



## La Randonnée Cérétane

Affiliée à la FFRandonnée, agréée Ministère des sports, bénéficiaire de l'Immatriculation Tourisme de la FFRandonnée : IM075100382 - email secrétariat : [secretaire@randoceretane.org](mailto:secretaire@randoceretane.org) - Site Web : [randoceretane.org](http://randoceretane.org)

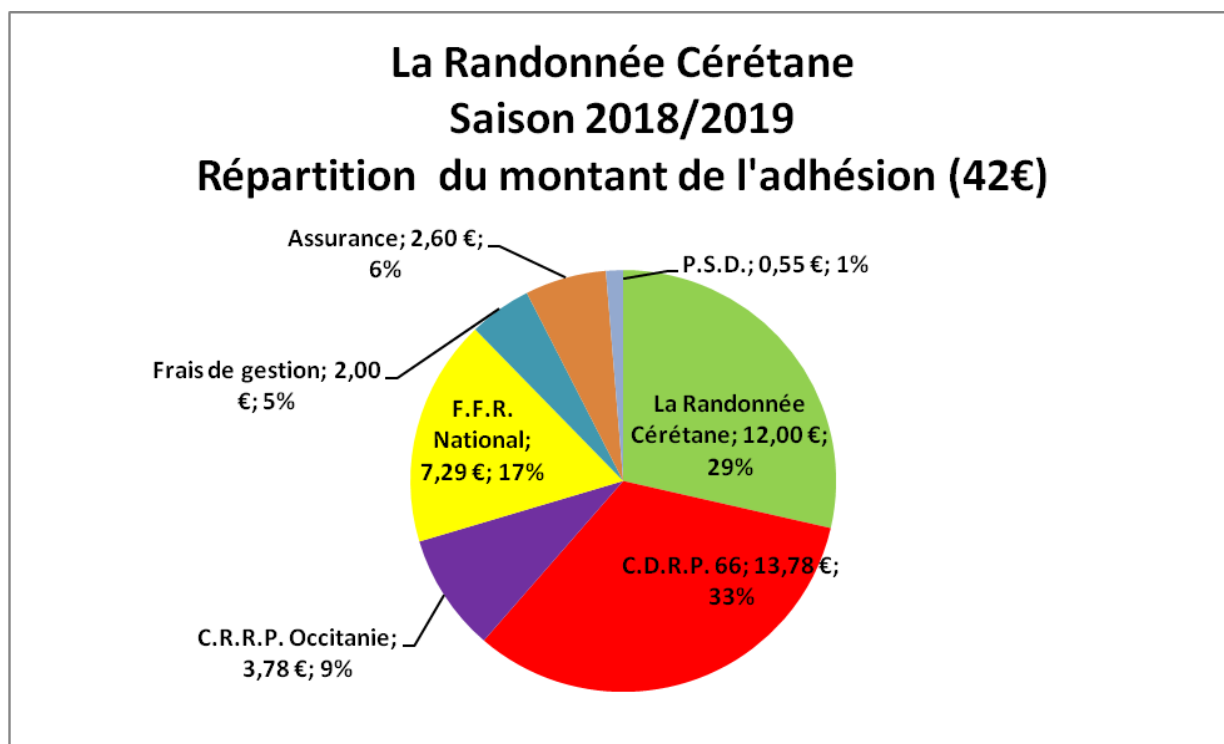
informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit et obtenir communication des informations vous concernant, veuillez vous adresser au secrétariat >.

# Campagne d'adhésions 2018-2019

Quelques précisions :

1. Le C.A., malgré l'augmentation de 1 € de la licence, a pris la décision de maintenir les tarifs de l'année 2017-2018 soit 42 € pour l'adhésion "classique" (licence, assurance IRA et adhésion au club - voir ci-dessous la répartition des éléments de l'adhésion),
2. l'année comptable des associations sportives débute le 1er septembre prochain ; vous pouvez donc dès à présent procéder au renouvellement (ou première demande) de l'adhésion,
3. le partenariat entre notre association et le Conseil Départemental ayant été reconduit, vous pouvez vous rendre au Centre Sport Santé - Maison Départementale des Sports, rue Duguay Trouin - 66000 PERPIGNAN, Tél. 04 68 52 98 30 (du mardi au vendredi de 9h à 12h et 14h à 17h) pour bénéficier auprès d'un médecin du sport, d'une visite médicale gratuite (n'oubliez pas de prendre rendez-vous),
4. tous les détails concernant les formules d'assurances peuvent être consultés auprès du secrétariat ou pour celles et ceux qui sont connectés sur le site de la FFRandonnée à l'adresse suivante  
<https://www.ffrandonnee.fr/data/CMS/files/adhesion/GuideAssurances2016.pdf>.  
Ils sont aussi résumés sur la feuille contenant votre carte licence.

Pour tout autre renseignement, n'hésitez pas à vous adresser au secrétariat (tél 06 23 33 98 32)



## La Randonnée Cérétane

Affiliée à la FF Randonnée, agréée Ministère des sports, bénéficiaire de l'Immatriculation Tourisme de la FF Randonnée :  
IM075100382 - email secrétariat : secretaire@randoceretane.org - Site Web : randoceretane.org

# Annexe 1

## QUESTIONNAIRE de SANTÉ "QS-Sport"

Ce questionnaire de santé permet de savoir si vous devez fournir un certificat médical pour renouveler votre licence sportive dans la période de validité de 3 années de votre dernier certificat médical fourni.

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON\*

### Durant les 12 derniers mois :

1. un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexplicée ?
2. avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?
3. avez-vous eu un épisode de respiration sifflante (asthme) ?
4. avez-vous eu une perte de connaissance ?
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 ?
6. avez-vous débuté un traitement médical de longue durée (hors contraception et désensibilisation aux allergies) ?

### 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 ?
8. votre pratique sportive est-elle interrompue pour des raisons de santé ?
9. pensez-vous avoir besoin d'un avis médical pour poursuivre votre pratique sportive ?

\*NB : Les réponses formulées relèvent de la seule responsabilité du licencié.

Si vous avez répondu NON à toutes les questions : Pas de certificat médical à fournir. Simplement joignez à votre formulaire de demande de renouvellement d'adhésion l'attestation datée et signée au verso.

Si vous avez répondu OUI à une ou plusieurs questions : Certificat médical à fournir. Consultez un médecin et présentez-lui ce questionnaire renseigné.

## La Randonnée Cérétane

Affiliée à la FFRandonnée, agréée Ministère des sports, bénéficiaire de l'Immatriculation Tourisme de la FFRandonnée :  
IM075100382 - email secrétariat : secretaire@randoceretane.org - Site Web : randoceretane.org

## Annexe 2 ATTESTATION

Je soussigné :

M/Mme NOM : ..... Prénom : .....

atteste avoir renseigné le questionnaire de santé et avoir répondu NON à toutes les questions.

Je fournis cette attestation à mon club lors de mon renouvellement de licence.

A Céret le : .....

Signature : .....

Cette attestation (1) est à joindre au formulaire d'adhésion et au règlement de l'adhésion et à retourner à La Randonnée Cérétane BP 308 66403 CERET Cedex.

(1) ne retourner au secrétariat **QUE** l'attestation datée et signée. Les réponses à l'auto-questionnaire sont **confidentielles** et vous sont naturellement personnelles. Si vous avez noté vos réponses - oui ou non - sur le questionnaire au verso, pensez à faire une copie de l'attestation seule.