

POUR LES MAJEURS

Nom / Prénom :

Questionnaire de santé « QS – SPORT »

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3) Avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4) Avez-vous eu une perte de connaissance ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5) Si vous avez arrêté le sport pendant 30 jours ou plus pour des raisons de santé, avez-vous repris sans l'accord d'un médecin ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6) Avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A ce jour		
7) Ressentez-vous 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 ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8) Votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9) Pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.</i>		

Si vous avez répondu NON à toutes les questions :

Pas de certificat médical à fournir. Simplement attestez, selon les modalités prévues par la fédération, avoir répondu NON à toutes les questions lors de la demande de renouvellement de la licence.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions :

Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

Créneaux libres : Règlement intérieur destiné aux ADULTES utilisateurs des murs d'escalade

Art. 1 : Seules, les personnes licenciées du CAF Châlons-en-Champagne (donc à jour de leur cotisation) peuvent accéder aux créneaux proposés par le club. Des exceptions pourront être accordées pour les licenciés FFCAM ou FFME issus d'autres clubs dans le cadre d'échanges ponctuels interclubs.

Art.2 : L'accès aux mineurs Cafistes non accompagnés d'une personne majeure responsable n'est pas autorisé. Conformément à l'article 1, les mineurs non licenciés FFCAM ou FFME sont interdits d'accès aux créneaux libres.

Art.3 : Les grimpeurs voulant évoluer en autonomie, notamment durant les créneaux libres, doivent obligatoirement être évalués par un des cadres diplômés du club et doivent avoir validé leur passeport d'autonomie ou le niveau 3 du livret d'escalade.

Un licencié non validé ou une personne ayant pris une carte découverte (donc non répertorié dans le fichier partagé mis en place par Maureen) ne peut accéder aux créneaux libres que sous la responsabilité et l'accompagnement d'un adhérent validé.

Chacun des adultes présents à un créneau libre est co-responsable du bon fonctionnement de ces derniers, en veillant à ce que tous respectent les consignes de sécurité et le présent règlement intérieur, c'est ainsi la seule manière d'éviter une réglementation plus contraignante.

Art.4 : L'escalade en solo auto-assuré est formellement interdite.

Art.5 : L'escalade au-delà de 3 mètres de hauteur sans être assuré est interdite (sauf bloc).

Art.6 : Seuls, les appareils d'assurage de type tube ou plaquette sont autorisés pour l'assurage en tête comme en moulinette. Le huit est interdit pour l'assurage.

Art.7 : Le seul nœud d'encordement autorisé pour grimper en salle est le nœud de huit avec nœud d'arrêt double. Les grimpeurs réaliseront systématiquement un nœud en boue de corde (queue de huit).

Art.8 : La double vérification (Partner check) assureur/assuré doit être systématique.

Art.9 : Les grimpeurs équipés de chaussons d'escalade doivent éviter de marcher en dehors des tapis de réception lors de leurs déplacements pour éviter des traces de gomme laissées par les semelles, traces qui ne sont pas effaçables sur les parquets.

Art.10 : Après une ascension en tête, les grimpeurs veilleront à remettre systématiquement la corde en moulinette sur les 2 mousquetons du relais et à libérer la corde des dégaines.

Art.11 : A la fin de chaque séance, toutes les cordes doivent être lovées correctement au sol de façon à ce qu'elles ne traînent pas au sol.

Tout manquement à ce règlement ou tout comportement jugé inapproprié ou dangereux par le responsable du créneau entraînera une interdiction au contrevenant d'accéder à ce mur.

AUTORISATION DE DIFFUSION D'IMAGES

Nous serons amenés au cours de l'année à vous prendre en photo ou en vidéo dans le cadre des activités proposées par le Club. Nous souhaitons donc avoir votre accord (case à cocher ci-dessous) afin de pouvoir utiliser ces modes et supports de diffusion, notamment pour nos publications, site internet, réseaux sociaux, flyers, etc ...

Les éventuels commentaires ou légendes accompagnant la reproduction ou la représentation de ces modes et supports de diffusion ne porteront bien sûr pas atteinte à votre réputation et à votre vie privée.

☐ **CONSENTEMENT : Aucune démarche à effectuer.**

☐ **REFUS : Votre refus sera bien sûr communiqué au Comité Directeur du Club, ainsi qu'aux moniteurs et/ou encadrants référents.**

Je soussigné (Nom/prénom) : _____
atteste avoir rempli le questionnaire de santé, avoir pris connaissance du règlement intérieur relatif aux créneaux libres et avoir coché une des deux cases dans la rubrique « autorisation de diffusion d'images ».

Date :/...../.....

Signature :