



LUCIE VACHON
YOGA THÉRAPEUTIQUE

Questionnaire de santé : (imprimer, remplir et me l'apporter à votre premier cours s.v.p)

Afin de vous offrir des services personnalisés et pour mieux vous connaître, je vous invite à répondre à ce questionnaire de santé. Les informations que vous partagez avec moi demeureront strictement confidentielles et serviront à vous guider dans votre pratique de yoga tout en respectant votre état de santé global.

Nom _____

Quel âge avez-vous? _____

Veuillez cocher et préciser les problèmes qui s'appliquent à votre santé

__ Chirurgie dans les derniers 5 ans : _____

__ Arthrite/arthrose : _____

__ Ostéoporose : _____

__ Douleurs chroniques : _____

__ Phlébite/thrombose : _____

__ Accident vasculaire-cérébral (année) : _____

__ Tension artérielle : ____ haute ____ basse

__ Pacemaker : _____

__ Problème cardiaque : _____

__ Fumeur : _____

__ Cholestérol élevé : _____

__ Problèmes respiratoires : _____

__ Étourdissements : _____

__ Perte de conscience : _____

__ Diabète : _____

__ Cancer : _____

__ Incontinence : _____

__ Sclérose en plaques : _____

__ Maux de tête/migraines : _____

__ Convulsions/épilepsie : _____

__ Parkinson : _____

__ Êtes-vous enceinte? Nombre de semaines : _____

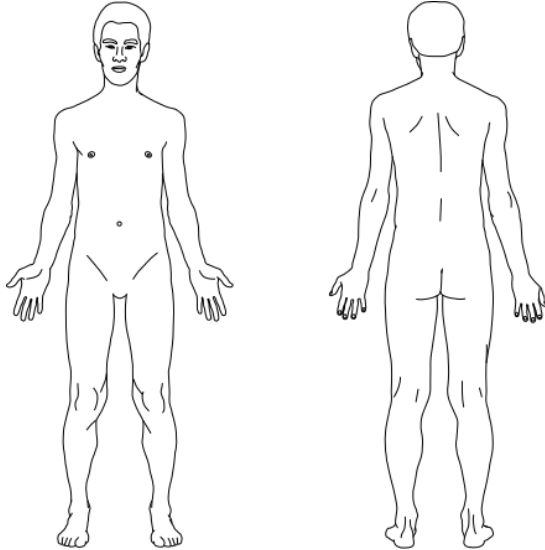
Prenez-vous des médicaments ou suppléments naturels? Si oui, pour traiter quel problème? Si vous prenez un médicament dont vous jugez que je dois savoir, s.v.p. précisez

MERCI!



LUCIE VACHON
YOGA THÉRAPEUTIQUE

Avez-vous des blessures ou de la douleur? S.v.p. indiquez les régions de votre corps et précisez la gravité :



Êtes-vous tendu? ___ oui ___ non

Pourquoi? _____

Êtes-vous anxieux? ___ oui ___ non

Pourquoi? _____

Vous sentez-vous déprimé? ___ oui ___ non

Pourquoi? _____

Quel est votre emploi du temps? Aimez-vous ce que vous faites?

Pratiquez-vous une ou des activités physiques? Si oui, à quelle fréquence et lesquelles?

MERCI!



LUCIE VACHON
YOGA THÉRAPEUTIQUE

Avez-vous des loisirs? Si oui, lesquels?

Quels sont vos attentes face à ce cours de yoga? _____

Aimeriez-vous partager tout autre type d'information avec moi?

Namasté

MERCI!