

## Saison 2026/2027 - Certificat médical ou attestation ?

### **Le certificat médical est conseillé mais n'est plus obligatoire pour pratiquer une activité physique ou sportive hors compétition**

Ce questionnaire de santé « QS-SPORT » du Ministère Jeunesse et Sports vous permet de savoir s'il est indiqué de consulter votre médecin pour fournir un certificat médical de non-contre-indication à la pratique d'une activité physique ou sportive.

Le cas échéant, vous pourrez compléter l'attestation sur l'honneur

#### **DURANT LES DOUZE DERNIERS MOIS :**

- 1) Un membre de la famille de l'adhérent est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?
- 2) L'adhérent a-t-il ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?
- 3) L'adhérent a-t-il eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?
- 4) L'adhérent a-t-il eu une perte de connaissance ?
- 5) Si l'adhérent a arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, a-t-il repris sans l'accord d'un médecin ?
- 6) L'adhérent a-t-il débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?

#### **A CE JOUR :**

- 7) L'adhérent ressent-il 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) La pratique sportive de l'adhérent est-elle interrompue pour des raisons de santé ?
- 9) L'adhérent pense-t-il avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre sa pratique sportive ?

**NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité de l'adhérent.**

**Si vous répondez OUI à une ou plusieurs questions :**

Il est conseillé de fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique d'une activité physique ou sportive, datant de moins d'un an.

**Si vous répondez NON à toutes les questions :**

Vous n'avez pas de certificat médical à fournir mais vous devez compléter l'attestation QS-SPORT et la joindre à votre dossier d'inscription.