



# Auto-questionnaire sur l'état de santé

## Adhérents et encadrants

Septembre 2020

Avant toute participation à un créneau de l'AOT Natation (pour un adhérent) ou prise de poste (pour un bénévole, ou un salarié), vous êtes invité à évaluer votre état de santé et répondant à ces questions :

1. Pensez-vous avoir ou avoir eu de la fièvre ces derniers jours (frissons, sueurs) ?
2. Avez-vous des courbatures ?
3. Depuis ces derniers jours, avez-vous une toux ou une augmentation de votre toux habituelle ?
4. Ces derniers jours, avez-vous noté une forte diminution ou perte de votre goût ou de votre odorat ?
5. Ces derniers jours, avez-vous eu mal à la gorge ?
6. Ces dernières 24 heures, avez-vous eu de la diarrhée (Avec au moins 3 selles molles) ?
7. Ces derniers jours, ressentez-vous une fatigue inhabituelle ?
8. Dans les dernières 24 heures, avez-vous noté un manque de souffle **inhabituel** lorsque vous parlez ou faites un petit effort ?

La présence d'un ou surtout de plusieurs de ces symptômes constitue une alerte. Vous devez rester à votre domicile et contacter par téléphone votre médecin traitant qui vous indiquera la démarche à suivre. Si vos symptômes s'aggravent avec des difficultés respiratoires et des signes d'étouffement, appelez le Samu-Centre 15.

En cas de résultat de test positif, l'adhérent devra en informer le club par tout moyen à sa disposition.

Selon les directives du médecin, le retour à la pratique ne pourra se faire qu'après un résultat de test négatif ou le respect d'une période de quarantaine de 7 jours après le début des symptômes.