



Rando-Mad Une activité du :

Comité du Quartier Madeleine Pont Vieux

Association régie par la loi du 1^{er} juillet 1901

87 Bd Alsace Lorraine

81000 Albi



Groupe Rando Santé®

Fiche individuelle d'urgence saison 2026/2027

NOM : **Prénom :**

EN CAS DE :

FAIRE CE QUI SUIIT :

LES MÉDICAMENTS :

LE MATÉRIEL :

La personne à prévenir :

Nom : Prénom :

Tél. fixe : Tél. portable :

Mon médecin :

Nom : Prénom :

Tél. fixe : Tél. portable :

- Aide pour remplir la fiche :

EN CAS DE : décrire les signes simples d'alerte tels que malaise, perte de connaissance, étouffement, fatigue soudaine

FAIRE CE QUI SUIV : décrire précisément et dans l'ordre logique les gestes à faire, tels que : injecter un médicament dans la cuisse en cas de perte de connaissance, sortir et préparer l'inhalateur XY...

LES MÉDICAMENTS : donner la liste précise et claire du nom et du dosage à administrer pour chaque médicament.

LE MATÉRIEL : décrire précisément le matériel et son usage, et le dosage médicamenteux si nécessaire : tels que « stylo-injecteur Bidule dosé à 50 mg » ...

IMPORTANT :

Conservez cette fiche dans votre sac à dos elle sera confiée au personnel médical d'urgence en cas de nécessité.