



## AUTO-QUESTIONNAIRE DE SANTE SAISON 2023-2024

Remplaçant le certificat médical pour les mineurs

Faire du sport, c'est recommandé pour tous.

- En as-tu parlé avec un médecin ?
- T'a-t-il examiné(e) pour te conseiller ?

**NOM** \_\_\_\_\_ **Prénom** \_\_\_\_\_

### REPONDRE PAR OUI OU PAR NON

Tu peux demander à tes parents de t'aider.

**OUI NON**

#### DEPUIS L'ANNEE DERNIERE :

As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### DEPUIS UN CERTAIN TEMPS (+ DE 2 SEMAINES) :

Te sens-tu fatigué(e) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent la nuit ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sens-tu que tu as moins faim ou que tu manges moins ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Te sens-tu triste ou inquiet ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pleures-tu souvent ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### AUJOURD'HUI :

Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### QUESTIONS A FAIRE REMPLIR PAR TES PARENTS :

Quelqu'un dans votre famille a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Etes-vous inquiet pour le poids de votre enfant ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Avez-vous manqué l'examen de santé* prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

\* Pour les enfants à partir de 6 ans, il est prévu des examens médicaux obligatoires.

<http://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F35490/2?idFicheParent=F967#2>

Si tu as répondu OUI à une ou plusieurs questions, tu dois consulter un médecin pour qu'il t'examine et voit avec toi quel sport te convient. Au moment de la visite, donne-lui ce questionnaire rempli.

Fait le : \_\_\_\_\_ à \_\_\_\_\_