

Questionnaire de Santé dans COMITI -ZERO PAPIER

But du document : vous donner un mode d'emploi pour fournir votre Questionnaire de Santé rempli et signé dans COMITI sans avoir besoin de l'imprimer ni de le scanner (zéro papier).

Si vous devez fournir un Certificat Médical, allez directement à la page 6 de ce document.

Glossaire :

- PC : ordinateur personnel (portable ou non).
- Lien : adresse internet (http:// ...)
- Adobe Acrobat Reader : application gratuite pour lire un fichier .pdf et réaliser des modifications simples. L'utilisation du menu d'insertion de "coche", de "texte" et de "signature" est très intuitive.

Pré requis :

- L'application « Adobe Acrobat Reader »  Si vous avez déjà lu un fichier .pdf, le système vous a déjà proposé de charger cette application sur votre PC.
- Le fichier Questionnaire de Santé vierge dont une copie est enregistrée sur votre PC (voir procédure à la page suivante).

A ce stade, si les pré requis vous posent problème, soit vous vous faites aider, soit vous optez pour la solution papier.

1 - Enregistrement du Questionnaire de Santé vierge sur votre PC

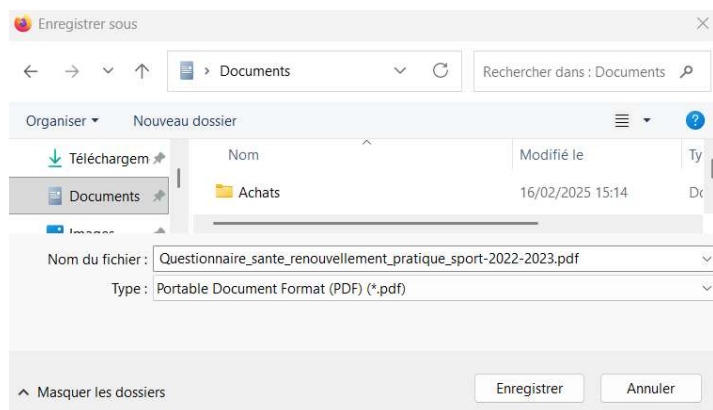
Je ne vous donne pas le « Lien » vers ce document car il peut changer. Veuillez le récupérer sur le site internet de la JA ou bien dans un mail récent envoyé par votre section.

Cliquez sur ce bouton. Il est présent sur chaque page de section sur le site internet de la JA :

Questionnaire de santé →



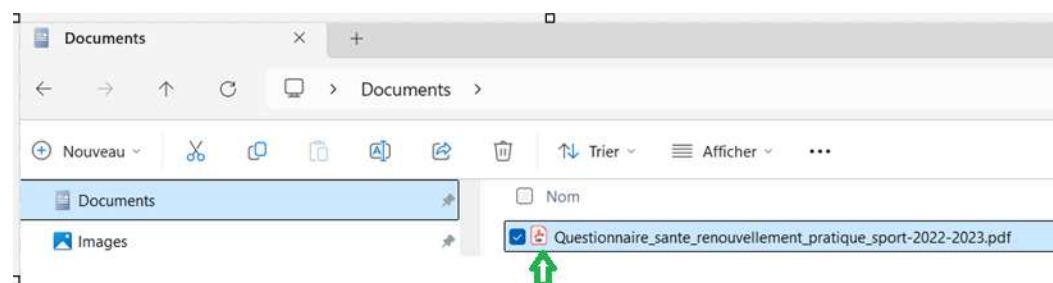
Cliquez sur l'icône en haut à droite et enregistrez le fichier (.pdf) à un emplacement que vous aurez choisi sur votre PC (dans « Documents » ou bien dans un sous dossier de « Documents ») :



NOTE : vous pouvez profiter pour renommer votre fichier, par exemple

QS<Nom><Prenom>2025-2026.pdf

(QSREDFORDRobert2025-2026.pdf)



Dans le dossier où vous avez stocké votre fichier, assurez-vous de la présence de l'icône d'« Adobe Acrobat Reader » à la gauche du fichier (voir flèche verte ci contre).

2 - Ouverture du fichier Questionnaire de Santé

Double cliquez sur le fichier que vous venez d'enregistrer pour l'ouvrir.

En plus du document, vous voyez apparaître une barre d'outils sur la gauche

Répondez aux questions suivantes par OUI ou par NON*	OUI	NON
Durant les 12 derniers mois		
1) Un membre de votre famille est-il décédé subitement d'une cause cardiaque ou inexpliquée ?	☐	☐
2) Avez-vous ressenti une douleur dans la poitrine, des palpitations, un essoufflement inhabituel ou un malaise ?	☐	☐

La flèche **verte** va vous servir à :

- positionner des coches dans les cases OUI ou NON
- écrire du texte

La flèche **orange** va vous servir à ajouter votre signature.



NOTE : la barre d'outils un peu différente, peut se trouver sur la droite pour certaines versions d' « Adobe Acrobat Reader ».

3 - Remplissage des coches OUI ou NON

Cliquez sur le « A » et sélectionnez « Coche »

Déplacez la coche jusqu'à la bonne case et cliquez gauche pour valider

Vous répétez l'opération 10 fois pour répondre aux 10 questions.

Vous pouvez agrandir ou diminuer la taille de la coche en cliquant sur petit A ou grand A. Vous pouvez aussi la déplacer.

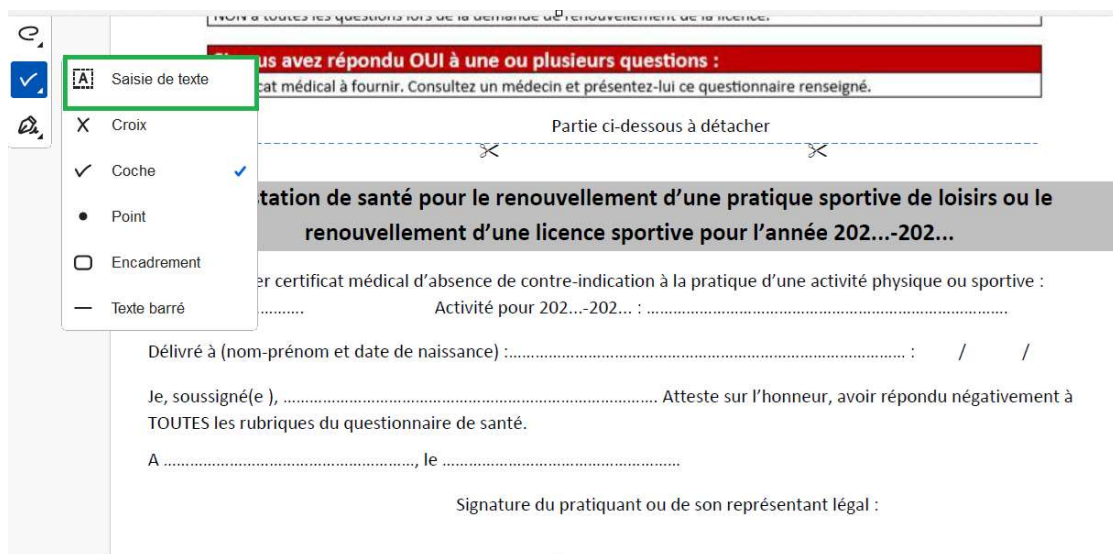
- Point
- Encadrement
- Texte barré

NOTE : Si vous répondez OUI à l'une des questions, c'est un Certificat Médical de moins de 6 mois que vous devez enregistrer dans COMITI (voir page 6)

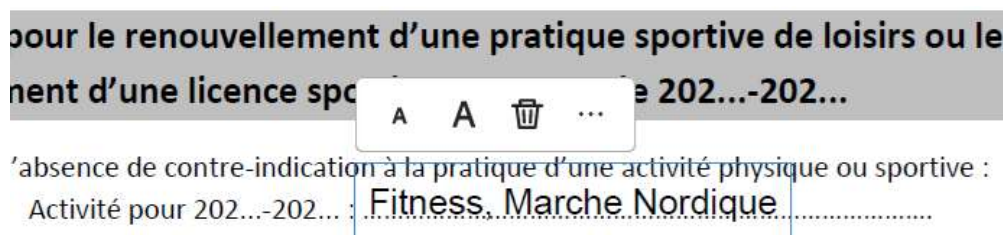
4 - Remplissage du texte du bordereau du bas

Affichez le bas du document en utilisant l'ascenseur vertical à droite

Cliquez à nouveau sur la barre d'outils à gauche et sélectionnez « Saisie de texte »,



Positionnez le curseur sur la zone à écrire et écrivez



Vous pouvez agrandir ou diminuer la police en cliquant sur grand A ou petit A. Vous pouvez aussi déplacer la zone de texte.

Recommencez l'opération pour chaque zone de texte à compléter.

NOTE : La date du dernier Certificat médical n'est pas à remplir.

Et pour terminer ajoutez votre signature.

Pour cela cliquez sur le petit crayon  de la barre d'outils de gauche (voir flèche orange plus haut dans ce document)



Cliquez sur « Tracer » et dessinez ici votre signature.
Cliquez sur « Appliquer » quand vous avez terminé.

Cliquez à nouveau sur le petit crayon, sélectionnez  votre signature et positionnez là au bon endroit dans le document.



NOTE : A la place de « Tracer », vous pouvez utiliser une « Image ». Pour cela allez en fin du document dans l'Annexe.

5 - Sauvegarde du document

Pour terminer, vous devez sauvegarder vos modifications

Cliquer sur le petit disque en haut de l'écran et suivez les instructions



A ce stade vous avez complété votre Questionnaire de Santé.

6 - Enregistrement de votre Questionnaire de Santé dans COMITI

Connectez vous à COMITI (<https://jabruz.comiti-sport.fr/>) et allez dans « Profil et inscriptions »



Descendez dans la page jusqu'à cet endroit, cliquez sur « Parcourir » et sélectionnez le fichier que vous venez de modifier.

Mon certificat médical ou questionnaire de santé

Aucun fichier sélectionné.
Formats pdf, png, jpg, jpeg de 2 Mo maximum

Vous avez renseigné un certificat médical : [Télécharger](#)

* Date d'émission

* Date de fin de validité

Ajustez si besoin les dates de validité.

Comme le Questionnaire de Santé est valable 1 an, vous pouvez mettre 1 Septembre au 1 septembre de l'année suivante.

Et sauvegardez (en bas à droite de la page) :



Si vous avez un Certificat Médical, vous pouvez l'enregistrer ici, il est également valable 1 an.
Dans ce cas le Questionnaire de Santé est inutile.

ET C'EST TERMINE. Il ne vous reste plus qu'à prévenir votre responsable de section par mail.

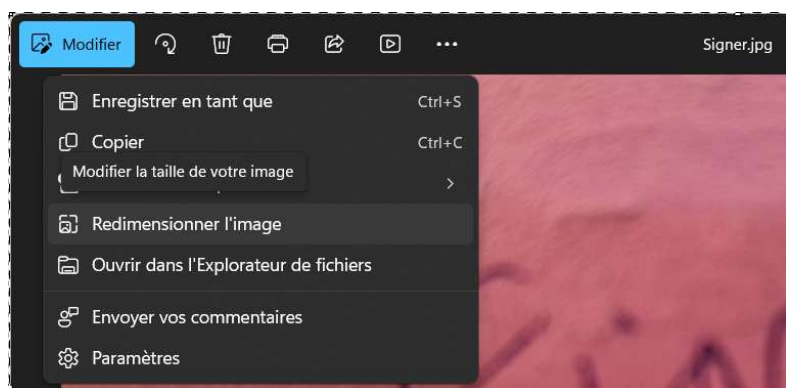
ANNEXE : Ajouter votre signature sous la forme d'une image

A la place de dessiner votre signature, vous pouvez l'ajouter sous la forme d'une image.

Créer son fichier signature

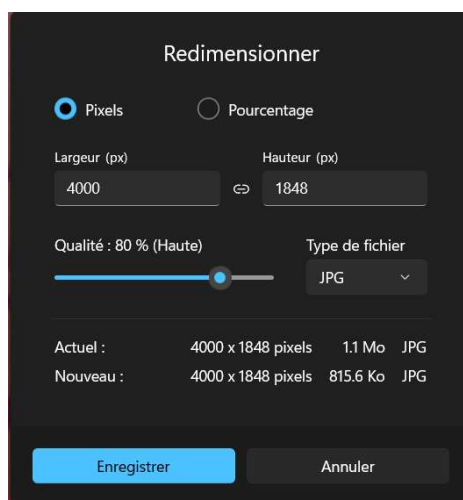
- Ecrivez votre signature sur une feuille de papier
- Prenez la en photo avec votre téléphone, normalement c'est un fichier jpg qui est créé.
- Transférez votre fichier sur votre PC en l'envoyant par mail ou bien comme vous le faites habituellement pour transférer vos photos.

Une fois votre fichier signature sur votre PC, il faut diminuer sa taille.



Ouvrez votre fichier signature avec le logiciel « Photos » de Windows (click Droit et Ouvrir avec)

Cliquez sur les trois points en haut et sélectionnez « Redimensionner l'image »



A la place de la Largeur 4000, mettez 200

Et « Enregistrer », votre fichier signature devient tout petit.

Insérer son fichier signature

Revenez au document et cliquez sur le petit crayon de la barre d'outils



Cliquez sur « Image » et sélectionnez le fichier contenant votre signature.

Cliquez sur « Appliquer ».

Ensuite vous pouvez sélectionner votre signature et la positionner au bon endroit dans le document.

