

PRENOM / NOM : .....

EMAIL : .....

## ATTESTATION DE CONDITION PHYSIQUE DU PLONGEUR

Vous êtes invité à remplir le questionnaire ci-dessous qui indiquera la conduite à tenir préalable à la pratique de la plongée subaquatique.

Répondez aux 13 questions suivantes par OUI ou par NON.

OUI | NON

**DEPUIS votre dernière visite médicale de non contre-indication à la plongée subaquatique ou durant les 12 derniers mois:**

- 1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicée?
- 2) Avez-vous éprouvé une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement ou un malaise, à l'effort ou après l'effort?
- 3) Avez-vous présenté un épisode de respiration sifflante?
- 4) Avez-vous eu une perte de connaissance?
- 5) Après la survenue d'un problème osseux, articulaire ou musculaire, conservez-vous une douleur, un manque de force ou une raideur?
- 6) Avez-vous repris la plongée subaquatique après un arrêt d'au moins 4 semaines pour des raisons de santé sans avoir consulté un médecin?
- 7) Avez-vous interrompu actuellement la plongée subaquatique pour des raisons de santé?
- 8) Avez-vous été opéré?
- 9) Avez-vous débuté un traitement régulier prescrit par le médecin (hors contraception)?
- 10) Souffrez-vous d'antécédents ou de problèmes médicaux susceptibles de présenter à votre connaissance des contre-indications à la pratique de la plongée?
- 11) Avez-vous eu un accident de dé-saturation?
- 12) Avez-vous effectué une ou plusieurs séances dans un caisson hyperbare suite à un ou accident de plongée?
- 13) Êtes vous enceinte (pour les femmes)?

**CONDUITE A TENIR :**

**Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions:**

Vous devez consulter un médecin avec ce questionnaire, et lui demander un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la plongée subaquatique.

**Si vous avez répondu NON à toutes les questions:**

Vous pouvez pratiquer la plongée subaquatique, en présentant la déclaration d'aptitude à la pratique de la plongée subaquatique ci-après:

### DECLARATION D'APTITUDE A LA PRATIQUE DE LA PLONGEE SUBAQUATIQUE

« Après avoir rempli l'auto-questionnaire, je soussigné .....

né(e) le ..... de nationalité .....

Ecrire le mois en lettres (exemple: 01 janvier 1999)

me déclare apte à la pratique de la plongée subaquatique et certifie avoir le niveau : ..... ».

Fait le ..... à .....

Ecrire le mois en lettres (exemple: 01 janvier 2018)

**Signature :**

**Attention:**

Vous allez évoluer dans un milieu naturel et sauvage. Vous êtes susceptible de rencontrer des requins, des murènes, des balistes en reproduction et d'autres animaux marins. Nous vous demandons d'adapter votre comportement pendant vos plongées, d'évitez d'attirer les poissons par n'importe quel moyen que ce soit, de ne pas porter des bijoux trop brillants ainsi que ne de ne pas agiter les bras en continu. Il est recommandé de garder une distance raisonnable avec l'animal et rester proche de votre guide.