



Rando-Mad Une activité du :  
**Comité du Quartier Madeleine Pont Vieux**  
Association régie par la loi du 1<sup>er</sup> juillet 1901  
87 Bd Alsace Lorraine  
81000 Albi



# Groupe Rando Santé®

## Fiche individuelle d'urgence saison 2025/2026

**NOM :** ..... **Prénom :** .....

EN CAS DE :

FAIRE CE QUI SUIV :

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 SUIT : 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 » ...