

ÉTAPE 1 : questionnaire situations particulières de vie

Certaines situations nécessitent un avis médical préalable, notamment dans le cadre d'une pratique intensive ou compétitive. Ce questionnaire permet d'identifier ces situations :

Dans l'objectif de pratiquer une activité physique ou sportive de façon intensive ou compétitive et concernant les raisons suivantes, aucun bilan médical n'a été effectué :	OUI	NON	NC*
Un membre de votre famille (parents, frère ou soeur, enfants) est décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée			
Un membre de votre famille (parents, frère ou soeur) a présenté une maladie cardiaque avant ses 35 ans			
Vous avez repris une activité physique intensive après 45 ans (femme) et 35 ans (homme)			
Vous poursuivez une activité physique intensive ou en compétition après avoir eu 60 ans			
Vous cumulez au moins deux des facteurs de risque cardiovasculaire : - vous êtes âgé(e) de 50 ans et plus - vous êtes fumeur - vous êtes diabétique - vous avez du cholestérol en excès - vous avez de l'hypertension artérielle			
Vous êtes suivi pour une maladie chronique			
Vous avez noté une baisse récente et inexpliquée de performance			

NB : les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié. *NC : non concerné·e

➤ Réponse OUI à au moins une question : consultation médicale obligatoire pour avis et autorisation de pratique. Une fois cette autorisation obtenue, vous pourrez passer à l'étape 2.

➤ Réponses NON ou NON CONCERNÉ·E : passage à l'étape 2.

ÉTAPE 2 : questionnaire santé sport

Certaines pathologies peuvent représenter un risque lors de la pratique d'une activité physique et sportive. Ce questionnaire permet de détecter d'éventuels symptômes ou situations à risque

Répondez aux questions suivantes	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?		
Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?		
Avez-vous eu une perte de connaissance ?		
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 ?		
A ce jour		
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 ?		
Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?		
Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?		

NB : les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.

➤ Réponse OUI à au moins une question : consultation médicale obligatoire pour avis et autorisation de pratique. Une fois cette autorisation obtenue, vous pourrez passer à l'étape 3.

➤ Réponses NON ou Non concerné : passage à l'étape 3.

Attestation Santé–Sport licencié·es majeur·es

Pour la délivrance ou le renouvellement des licences Activités Physiques et Sportives des majeurs

À l'issue de ces 3 étapes, et si vous avez rempli les conditions requises, vous allez pouvoir remplir l'attestation Santé–Sport et la fournir à votre association pour obtenir votre licence.

Je, soussigné,,
né (e) le : atteste sur l'honneur :

- 1) Avoir répondu NON ou Non Concerné à chacune des rubriques du questionnaire 1 : Situations particulières de la vie.
- 2) Avoir répondu NON à chacune des rubriques du Questionnaire 2 : Santé-APS.
- 3) Avoir lu les 10 règles d'or édictées par le Club des Cardiologues du Sport et les règles générales de prudence à la pratique d'une activité physique de la Haute Autorité de Santé.

À, le.....

Signature du pratiquant