

Le formulaire club doit être complété et signé par votre médecin traitant. Il doit mentionner la « **non contre indication à la pratique de la natation notamment en eau froide et en eau libre** »

De plus : pour nager dans une eau à moins de 16°C, un test à l'effort est demandé, au dessus de 16°, il est conseillé. Passer ce test nous rassurera et VOUS rassurera également.

Si vous en avez passé un pour un autre sport, il est valable. Donnez en copie à votre médecin lors de votre visite médicale. Il est valable 5 ans si vous avez moins de 45 ans, 2 ans si vous avez de 45 à 55 ans, annuel si vous avez 55 ans ou plus. (En attendant la décision officielle, nous appliquons les règles de la LIFRAS)

Pour un test à l'effort, prévoir un délais de 3 à **8** semaines, diverses possibilités dont :

**Huy** : Le Docteur DEHON Jean, ne reçoit plus pour les ECG

**Huy** : CHRH : Le service de médecine sportive est maintenant opérationnel au sein de l'hospital. Les tests sont réalisés par le Dr Mamar :

Examen sportif assez complet comprenant:

- un examen clinique et d'une prise de la tension artérielle et de la saturation ;
- un électrocardiogramme au repos ;
- un électrocardiogramme à l'effort sur vélo ;
- une spirométrie ; une échocardiographie ;
- le cas échéant un holter de 24h du rythme cardiaque

Coût : 20€

Rdv : 085/27.21.11 [info@chrh.be](mailto:info@chrh.be)

#### **Andenne :**

Même test qu'à Huy également réalisés par le Dr Mamar.

Régie Sportive communale Andennaise

Service de médecine Sportive en collaboration avec la province de Namur

Andenne Arena, R docteur Melin, 14, 5300 Andenne

085/84,95,20 [kamilla.belhachmi@cs.andenne.be](mailto:kamilla.belhachmi@cs.andenne.be)

Consultations : Lundi et Jeudi entre 17h30 et 20h

Coût : plus de 18 ans : 20€ net

de 12 à 18 ans: 5€ net, moins de 12 ans : examen cardiaque sans test à l'effort

#### **Liège :**

bilan fonctionnel détaillé : examen clinique (poids, taille, BMI, glycémie, cholestérol, ...), examen électrocardiographique au repos, test à l'effort, évaluation de la fonction respiratoire,...)

Test à l'effort sur tapis ou vélo

Horaires : du lundi au vendredi de 8h à 16h.

Institut E. Malvoz de la Province de Liège

Quai du Barbou, 4

4020 LIEGE

04/344.79.50 ou 04/344.79.02

[www.provincedeliege.be/fr/node/160](http://www.provincedeliege.be/fr/node/160)

[consult.secretariat@provincedeliege.be](mailto:consult.secretariat@provincedeliege.be)

Coût : forfait 40€ net

Remarque : Prix net car la médecine préventive n'est pas prise en charge par la sécurité sociale.

Si vous disposez d'autres informations, merci de me les communiquer. Marc