

Questionnaire de santé

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour la pratique de « **Steep stairs training** » proposé par l'asbl le sport c'est la ressource.

Durant les 12 derniers mois*

1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?

.....
.....

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 ?

.....
.....
.....

***NB** : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du participant.

Si vous avez répondu **NON** à toutes les questions :

Pas de certificat médical à fournir.

Simplement attestez avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de participation à Steep stairs training

Si vous avez répondu **OUI** à une ou plusieurs questions :

Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

Asbl le sport c'est la ressource

Julien Ponsard - Président

www.ressource-toi.be

RESSOURCE-TOI !

