

## J'évalue mes capacités physiques et psychiques pour un vol en montgolfière

### Je n'ai pas de suivi médical

1. Suis-je en mesure d'enjamber seul(e) une nacelle d'une hauteur de 1,20 m disposant d'un marche pied ou 2 marche pieds espacés de 40 cm ? oui/non\*
2. Suis-je en mesure de rester debout sans aide pendant au moins 1 h 30 ? oui/non\*
3. Suis-je en mesure de me maintenir, les genoux pliés, pendant 1 ou 2 minutes ? oui/non\*
4. Suis-je capable de sauter sans problème d'un muret de 50 cm de haut ? oui/non\*
5. Je suis exempt(e) de problème psychologique ou de phobie ? oui/non\*

### J'ai un suivi médical \*

6. Suis-je exposé(e) à des fragilités articulaires à répétition ? oui\*/non
7. Ai-je eu récemment une entorse, une fracture ou une luxation ? oui\*/non
8. Suis-je porteur d'une (de) prothèse(s) oui\*/non
9. M'expose(nt)-t-elle(s) à des restrictions ? Ma mobilité et ma force sont-elles affectées ? oui\*/non
10. Est-ce que je suis enceinte ? oui\*/non
11. Ai-je été opéré(e) récemment ? Si oui, la consolidation est-elle confirmée par le médecin ? oui\*/non
12. Suis-je concerné(e) par un problème respiratoire déconseillant peut-être un vol en altitude ? oui\*/non
13. Suis-je concerné(e) par un problème cardiaque déconseillant un vol ou un effort prolongé ? oui\*/non
14. Est-ce que je prends un traitement anticoagulant ? oui\*/non
15. Si je suis diabétique, aurais-je pris, le jour du vol, une collation suffisante ? oui\*/non
16. Est-ce que je me connais d'autres pathologies non précisées dans ce questionnaire ? oui\*/non
17. Ai-je correctement compris l'énoncé de toutes les questions ? oui\*/non

### Je suis prêt(e) à vivre une expérience magique et conviviale !

*\* Je n'engage pas ma sécurité sans prendre conseil auprès de mon médecin traitant et je lui sou mets ce questionnaire.*



Formulaire d'auto-évaluation réalisé par la commission médicale FFAé, Fédération Française d'aérostation, association Loi 1901 fondée en 1977, enregistrée sous le n° W751045812, plus d'informations sur le site <https://www.ffaerostation.org/>.