

ATTESTATION DE SANTE POUR LES MINEURS

Faire du sport : c'est recommandé pour tous. En as-tu parlé avec un médecin ?

Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu réponds par OUI ou par NON, mais il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses.

Tu peux regarder ton carnet de santé et demander à tes parents de t'aider.

NOM : _____		
PRENOM : _____		
Tu es une fille ☐	Tu es un garçon ☐	Ton âge : ans
Depuis l'année dernière		OUI NON
Es-tu allé (e) à l'hôpital pendant toute une journée ou plusieurs jours ?		☐ ☐
As-tu été opéré (e) ?		☐ ☐
As-tu beaucoup plus grandi que les autres années ?		☐ ☐
As-tu beaucoup maigri ou grossi ?		☐ ☐
As-tu eu la tête qui tourne pendant un effort ?		☐ ☐
As-tu perdu connaissance ou es-tu tombé sans te souvenir de ce qui s'était passé ?		☐ ☐
As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé à interrompre un moment une séance de sport ?		☐ ☐
As-tu eu beaucoup de mal à respirer pendant un effort par rapport à d'habitude ?		☐ ☐
As-tu eu beaucoup de mal à respirer après un effort ?		☐ ☐
As-tu eu mal dans la poitrine ou des palpitations (le cœur qui bat très vite) ?		☐ ☐
As-tu commencé à prendre un nouveau médicament tous les jours et pour longtemps ?		☐ ☐
As-tu arrêté le sport à cause d'un problème de santé pendant un mois ou plus ? Ou depuis un certain temps (plus de 2 semaines)		☐ ☐

Depuis l'année dernière (suite)	OUI	NON
Te sens-tu très fatigué (e) ?	☐	☐
As-tu du mal à t'endormir ou te réveilles-tu souvent dans la nuit ?	☐	☐
Sens-tu que tu as moins faim ? que tu manges moins ?	☐	☐
Te sens-tu triste ou inquiet ?	☐	☐
Pleures-tu plus souvent ?	☐	☐
Ressens-tu une douleur ou un manque de force à cause d'une blessure que tu t'es faite cette année ?	☐	☐
Aujourd'hui		
Penses-tu quelquefois à arrêter de faire du sport ou à changer de sport ?	☐	☐
Penses-tu avoir besoin de voir ton médecin pour continuer le sport ?	☐	☐
Souhaites-tu signaler quelque chose de plus concernant ta santé ?	☐	☐
Questions à faire remplir par tes parents		
Quelqu'un dans votre famille proche a-t-il eu une maladie grave du cœur ou du cerveau, ou est-il décédé subitement avant l'âge de 50 ans ?	☐	☐
Etes-vous inquiet pour son poids ? Trouvez-vous qu'il se nourrit trop ou pas assez ?	☐	☐
Avez-vous manqué l'examen de santé prévu à l'âge de votre enfant chez le médecin ? (Cet examen médical est prévu à l'âge de 2 ans, 3 ans, 4 ans, 5 ans, entre 8 et 9 ans, entre 11 et 13 ans et entre 15 et 16 ans.)	☐	☐

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 _____

Nom et signature du représentant légal :

Nom : _____ Signature