

## Questionnaires et certificats pour obtention de licence

(publics 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 ?

Ce questionnaire n'est pas un contrôle. Tu répons 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.

| Tu es une fille ?□   | Un garçon ? 🗖           | Ton âge? | ans |     |     |
|--|-------------------------|----------|-----|-----|-----|
| Répondez aux questions suiva   | ntes par OUI ou par NON |          |     | OUI | NON |
| Depuis l'année dernière  |                         |          |     |     |     |
| 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(e) sans te souvenir de ce qui s'était passé ?  |                         |          |     |     |     |
| As-tu reçu un ou plusieurs chocs violents qui t'ont obligé(e) 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 ?   |                         |          |     |     |     |
| Depuis un certain temps (plus  | de 2 semaines)          |          |     |     | -   |
| 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 ?   |                         |          |     |     |     |
| Êtes-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.