

Fiche à remplir par vos soins et à conserver sur vous lors des randonnées
FICHE INDIVIDUELLE DE RENSEIGNEMENTS SANTE

Cette fiche est personnelle et n'a pas à être divulguée. Elle pourra être consultée lors d'une action rapide des secours

CONSEILS :

- Avoir sur soi ses papiers et sa carte de Sécurité Sociale.
- Prévenir l'animateur de tout signe anormal : douleur ou gêne dans la poitrine, essoufflement anormal, palpitation cardiaque, malaise, fatigue soudaine, nausées, trouble de la vision, de la parole ...

NOM : _____ PRENOM : _____ Date de naissance : _____ Adresse : _____ _____ _____	Personne à prévenir
	NOM : _____ PRENOM : _____ Tél fixe : _____ Tél portable : _____

Nom du médecin traitant : _____

Téléphone : _____

Mon traitement journalier (nom des médicaments) et posologie

Particularités / Préconisations :

(exemple ; pace maker, allergie, problème respiratoire, problème cardiaque, diabétique, ...)

Médicaments sur moi ou dans mon sac :

(préciser l'endroit)

Traitement anti-coagulant : OUI NON