

MODELE DE FICHE À EMPORTER SUR SOI :

À mettre dans une pochette étanche en haut du sac avec photocopies :

- | | | |
|-----------------------|--|--|
| ✓ pièce d'identité | ✓ carte groupe sanguin | ✓ tout document que vous jugez indispensable |
| ✓ carte mutuelle | ✓ compte rendu opératoire récent/important | |
| ✓ carte vitale | | |
| ✓ licence FFRandonnée | | |

Nom

Prénom

INFORMATIONS UTILES :

TELEPHONES URGENCES : 112	SAMU	: 15 (plus long à répondre)
POMPIERS : 18		
POLICE : 17		

Coordonnées téléphoniques de la personne à prévenir :

Nom : Prénom :

Tel fixe : Tel portable :

Coordonnées de mon médecin traitant :

Nom : Prénom :

Tel fixe : Tel portable :

Coordonnées de mon spécialiste (cardiologue, pneumologue ou autre) :

Nom : Prénom :

Tel fixe : Tel portable :

Déclaration de sinistre : A effectuer dans les 10 jours ouvrés

En ligne : sur <https://ffrandonnee.grassavoye.com>

Une fois sur la page de déclaration de sinistre « **Déclaration d'accident Gras Savoye** », cliquez-en haut à gauche sur « S'identifier/S'inscrire » pour la création de votre compte. Une adresse mail vous sera nécessaire

Par courrier : WWW - département Sport et Evénement
Immeuble 33 - 33/34 quai de Dion Bouton
CS 70001 - 92814 Puteaux

Comité départemental de la Randonnée Pédestre des Yvelines (CDRP 78) : 01 30 51 94 65

Quels sont les signes qui peuvent survenir ? Ne donnez que les signes essentiels (malaise, perte de connaissance, crise d'étouffement, fatigue soudaine ou inexplicable.....)

1. LES GESTES A PRATIQUER

Les médicaments que j'ai sur moi, et l'endroit où les trouver :

Que faut-il me donner ? et combien ?

Mes antécédents médicaux / mes pathologies :

Je suis allergique à :

Mes traitements en cours :

Mon hôpital / centre de soins préféré :