

QUESTIONNAIRE DE SANTE SPECIAL COVID

Questionnaire élaboré par le CNOSF

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON	OUI	NON
Q1. Avez-vous été diagnostiqué·e positif·ve au coronavirus SARS CoV-2 (COVID-19) ?	☐	☐
☐ par test RT-PCR (prélèvement naso-pharyngé, oral ou bronchique) ☐ probablement, car j'ai eu un ou des symptômes suivants : fièvre, toux, diarrhée, maux de tête, courbatures, fatigue majeure, perte du goût ou de l'odorat, essoufflement inhabituel, troubles digestifs, perte de poids supérieure à 5 kg. Mon test RT-PCR était négatif, mais un médecin m'a confirmé le diagnostic. ☐ j'ai été hospitalisé·e	☐	☐
Q2. Avez-vous été en contact avec une ou plusieurs personnes suspectes ou diagnostiquées positives au coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19) ?	☐	☐
Q3. Présentez-vous ce jour un ou des symptômes suivants : fièvre, toux, diarrhée, maux de tête, courbatures, fatigue majeure, perte du goût ou de l'odorat, essoufflement inhabituel, troubles digestifs ?	☐	☐
Q4. Ressentez-vous des gênes à l'effort dans la vie de tous les jours ?	☐	☐
Q5. Pendant la période de confinement et à ce jour, avez-vous arrêté ou fortement réduit votre niveau d'activité physique habituel ?	☐	☐
Q6. Suite au confinement, présentez-vous une prise de poids supérieure à 5 kg ?	☐	☐
Q7. Avez-vous été affecté·e psychologiquement par la période de confinement et l'êtes-vous toujours (modification du sommeil, de l'humeur, diminution ou augmentation compulsive de la prise alimentaire, augmentation de la prise d'alcool ou de tabac) ?	☐	☐

➤ **NON à toutes les questions :**

Vous pouvez reprendre une activité physique et sportive encadrée ► remplir l'attestation annuelle à remettre à votre association

➤ **OUI à une ou plusieurs questions de Q1 à Q4 :**

Consultez votre médecin avant toute reprise d'activité physique ou sportive

➤ **OUI à une question de Q5 à Q7 :**

Reprise progressive en commençant par la pratique de la marche progressivement sur 4 à 6 semaines puis reprise de l'activité sportive. Ne consultez votre médecin qu'en cas d'apparition d'une symptomatologie anormale à l'effort ou au repos (douleur, essoufflement, palpitations...).

► à l'issue de la reprise progressive remplir l'attestation annuelle à remettre à votre association

➤ **OUI à au moins deux questions de Q5 à Q7 :**

Une consultation médicale est recommandée avant toute reprise d'activité physique et sportive.