

För den som inte lämnar nytt läkarintyg - Fyll i och lämna följande intyg vid förnyelse av licens efter att ha läst igenom bilaga 2 "Annexe 2: FFRandonnée Questionnaire de santé"

ANNEXE 3 : Attestation pour participer aux activités de la FFRandonnée / (Bilaga 3: Intyg för att delta i FFRandonnées aktiviteter)

J'atteste sur l'honneur (*Jag intygar på heder och samvete*):

- Comprendre qu'un ou plusieurs de ces symptômes peuvent être des signes de pathologie cardiaque à risque pour ma santé et représenter potentiellement un risque vital ;** (*förstå att ett eller flera symtom [i bilaga 2] kan vara tecken på hjärtsjukdom som innebär en risk för min hälsa och potentiellt kan vara livshotande*)
- Avoir pris connaissance et m'engager à appliquer les dix règles de bonne pratique du sport du Club des Cardiologues du Sport;** (*ha tagit del av och förbinder mig att följa de tio reglerna för gott sportutövande från Club des Cardiologues du Sport, se separat dokument*)
- Comprendre que certains antécédents familiaux, facteurs de risques cardio-vasculaires et maladies chroniques entraînent un risque lors de la pratique sportive et qu'ils nécessitent l'avis d'un médecin pour une pratique sécurisée** (*förstå att vissa ärftliga sjukdomar, hjärt-kärlriskfaktorer och kroniska sjukdomar medför risker vid utövande av sport och kräver läkarutlåtande*)
- Comprendre qu'un bilan médical à certains âges de la vie est nécessaire pour évaluer la compatibilité de mon état de santé avec ma pratique sportive et ses risques ;** (*Förstå att en läkarundersökning vid viss ålder är nödvändig för att bedöma om mitt hälsotillstånd är förenligt med utövande av sport och relaterade risker*)
- Comprendre que certaines situations ou symptômes peuvent entraîner un risque pour ma santé et/ou mes performances ;** (*Förstå att vissa situationer eller symtom kan innebära risk för min hälsa och/eller min sportprestation*)
- Prendre, ou avoir pris, les dispositions nécessaires (consultation médicale adaptée, arrêt temporaire de l'activité sportive) sécurisant l'entraînement ou la participation à une compétition sans risque pour ma santé ;** (*Vidta, eller ha vidtagit, nödvändiga åtgärder (lämplig medicinsk konsultation, tillfälligt uppehåll i sportutövande) för att säkerställa träning eller tävlingsdeltagande utan risk för min hälsa*)
- Avoir lu et pris connaissance de toutes les informations et alertes indiquées dans le document joint (Annexe 2 : Questionnaire de santé) ;** (*Ha läst och tagit del av all information och upplysningar i Bilaga 2: Frågeformulär hälsa*)
- Prendre ou avoir pris note de la mise à disposition par la FFRandonnée de documents à ma destination contribuant à une pratique sans risque pour ma santé.** (*Ta del av, eller ha tagit del av, de dokument som FFRandonnée tillhandahåller för ett sportutövande utan risk för min hälsa.*)

Nom:

Date:

Signature: