



Libre Aventure

Auto-Questionnaire de santé « QS - Sport »

Cet auto-questionnaire de santé permet au **pratiquant majeur** de savoir s'il doit fournir un certificat médical pour renouveler sa licence sportive.

Consigne : Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON.

(Vous n'avez pas à fournir les résultats de ce questionnaire à votre association sportive ; les réponses formulées relèvent de votre seule responsabilité)

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 sportive ?

Résultats :

Si vous avez répondu NON à toutes les questions, vous n'avez pas de certificat médical à fournir. Vous remplissez l'attestation jointe, conformément aux modalités prévues par la FFR.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions, il est nécessaire de présenter un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique des activités choisies.



Libre Aventure

Attestation pour les pratiquants majeurs

*Ce document doit être fourni à LIBRE AVENTURE par le **pratiquant majeur** demandant le renouvellement de sa licence.*

Je soussigné (e), M. ou Mme (NOM et Prénom) _____

atteste avoir renseigné le questionnaire de santé et avoir :

- Répondu NON à toutes les questions : je fournis cette attestation à LIBRE AVENTURE
- Répondu OUI à une ou plusieurs questions. J'ai consulté un médecin et je remets l'attestation et un nouveau certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive.

(cochez la réponse adaptée)

Date

Signature