



ANNEXE 1

Questionnaire de santé préalable au renouvellement d'adhésion à l'activité randonnée.

Répondez aux questions suivantes par **OUI** ou par **NON**

DURANT LES 12 DERNIERS MOIS :		OUI	NON
1	Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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 ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
À CE JOUR :		OUI	NON
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.) survenue durant les 12 derniers mois ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

NB : les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité de l'adhérent.

- Si vous avez répondu NON à toutes les questions et que vous avez déjà fourni un certificat médical il y a moins de 3 ans, il n'y a pas de certificat médical à fournir pour le renouvellement de l'adhésion.
- Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions. Vous devez fournir un certificat médical (Consulter un médecin et montrer lui ce questionnaire renseigné).
- Ne remettez pas ce questionnaire à la MJC, il vous est personnel.

Association MJC Simone Signoret
Courcouronnes
Activité Randonnée



ANNEXE 2

Attestation de réponse au questionnaire de santé lors du renouvellement d'adhésion à l'activité randonnée.

Je soussigné M/Mmeatteste avoir renseigné le questionnaire de santé et avoir :

- Répondu NON* à toutes les questions ; je fournis cette attestation à la MJC lors de mon renouvellement d'adhésion
- Répondu OUI* à une ou plusieurs question(s) ; je fournis un certificat médicale de non contre-indication sportive lors de mon renouvellement d'adhésion.

*Rayer la mention inutile

A..... le/...../.....

Signature