

1. Vous connecter

Rendez-vous sur www.adams.wada-ama.org



The screenshot shows a login form with two input fields: 'Utilisateur' and 'Mot de passe'. Below the fields is a yellow 'connecter' button. At the bottom of the form is a blue link for 'Mot de passe oublié'.

- Entrez vos identifiants*, reçus dans votre courrier de notification *votre qualification comme sportif d'élite*
- Lors de votre première connexion, ADAMS vous demandera de :
 - modifier votre mot de passe
 - signer un formulaire de consentement en entrant votre date de naissance

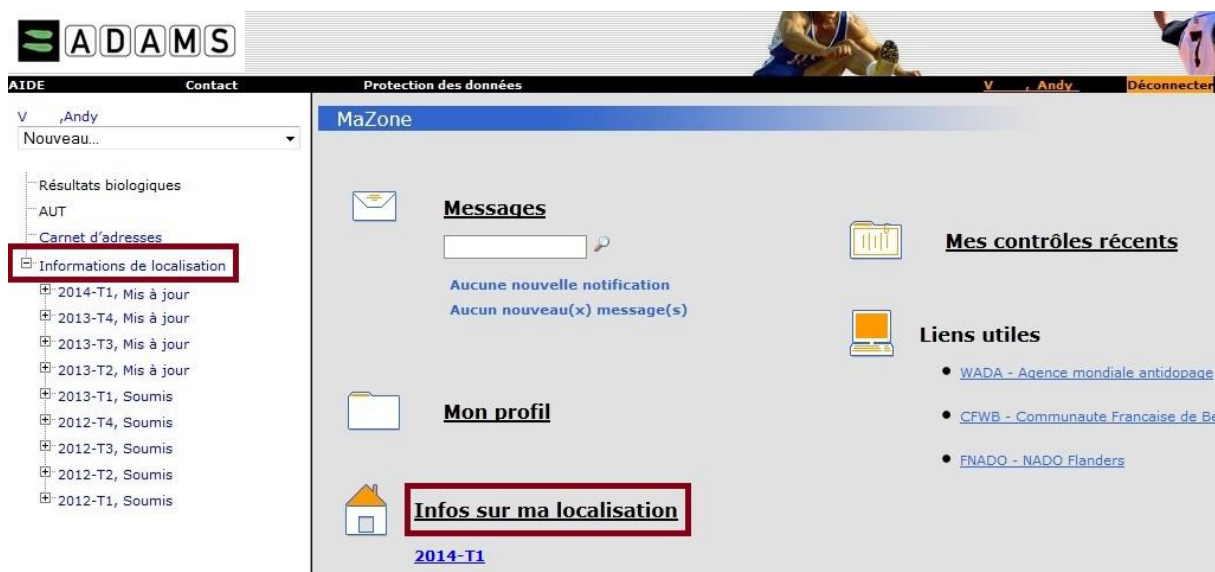
**Si vous avez perdu votre mot de passe ou identifiant :*

Contactez l'équipe ADAMS de l'ONAD de la Communauté française, qui créera et vous communiquera directement un nouveau mot de passe.

Attention !

Après trois tentatives de connexion erronées, votre compte sera bloqué pendant 60 minutes. Si vous ne souhaitez pas attendre ce délai pour vous connecter, contactez l'équipe ADAMS de l'ONAD de la Communauté française qui le débloquera et vous communiquera, au besoin, un nouveau mot de passe.

2. Accéder à votre calendrier



The screenshot shows the ADAMS web application interface. On the left, a navigation menu lists various options, with 'Infos sur ma localisation' highlighted by a red rectangular box. The main content area is titled 'MaZone' and contains several sections: 'Messages' with a search bar and a notification that there are no new messages; 'Mes contrôles récents'; 'Mon profil'; and 'Infos sur ma localisation', which is also highlighted by a red rectangular box and has a sub-link for '2014-T1'. Below the main content, there are links for 'WADA - Agence mondiale antidopage', 'CFWB - Communauté Française de Be', and 'FNADO - NADO Flanders'.

Le calendrier s'ouvrira dans une nouvelle fenêtre.

Assurez-vous d'avoir autorisé l'affichage des *pop-up* pour ce site afin que la nouvelle fenêtre puisse s'ouvrir.

3. Compléter votre calendrier

 Pour rappel, en tant que sportif de catégorie A, vous devez indiquer les données suivantes :

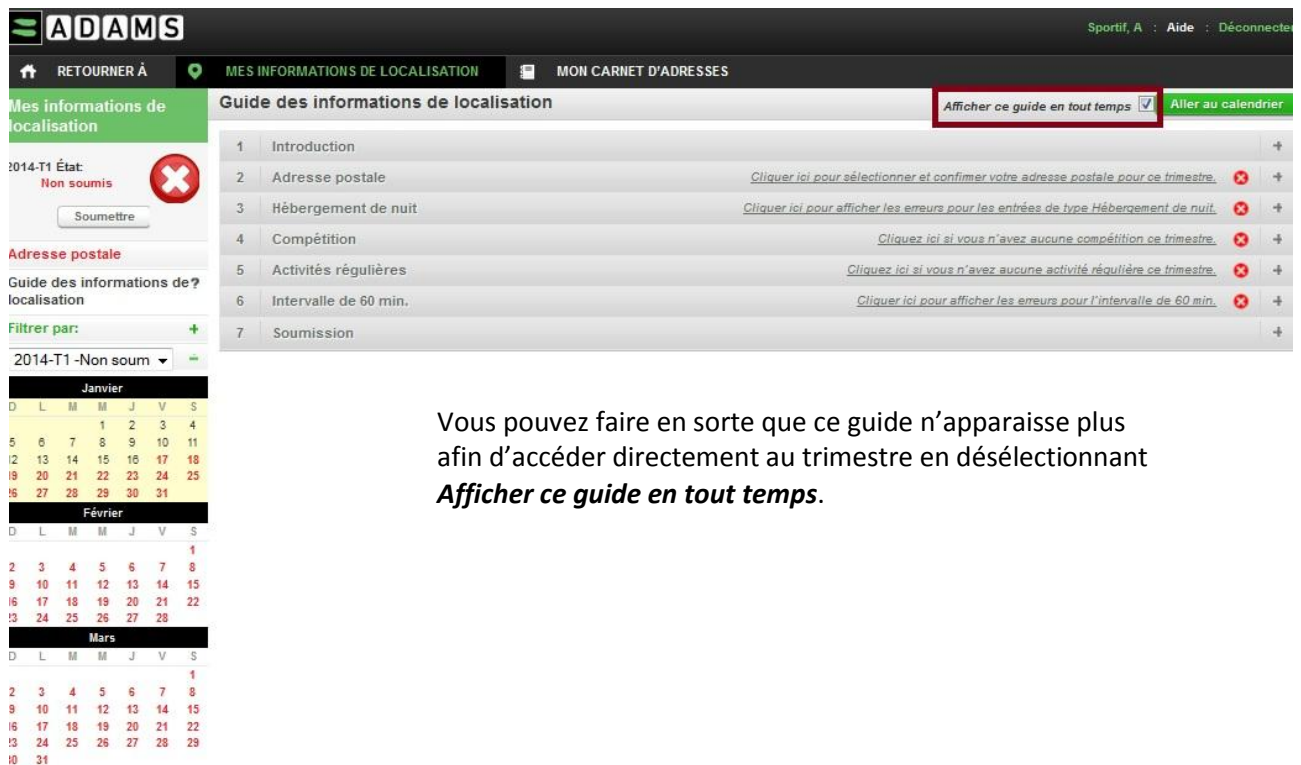
- Tous vos entraînements
- Toutes vos compétitions
- Un lieu d'hébergement tous les jours
- Un TimeSlot (intervalle de 60 minutes) tous les jours

Un entraînement (ou une compétition) est indiqué dans votre calendrier mais vous n'y participerez pas ? Supprimez-le au plus vite de votre calendrier.

Attention, si vous êtes absent à une activité, ou un hébergement, indiqués dans ADAMS quand le médecin contrôleur vient pour vous contrôler, vous risquez un **manquement**.

SOUMETTRE SES WHEREABOUTS - SPORTIFS D'ÉLITE DE CATÉGORIE A

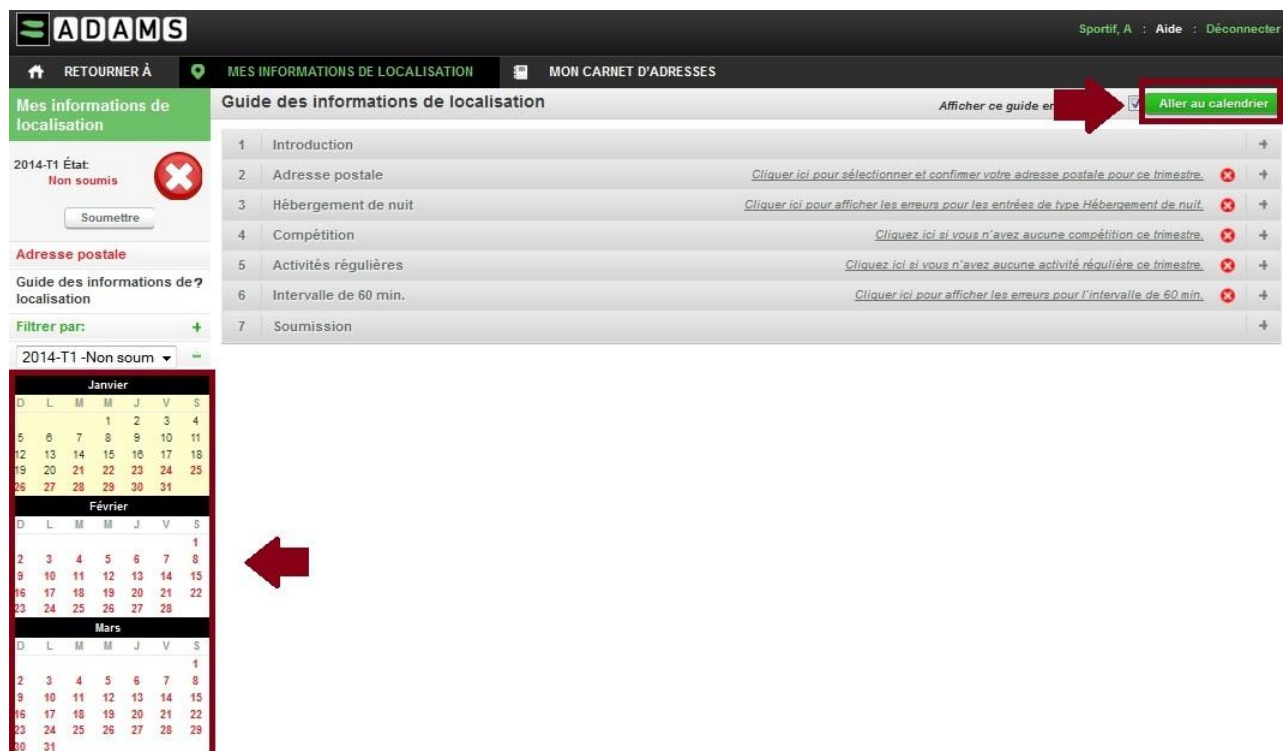
La page d'accueil de votre calendrier est un guide général d'utilisation.



The screenshot shows the ADAMS web application interface. At the top, there are navigation links: 'RETOURNER À', 'MES INFORMATIONS DE LOCALISATION', and 'MON CARNET D'ADRESSES'. The main content area is titled 'Guide des informations de localisation'. On the left, there is a sidebar with 'Mes informations de localisation' and a calendar for 2014-T1. The calendar shows the months of January, February, and March. The main content area contains a list of 7 items related to the localization guide, each with a description and a link to view more information. A red box highlights the 'Afficher ce guide en tout temps' checkbox, which is currently checked. A green box highlights the 'Aller au calendrier' button.

Vous pouvez faire en sorte que ce guide n'apparaisse plus afin d'accéder directement au trimestre en désélectionnant **Afficher ce guide en tout temps**.

■ Pour commencer à compléter vos données de localisation, sélectionnez **Aller au calendrier** ou cliquez sur un jour dans le menu de gauche.



This screenshot is similar to the previous one, but with red arrows highlighting the 'Aller au calendrier' button in the top right corner and the calendar in the bottom left corner. The 'Afficher ce guide en tout temps' checkbox is now unchecked, and the 'Aller au calendrier' button is highlighted with a green box.

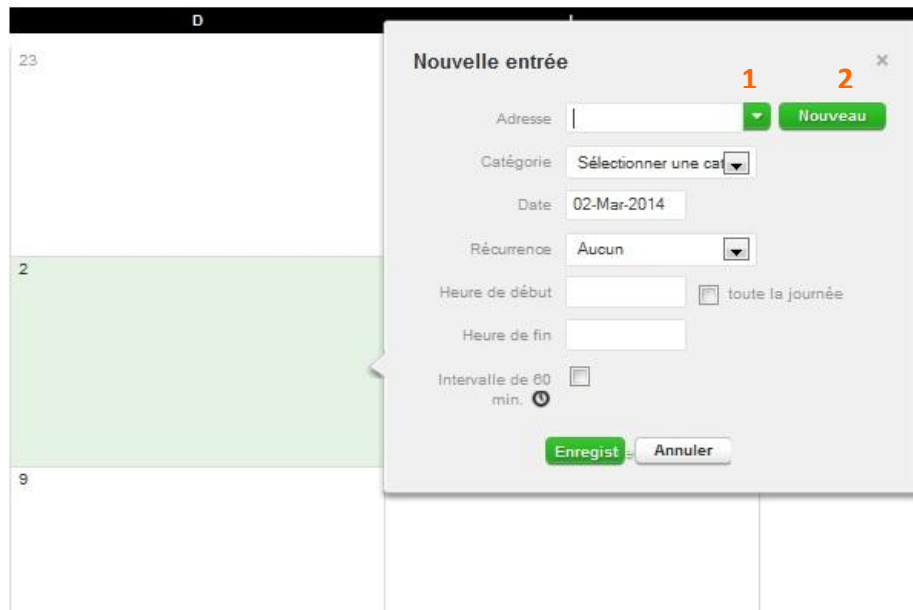
SOUMETTRE SES WHEREABOUTS - SPORTIFS D'ÉLITE DE CATÉGORIE A

Vous pouvez maintenant commencer à compléter le trimestre avec vos informations de localisation.

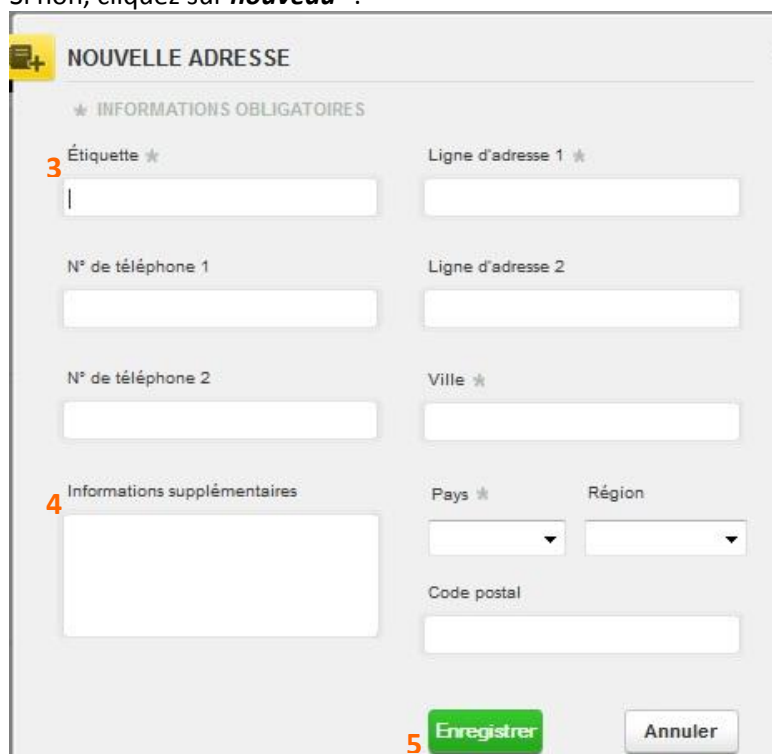
Il est impossible d'ajouter ou de modifier des informations pour une date passée.
 Les journées précédentes apparaitront dans un gris plus foncé.

Pour commencer, cliquez sur un jour à compléter.
 Un cadre **Nouvelle entrée** apparaîtra.

Mars 2014



Si l'adresse existe déjà dans votre profil, cliquez sur la flèche¹ à droite de **adresse** et sélectionnez-la.
 Si non, cliquez sur **nouveau**² :



Remplissez les champs obligatoires *

L'**étiquette**³ est le nom qui apparaîtra dans le calendrier
 (ex : maison, domicile ami,...)

Remplissez **informations supplémentaires**⁴ si vous avez des informations à nous communiquer
 (ex : sonnette en panne-frappez fort, porte de gauche,...)

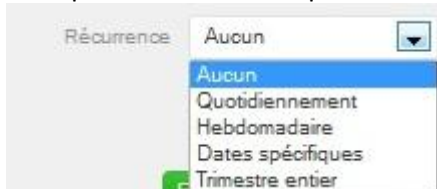
Enregistrez⁵

SOUMETTRE SES WHEREABOUTS - SPORTIFS D'ÉLITE DE CATÉGORIE A

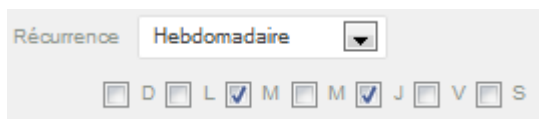
Continuez à remplir la nouvelle entrée.

Catégorie : **Hébergement de nuit** – pour indiquer votre logement
Endroit d'entraînement – pour indiquer vos entraînements, séances de kiné, etc.
Compétition – pour indiquer vos compétitions
Autre – pour indiquer l'**intervalle de 60min** (TimeSlot) et toute autre info

Réurrence : vous permet de choisir plusieurs dates auxquelles ces données apparaîtront



Quotidiennement – pour indiquer l'info tous les jours entre deux dates choisies
Hebdomadaire – pour indiquer l'info sur des jours précis entre deux dates choisies (tous les mardis et jeudis par exemple)



Dates spécifiques – pour indiquer l'info sur plusieurs jours précis

Sélectionnez *dates spécifiques* et cliquez sur le petit calendrier qui s'affichera
 Cliquez sur les jours choisis (ils apparaîtront en gris plus foncé)



Trimestre entier – pour indiquer l'info sur tous les jours du trimestre

Intervalle de 60 min : Sélectionnez pour indiquer une heure à laquelle vous serez disponible à cet endroit pour un contrôle (TimeSlot).

Vous êtes également susceptible d'être contrôlé à tout autre endroit et à n'importe quel autre moment indiqué dans votre calendrier.

Le TimeSlot est une obligation pour les sportifs de catégorie A.

Une fois la nouvelle entrée complète, enregistrez. Vous verrez les informations apparaître dans le calendrier sous ce code de couleurs :

Hébergement de nuit, **Endroit d'entraînement**, **Compétition**, **Autre**

QUAND LES TROIS MOIS SONT ENTIÈREMENT REMPLIS, VOUS DEVEZ « SOUMETTRE » VOTRE CALENDRIER en cliquant sur l'icône dans le coin supérieur gauche du calendrier



Si vous ne le faites pas, nous ne verrons RIEN et penserons que vous n'avez pas complété d'information de localisation pour le trimestre.

4. Modifier votre calendrier

Il est toujours possible de modifier ou de supprimer une information, **avant** que l'activité ne commence.

Pour cela, cliquez sur l'information à modifier, et choisissez **modifier** ou **supprimer** en fonction de votre intention.

Si l'information est indiquée pour plusieurs jours, une case apparaîtra vous demandant si vous souhaitez :

Mettre à jour cette occurrence / Supprimer l'entrée

Vous ne souhaitez modifier / supprimer l'information que pour ce jour là

Mettre à jour la série complète / Supprimer la série

Vous souhaitez modifier / supprimer l'information pour tous les jours où elle apparaissait

Apportez les modifications souhaitées et enregistrez.

+ Effacer les dates...



Cliquez sur l'icône en haut à droite du calendrier et entrez les informations sur les données à effacer en fonction de votre intention.

+ Application

Il existe une application gratuite pour smartphone (IOS et Android) vous permettant d'effectuer ces changements : **ADAMS APP**

+ SMS

Si vous n'avez pas accès à Internet mais que vous devez effectuer une **modification d'urgence***, il est possible d'envoyer un sms à la plateforme ADAMS.

Ce sms s'affichera dans votre calendrier, sur le jour auquel vous l'avez envoyé, et sous la forme d'un trombone.

En cliquant dessus, nous verrons la date et l'heure d'envoi ainsi que tout le contenu de votre sms.

Soyez le plus précis possible.

(*vous êtes coincés dans les embouteillages et ne pourrez pas vous rendre sur votre lieu d'entraînement, vous commencez votre entraînement extérieur mais il commence à neiger et vous rentrez, vous vous blessez et quittez l'entraînement pour vous faire soigner, etc.)

Procédure

Allez sur votre **profil** (via la page d'accueil)

Cliquez sur **modifier**

Dans **coordonnées et détails sms**, indiquer un numéro de téléphone **mobile** en ajoutant le préfixe international devant (**32** pour les numéros belges) sous ce format : 32477654321

Enregistrez

Cochez **utiliser le SMS**, cliquez sur **Activer**, vous recevrez un sms avec un code d'activation et des instructions, suivez-les.

En cas d'urgence, envoyez un sms au numéro indiqué expliquant l'annulation ou la modification de l'activité, avec un maximum d'informations.

Attention, ce service n'est pas gratuit (coût d'un sms+frais possibles).