



# QUESTIONNAIRE DE SANTÉ ou CERTIFICAT MÉDICAL ?



## Licencié MINEUR LE CERTIFICAT MÉDICAL N'EST PLUS NÉCESSAIRE

Le mineur et les personnes exerçant l'autorité parentale répondent conjointement aux questions ci-dessous :

### QUESTIONNAIRE DE SANTÉ

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ? T'a-t-il examiné(e) pour te conseiller ? Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON\*, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

#### DEPUIS L'ANNÉE DERNIÈRE

| Répondre aux questions suivantes par OUI ou NON* |   | OUI                      | NON                      | Répondre aux questions suivantes par OUI ou NON* |  | OUI                      | NON                      |
|--|---|--------------------------|--------------------------|--|--|--------------------------|--------------------------|
| 1  | Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?                                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 14   | As-tu du mal à t'endormir ou te réveiller-tu souvent dans la nuit ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2  | As-tu été opéré(e) ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 15   | Sens-tu que tu as moins faim ? Que tu manges moins ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3  | As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 16   | Te sens-tu triste ou inquiet ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4  | As-tu beaucoup maigri ou grossi ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 17   | Pleures-tu plus souvent ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5  | As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 18   | Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6  | As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé(e) sans te souvenir de ce qui s'était passé ?                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <b>AUJOURD'HUI</b>                               |  |                          |                          |
| 7  | As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé(e) à interrompre un moment une séance de sport ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 19   | Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8  | As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 20   | Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9  | As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 21   | Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10   | As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?                             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <b>QUESTIONS À FAIRE REMPLIR PAR TES PARENTS</b> |  |                          |                          |
| 11   | As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 22   | Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12   | As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?                              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 23   | Êtes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

| DEPUIS UN CERTAIN TEMPS (PLUS DE 2 SEMAINES) |                              | OUI                      | NON                      |
|--|------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 13   | Te sens-tu très fatigué(e) ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

\*NB : Informations médicales confidentielles à ne pas communiquer.

• Si vous avez répondu NON à toutes les questions : PAS DE CERTIFICAT MÉDICAL À FOURNIR. La ou les personne(s) exerçant l'autorité parentale attesté(nt) avoir répondu NON à toutes les questions en cochant la case correspondante lors de la souscription de la licence.

• Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions : CERTIFICAT MÉDICAL DE MOINS DE 6 MOIS À FOURNIR. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

## CAS PARTICULIERS

### LA PRATIQUE DU BIATHLON

Certificat médical, datant de moins d'un an, de « non contre-indication à la PRATIQUE DU BIATHLON » (le cas échéant, « la pratique du BIATHLON EN COMPÉTITION ») à fournir CHAQUE ANNÉE.

La discipline BIATHLON doit OBLIGATOIREMENT FIGURER sur le certificat médical, y compris pour les licenciés qui découvrent ce sport en cours de saison et qui ont déjà fourni une attestation « questionnaire de santé ».

### LA PRATIQUE COMPÉTITIVE OCCASIONNELLE (Ticket Course)

Le certificat médical n'est plus obligatoire. Le mineur et les personnes exerçant l'autorité parentale répondent conjointement au questionnaire de santé ci-dessus et la ou les personnes exerçant l'autorité parentale attestent avoir répondu NON à toutes les questions (attestation à fournir pour chaque inscription aux courses éligibles).



# QUESTIONNAIRE DE SANTÉ ou CERTIFICAT MÉDICAL ?

## Licencié MAJEUR LE CERTIFICAT MÉDICAL N'EST PLUS NÉCESSAIRE

Vous êtes LICENCIÉ COMPÉTITEUR

Vous êtes LICENCIÉ LOISIR ou DIRIGEANT

Répondez aux questions ci-dessous :

### QUESTIONNAIRE DE SANTÉ

Répondre aux questions suivantes par OUI ou par NON\*\*

#### DURANT LES 12 DERNIERS MOIS

|   | OUI                      | NON                      |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

#### À CE JOUR

|   | OUI                      | NON                      |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 7 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Aucun certificat médical à fournir, ni questionnaire de santé à remplir, sauf si vous pratiquez le biathlon.



\*\*NB : les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié. Informations médicales confidentielles à ne pas communiquer.

• Si vous avez répondu NON à toutes les questions : PAS DE CERTIFICAT MÉDICAL À FOURNIR. Attestez avoir répondu NON à toutes les questions lors de la souscription de la licence.

• Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions : CERTIFICAT MÉDICAL DE MOINS DE 6 MOIS À FOURNIR. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

## CAS PARTICULIERS

### LA PRATIQUE DU BIATHLON

Certificat médical, datant de moins d'un an, de « non contre-indication à la PRATIQUE DU BIATHLON » (le cas échéant, « la pratique du BIATHLON EN COMPÉTITION ») à fournir CHAQUE ANNÉE.

La discipline BIATHLON doit OBLIGATOIREMENT FIGURER sur le certificat médical, y compris pour les licenciés qui découvrent ce sport en cours de saison et qui ont déjà fourni une attestation « questionnaire de santé ».

### LA PRATIQUE COMPÉTITIVE OCCASIONNELLE (Ticket Course / Licencié Loisir ou Dirigeant)

Le certificat médical n'est plus obligatoire. Attestez avoir répondu NON à toutes les questions du questionnaire de santé relatif à l'état de santé du sportif majeur (attestation à fournir pour chaque inscription aux courses éligibles).