



Questionnaire de santé

Ce questionnaire de santé vous permet d'évaluer la nécessité d'une consultation médicale pour poursuivre votre activité sportive. Seuls les primo-adhérents devront fournir un certificat de non contre-indication à la pratique de la randonnée.

Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.

Répondez par oui ou non aux questions.

Durant les 12 derniers mois

1. Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicée ?
2. Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?
3. Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?
4. Avez-vous eu une perte de connaissance ?
5. Etes-vous enceinte ?
6. Fumez-vous régulièrement (tabac, cannabis, autres drogues)
7. Consommez-vous régulièrement de l'alcool ?
8. Souffrez-vous d'une maladie chronique ?
9. Avez-vous démarré un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?

A ce jour

10. Ressentez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur suite à un problème osseux articulaire ou musculaire (fracture, entorse, luxation, déchirure, tendinite, etc.) ?
11. Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?

En cas de réponse positive à une ou plusieurs questions, la commission médicale fédérale conseille vivement de consulter un médecin sur la poursuite des pratiques concernées, mais le certificat médical n'est plus exigé.

Ce questionnaire est la propriété du licencié et ne doit pas être montré au club ou à ses animateurs.