

## INFORMATION MEDICALE – NordiClub Villersois asbl

Année : 2023

La pratique régulière d'une activité physique ou sportive est bénéfique pour la santé. Elle constitue un moyen naturel de prévenir et/ou freiner l'évolution de maladies fréquentes (maladies cardiovasculaires, cancers, anxiété, dépression, diabète...).

Néanmoins, le sport doit être pratiqué dans de bonnes conditions et en toute sécurité. Dans certains cas, un examen médical préalable à la pratique du sport est conseillé.

Chaque membre fait du sport sous sa propre responsabilité. Il atteste sur l'honneur de l'absence de contre-indication à la pratique du sport. Cette attestation est établie afin de respecter les obligations découlant du décret du 3 avril 2014 relatif à la prévention des risques pour la santé dans le sport et de ses arrêtés d'exécution.

Un examen préventif en médecine sportive « **est fortement conseillé** » pour les membres : (liste non exhaustive)

- Qui débutent leur carrière sportive.
- Qui ont des maladies chroniques telles que le diabète, asthme, des rhumatismes,...
- Qui ont des antécédents familiaux de problèmes cardiaques.
- Qui ont des problèmes de rythmes cardiaques (trop lent, trop rapide).
- Qui ont des douleurs ou des compressions dans la poitrine.
- Qui ont des problèmes de pertes de conscience ou de vertiges
- Qui ont deux facteurs de risques cardio-vasculaire ou plus (tension élevée, cholestérol,
- Glucose trop élevé, fumeur, etc.

Je soussigné(e), Nom : ..... Prénom : .....

Age : .....

déclare avoir lu le texte concernant l'examen préventif de médecine sportive, comprendre et accepter les éventuels risques d'une pratique sportive.

Mentionne ci-dessous les informations médicales importantes à communiquer (opérations chirurgicales, problèmes articulaires, prothèses, ...):

Fait à ..... le .....

Signature du membre