



QUESTIONNAIRE DE SANTE

Pour une première inscription à l'une de des activités de mouvement (Chakradance, Gym, Qi Qong ou Yoga), un certificat médical **d'absence de contre-indication** à la pratique de l'activité sportive concernée **datant de moins d'un an est exigé**. Valable trois ans, ce certificat permet le renouvellement d'inscription pour les deux années suivantes sous réserve d'attester avoir répondu **négativement** à toutes les questions du questionnaire de santé ci-dessous. Le certificat médical et l'attestation sont conservés par Activals, le questionnaire de santé est conservé par l'adhérent.

REPONDEZ AUX QUESTIONS SUIVANTES par OUI ou par NON

	OUI	NON
1. Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicée ?	<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 du 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"/>

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 ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Votre pratique sportive est-elle interrompue pour raison de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre une activité sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Si vous avez répondu NON à toutes les questions, vous n'avez pas à fournir de certificat médical. Il faut simplement compléter la fiche d'inscription en cochant « répondu NON à toutes les questions ». Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions, vous devez compléter la fiche d'inscription en cochant « répondu OUI » et fournir un certificat médical. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.