



Auto-questionnaire de santé

Randonnée

Marche Nordique

Gymnastique

Yoga

Cet auto-questionnaire est PERSONNEL et CONFIDENTIEL, les réponses n'ont pas à être communiquées aux représentants de l'association.

Vous devez fournir un certificat médical dans les 2 cas suivants :

- Si vous répondez OUI à une ou plusieurs des 9 questions qui suivent.
- Pour la Randonnée et la Marche Nordique : en cas de première inscription ou si vous n'avez pas renouvelé votre licence FFRP pendant plus de 2 ans.

Sinon vous devrez cocher sur le formulaire d'adhésion, l'option suivante : « J'atteste, par ma signature, avoir répondu NON à toutes les questions de l'auto-questionnaire de santé ». En la faisant suivre de votre signature.

QUESTIONS : durant les 12 derniers mois...

- 1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicquée ?
- 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) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?
- 6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?

A ce jour...

- 7) 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...) survenu durant les 12 derniers mois ?
- 8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?
- 9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique