

## Certificat médical et Fiche médicale individuelle (CCMM) - Version 2024

Le présent document comporte 3 pages :

1<sup>ère</sup> page : **recommandations** à destination des seuls membres (cette page n'a pas vocation à être montrée au médecin).

2<sup>ème</sup> page : **le certificat médical** à faire remplir par le médecin (durée de validité : deux ans).

3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> pages : **la fiche médicale à destination du CCMM**, dont l'usage est recommandé en cas de navigation comportant une longue traversée.

### **Recommandations aux membres relatives à la compatibilité de la navigation envisagée avec l'état de santé**

Le GIC organise des croisières à la voile sur toutes les mers du monde, en équipages conduits par des Chefs de Bord bénévoles, formés aux premiers secours mais généralement sans capacité médicale et dont les moyens d'actions sont limités à la téléconsultation d'urgence et la trousse médicale du bord.

Ces croisières présentent des caractéristiques distinctes.

- Croisières côtières, avec accès à une structure médicale dans le délai des secours côtiers (1 à 4h).
- Croisières hauturières (traversées limitées à 200 kms) permettant une téléconsultation non nécessairement francophone. Le délai d'accès à une structure médicale peut être de deux jours.
- Croisières océaniques (autonomie de quelques jours à plusieurs semaines), pouvant être hors de portée d'une structure médicale, avec téléconsultation limitée par radio ou téléphone satellite. Le risque associé demande un check-up complet.

Chaque participant prend part à l'ensemble des activités de la vie à bord, de la navigation et des manœuvres. Ceci implique vigilance, capacité à l'autonomie, à l'effort physique et à une excellente aptitude aux déplacements et aux rapports sociaux (maîtrise de soi et convivialité).

Pour garantir sa bonne santé à bord ainsi que le bon équilibre de l'équipage, il appartient à chaque membre de s'assurer que son état de santé est compatible avec la navigation envisagée.

En conséquence, le GIC préconise :

- un examen médical général tenant compte de l'âge, des antécédents et des conditions de la pratique de la voile en croisière,
- une mise à jour des vaccinations adaptées aux zones de navigation,
- un bilan dentaire annuel,
- une épreuve cardio-vasculaire d'effort à partir de 50 ans,
- une surveillance biologique élémentaire à partir de 50 ans,
- un examen ORL et visuel. Les corrections éventuelles doivent être adaptées à la navigation.

**Tout embarquement est soumis à la production d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la voile de moins de deux ans.** Entre deux certificats, à titre indicatif, les membres pourront s'assurer qu'ils remplissent les conditions prévues au document suivant utilisé entre deux renouvellements de certificats de non contre-indication à la pratique sportive : [https://www.formulaires.service-public.fr/gf/cerfa\\_15699.do](https://www.formulaires.service-public.fr/gf/cerfa_15699.do)

Pour les croisières hauturières et océaniques, le GIC conseille à chaque équipier de :

- demander à son médecin les ordonnances obligatoires pour se voir délivrer ou renouveler en cas de besoin les médicaments personnels nécessaires pour la durée de la navigation envisagée (en dénomination internationale en plus du nom commercial).
- remplir avec son médecin une fiche individuelle qui pourra être utilisée si nécessaire lors d'une consultation à la mer du Centre de consultation médicale maritime (CCMM). Cette fiche sera à remettre au chef de bord sous pli cacheté à l'embarquement (Cf page suivante).

## Certificat médical type à fournir au GIC tous les deux ans

### Certificat médical pour naviguer avec le Groupe International de Croisière (GIC)

Je soussigné(e), Docteur : .....

certifie avoir examiné ce jour :

Nom ..... Prénom .....

né(e) le .....

et certifie que son état de santé ne contre indique pas la pratique de la voile.

Fait le ..... à .....

### Signature et cachet du médecin examinateur

*NB : Le règlement intérieur du GIC prévoit que tout embarquement est soumis à la production d'un certificat médical de non-contre-indication à la pratique de la voile de moins de deux ans.*

### Contexte des navigations dans le cadre de l'association GIC :

Le GIC est une association de la loi de 1901 qui organise pour ses membres des croisières sur bateaux à voile en équipage de 5 à 8 personnes encadrées par un Chef de bord certifié du club. La durée des navigations peut aller d'une à trois semaines. Ces navigations à voile sont principalement de deux types :

- croisières côtières, avec accès à une structure médicale dans le délai des secours côtiers (1 à 4h)
- croisières hauturières (traversées limitées à 200 kms) permettant une téléconsultation non nécessairement francophone. Le délai d'accès à une structure médicale peut être de deux jours.

**Fiche médicale individuelle** à compléter et envoyer au Centre de consultation médicale maritime (CCMM) en cas de participation à une navigation hauturière (traversée longue) ou océanique <https://www.chu-toulouse.fr>. (Conserver une copie avec ses ordonnances)

	<p><b>Navire « _____ »</b>                  Association GIC-Voile - Groupe International de Croisière  <a href="mailto:croisiere@gic-voile.fr">croisiere@gic-voile.fr</a> +33 9 52 65 20 89</p>
	<p><b>Fiche médicale individuelle</b></p>
NOM : ..... Prénom : ..... Date de naissance :	Groupe sanguin :  Poids :  Taille :
Antécédents médicaux et traitements en cours.	
Médecin traitant	
Allergies connues	
Vaccinations : date du dernier rappel <i>(Attention aux vaccinations obligatoires dans certains pays)</i>	Covid 19 :  Anti-tétanique :  Fièvre Jaune :  Autres vaccinations :
Antécédents de chirurgie :	
Autres précisions utiles (éventuellement) :	