vous poursuivez la pratique du cyclisme intensive ou en compétition après 60 ans.
- > Vous avez plus de 50 ans et vous êtes fumeur
- > Vous avez une pathologie chronique :
 - ▶ L'existence de pathologies chroniques doit faire poser la question de l'adaptation de la pratique sportive
 - ▶ Notamment les pathologies cardiovasculaires et les pathologies identifiées comme facteurs de risque cardiovasculaire (diabète, hypertension artérielle, cholestérol)
 - ▶ Mais toute pathologie peut présenter un risque soit par sa nature, soit par les effets secondaires de ses traitements
- > Vous êtes suivi pour une pathologie ou un traumatisme de la colonne vertébrale
- > Vous avez arrêté cette dernière année votre activité cycliste pendant plus d'un mois pour raison de santé.

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

- ▶ Comprendre que certains antécédents familiaux, facteurs de risques cardiovasculaires et maladies peuvent entraîner un risque lors de la pratique du sport et nécessitent une consultation 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, l'adaptation de ma pratique du cyclisme et ses risques.

2.2 / LES PROBLÉMATIQUES MÉDICALES LIÉES AU SPORT



UN SUIVI MÉDICAL EST NÉCESSAIRE, SI VOUS ÊTES DANS UNE DES SITUATIONS SUIVANTES :

Au cours des 12 derniers mois :

- > 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 eu de règles pendant plus de trois mois
- > Vous avez eu un traumatisme crânien ou une commotion cérébrale
- > Vous éprouvez régulièrement une gêne respiratoire à l'effort
- > Vous avez expérimenté une baisse inexplicée de performance

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

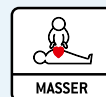
- ▶ Comprendre que certaines situations ou symptômes en lien avec ma pratique sportive peuvent entraîner un risque pour ma santé et doivent être suivis par un médecin.

2.3 / INFORMATIONS

LA FFC MET À DISPOSITION DE SES LICENCIÉS SES RECOMMANDATIONS DE BONNES PRATIQUES :

- > Les 10 règles d'or du club des cardiologues du sport et leur justificatif scientifique
- > Problèmes musculo-squelettiques : prévention et bases de prise en charge
- > Commotion cérébrale
- > Nutrition et bon usage des compléments alimentaires
- > Prévention du dopage
- > Pratique en conditions particulières (températures extrêmes, pollution)
- > Prise en charge de l'urgence vitale – parce que l'accident cardiaque est imprévisible, chacun peut y être confronté et doit savoir réagir. C'est un devoir citoyen de se former aux gestes qui sauvent.

IL EST INCONSCIENT, IL NE RESPIRE PLUS : C'EST UN **ARRÊT CARDIAQUE**



RECOMMANDATIONS POUR LA PRÉVENTION DES ACCIDENTS CARDIOVASCULAIRES

- > Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal survenant à l'effort *
- > Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort *
- > Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort *
- > Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 min lors de mes activités sportives
- > Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 min d'exercice à l'entraînement comme en compétition
- > Je ne fume pas, en tout cas jamais dans les 2 heures qui précèdent ou suivent ma pratique sportive
- > Je ne consomme jamais de substance dopante et j'évite l'automédication en général
- > Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal (fièvre + courbatures)

*Quels que soient mon âge, mes niveaux d'entraînement et de performance, ou les résultats d'un précédent bilan cardiologique.

3. ATTESTATION SUR L'HONNEUR

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

- ▶ Avoir lu et pris connaissance de toutes les informations des différentes parties de ce module 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 et/ou une manifestation sans risque pour ma santé
- ▶ Avoir pris connaissance des recommandations pour la prévention des accidents cardiovasculaires
- ▶ Savoir que la FFC met à ma disposition des recommandations de bonnes pratiques

Date :

Signature