



<http://www.lescompagnonsbaladeurs.fr>



O.M.S – 22 Place Charles de Gaulle – 86000 Poitiers

## QUESTIONNAIRE DE SANTE «QS-Sport»

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

### 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 ?

**Les réponses formulées relèvent de votre responsabilité et ne regardent que vous. Ne pas transmettre à votre association**