

je suis blessé.e

pas vraiment au top !



POUR MA SANTÉ AVOIR LE BON RÉFLEXE

- ▶ **J'INFORME MON ENTRAÎNEUR.SE**
Il est important qu'il.elle connaisse mon état de forme.
- ▶ **JE NE PRENDS AUCUN MÉDICAMENT NI AUCUN PRODUIT, SANS AVIS MÉDICAL**
Je ne suis pas médecin. Je ne suis donc pas capable de poser un diagnostic ou de savoir ce qui est approprié dans mon état.
- ▶ **JE CONSULTE MON MÉDECIN RÉFÉRENT**
Je prends rendez-vous rapidement ou lui demande conseil par téléphone. Si je consulte un médecin qui ne me connaît pas, je lui indique que je suis un.e sportif.ve et peux être soumis.e à un contrôle anti-dopage.



VÉRIFIER, C'EST ME PRÉSERVER

Conformité médicaments et sport :
<https://medicaments.afld.fr>