

RANDONNEUR SOUS ORDONNANCE

Vous êtes porteur d'une affection médicale, vous prenez de manière habituelle un traitement, Voici un petit carnet à fabriquer et à emporter sur vous une fois complété.

Complétez les différentes parties du carnet. (Ne donnez que les signes essentiels (malaise, perte de connaissance, crise d'étouffement, fatigue soudaine ou inexplicable.....)

Et maintenant, un peu de travail manuel : Découpez le cadre ci-dessous. Repliez la partie du bas sur l'autre moitié pour obtenir le carnet recto/verso. Collez les 2 parties. Vous pouvez protéger le carnet réalisé en le plastifiant. N'hésitez pas à recouper les marges. Il ne reste plus qu'à penser à emporter ce carnet lors de vos sorties et de dire à l'un du groupe où vous le rangez.

<p>Randonneur sous Ordonnance</p> <p>Coordonnées téléphoniques ...</p> <p>- de la personne à prévenir :</p> <p>Nom :</p> <p>Tél. fixe :</p> <p>Tél. portable :</p> <p>- de mon médecin</p> <p>Tél. fixe :</p> <p>Tél. portable :</p>	<p>RANDONNEUR SOUS ORDONNANCE</p> <p>NOM</p> <p>Prénom :</p> <p>N° de licence FFRP</p>
<p>Quels sont les signes qui peuvent survenir ?</p> <p>Les gestes à pratiquer :</p> <p>Ceux qu'il faut éviter :</p> <p>Les médicaments que j'ai sur moi et où ils sont conservés. Que faut-il me donner ? et combien ?</p>	