

MINISTERIËLE OMZENDBRIEF VAN 10 MAART 2017 AANGAANDE DE FYSIEKE PARAATHEID VAN DE OPERATIONELE PERSONEELSLEDEN VAN DE HULPVERLENINGSZONES EN DE ACCREDITATIE VAN DE DRAGERS ADEMBESCHERMING.

Mevrouw de Voorzitster, Mijnheer de Voorzitter,

Deze omzendbrief is bestemd voor de hulpverleningszones, zoals bedoeld in artikel 14 van de wet van 15 mei 2007 betreffende de civiele veiligheid en voor de Brusselse Hoofdstedelijke Dienst voor Brandbestrijding en Dringende Medische Hulp. Voor de toepassing van deze omzendbrief vallen onder operationele personeelsleden van de hulpverleningszone, de beroepsbrandweerlieden en de vrijwillige brandweerlieden.

De omzendbrief vervangt en heft de ministeriële omzendbrief van 12 september 2014 aangaande de fysieke geschiktheid van de operationele personeelsleden van de hulpverleningszones op en doet geen afbreuk aan de wettelijke verplichtingen van de werkgever met betrekking tot het medisch onderzoek, zoals vervat in de artikelen 28 en 31 van het koninklijk besluit van 28 mei 2003 betreffende het gezondheidstoezicht op de werknemers.

1. Inleiding

Alle gemeentelijk georganiseerde brandweerdiensten zijn opgegaan in de hulpverleningszones. Gelijklopend met deze bestuurlijke transformatie en dito consequenties zijn eveneens verschillende koninklijke besluiten in werking getreden die het statuut van de operationele leden van de hulpverleningszones vormgeven. Deze koninklijke besluiten bepalen onder meer de rechten en plichten, de loopbaanperspectieven, de verloning en cetera.

Een aantal facetten zoals het behoud van een optimaal conditieniveau en het permanent, oordeelkundig gebruik van adembeschermingstoestellen worden niet in vraag gesteld maar maken evenwel geen voorwerp uit van bovenvermeld statuut. Het komt toe aan de werkgever, in casu de zone, hiervoor de juiste maatregelen te nemen.

Met deze omzendbrief, wil ik enkele richtlijnen meegeven die de zoneraad kan hanteren als regel van goede praktijk, voor wat betreft het behoud van de fysieke paraatheid van de operationele personeelsleden van de hulpverleningszone en de accreditatie van de dragers adembescherming. In concreto stel ik u een geïntegreerde periodieke proef voor die beide onderdelen combineert en integraal voorwerp uitmaakt van het zonaal beleid rond opleiding.

Deze omzendbrief biedt daarnaast ook een meerwaarde in het kader van het Koninklijk Besluit van 8 oktober 2016 tot wijziging van het Koninklijk Besluit van 19 april 2014 tot bepaling van het administratief statuut van het operationeel personeel van de hulpverleningszones, evenals het bijhorende Ministerieel Besluit van 8 oktober 2016 tot vaststelling van de functiebeschrijvingen van het operationeel personeel van de hulpverleningszones en de Ministeriële omzendbrief van 8 oktober 2016 betreffende de evaluatie van de operationele personeelsleden van de hulpverleningszones. Een van de punten waarop het personeel van de hulpverleningszones geëvalueerd wordt, zijn de vaktechnische competenties. Hieronder vallen onder meer de fysieke paraatheid en de adembescherming. Deze omzendbrief kan mee vorm geven aan het zonale beleid rond deze twee aspecten.

2. Wettelijke basis

Aangezien elk operationeel lid zowel bij aanwerving, als bij benoeming dient te slagen voor lichamelijke geschiktheidstesten, kan derhalve gesteld worden dat hij of zij te allen tijde moet kunnen slagen voor deze geschiktheidstesten. Dit ligt in lijn met het belang om te beschikken over brandweerlieden die in goede conditie verkeren.

Daarnaast legt de welzijnswet van 4 augustus 1996 op dat de werkgever de nodige maatregelen dient te treffen ter bevordering van het welzijn van zijn werknemers bij de uitvoering van hun werk. Het



welzijn van de werknemers betreft onder meer de gezondheid en de arbeidsveiligheid. Een goed fysieke conditieniveau van het operationeel personeel draagt bij aan de arbeidsveiligheid van zichzelf, zijn collega's en de personen die hulp nodig hebben. Een goed fysieke conditieniveau van het operationeel personeel komt ook zijn eigen gezondheid in de brede zin ten goede (gezien de fysieke inspanningen die veel interventies van de brandweer vereisen).

Het koninklijk besluit van 10 november 2012 stelt de minimale voorwaarden van de snelste adequate hulp en van de adequate middelen vast.

Volgens de ministeriële omzendbrief van 3 juni 2013 betreffende de toepassing van het koninklijk besluit van 10 november 2012 tot vaststelling van de minimale voorwaarden van de snelste adequate hulp en van de adequate middelen, moet onder gekwalificeerde dragers adembescherming worden verstaan: brandweerlieden die op regelmatige basis, en minstens jaarlijks, hun vaardigheden als drager adembescherming op peil houden via oefeningen en eventuele bijscholingen. Tevens dienen zij medisch geschikt verklaard zijn om adembescherming te dragen.

In de vroegere gemeentelijke structuur, diende de officier-dienstchef zorg te dragen voor de bijscholing en training van zijn personeel. Hij bepaalde welke brandweerlieden konden worden ingezet, hetzij als gekwalificeerde drager adembescherming, hetzij als chauffeur-pompbedienaar, hetzij als bevelvoerder (eveneens gekwalificeerd drager adembescherming).

3. Taak van de werkgever - Bepalen van de modaliteiten

Zowel de frequentie, de inhoud als de eventuele trainingsmaatregelen maken het voorwerp uit van het zonaal beleid rond opleiding dat de zoneraad goedkeurt

Gelet op de vraag van het terrein en om een zekere mate van uniformiteit te creëren tussen de hulpverleningszones onderling, geef ik hieronder enkele aanbevelingen en richtlijnen mee die als leidraad kunnen dienen.

Ik herinner u aan de verplichting om, voorafgaand, een syndicaal overleg te organiseren. Het creëren van een groot draagvlak bevordert immers het welslagen in de proeven.

3.1. Frequentie

Aanbevolen wordt om de fysieke paraatheid en de accreditatie adembescherming tweejaarlijks tegelijkertijd te evalueren, overeenkomstig mijn aanbevelingen in de Ministeriële omzendbrief van 8 oktober 2016 betreffende de evaluatie van de operationele personeelsleden van de hulpverleningszones. Zowel de fysieke paraatheid, als de bekwaamheid als drager adembescherming worden een eerste keer geëvalueerd tijdens het behalen van het brevet B01 (brandweerman) of het brevet OFF2 (kapitein). Hier wordt verwezen naar Boek 7 van het koninklijk besluit van 19 april 2014 tot bepaling van het administratief statuut van het operationeel personeel van de hulpverleningszones en naar de ministeriële omzendbrief van 8 oktober 2016 betreffende de evaluatie van de operationele leden van de hulpverleningszones.

Uiteraard kan de zone deze omzendbrief ook gebruiken, in het kader van de permanente opleiding, voor de oefening en bijscholing inzake fysieke paraatheid en de accreditatie adembescherming. Ze kan daarbij een onderscheid maken tussen het dragen van adembescherming onder inspanning en het dragen van adembescherming zonder inspanning. Het adembeschermingstoestel is namelijk het persoonlijk beschermingsmiddel bij uitsteking dat voor ieder operationeel personeelslid levensbelangrijk kan zijn, ongeacht de intensiteit van de inzet.

Zoals reeds aangehaald bij de aanhef van deze omzendbrief, vestig ik uw aandacht op het feit dat het operationeel personeelslid verplicht jaarlijks een medisch onderzoek moet ondergaan, overeenkomstig de artikelen 30 tot 34 van het koninklijk besluit van 28 mei 2003 betreffende het gezondheidstoezicht op de werknemers. De betrokken arts wordt uitgenodigd om in zijn beoordeling de resultaten van de proeven betreffende de evaluatie van de fysieke paraatheid en de accreditatie adembescherming mee in overweging te nemen. Het verplicht jaarlijks medisch onderzoek moet



derhalve idealiter op korte termijn plaatsvinden na het afleggen van deze proef. Een termijn van drie maanden wordt vooropgesteld.

3.2. Inhoud

De verschillende oefeningen binnen de proef worden beschreven in de bijlage aan deze omzendbrief. De proef dient te gebeuren in veilige omstandigheden.

U zal merken dat inzake fysieke paraatheid het voorgestelde modelprogramma niet gelijkloopt met de lichamelijke geschiktheidstesten die uitgevoerd worden bij aanwerving en bij benoeming. Onderzoek heeft immers aangetoond dat een aangepast programma, gericht op een afdoende fysieke conditieniveau, meer geschikt is om het conditieniveau doorheen de carrière te meten.

3.3. Trainingsmaatregelen

Wanneer een operationeel personeelslid niet slaagt voor de accreditatie adembescherming, strekt het tot aanbeveling om hem, binnen de zes maanden, uit te nodigen om de testen opnieuw af te leggen. Als blijkt dat het operationeel personeelslid, na de tweede keer de testen te hebben afgelegd, nog steeds niet slaagt, strekt het tot aanbeveling dat hij een aangepast en intensief trainingsprogramma volgt inzake adembescherming. Wanneer ook het trainingsprogramma onvoldoende blijkt te zijn om binnen een redelijke termijn te slagen voor de proef, dan zou door de zonecommandant of zijn afgevaardigde moeten worden nagegaan of het operationeel personeelslid nog geschikt is als drager adembescherming.

Naar analogie, indien een operationeel personeelslid niet slaagt voor de proef betreffende de fysieke paraatheid, strekt het tot aanbeveling om hem, binnen de zes maanden, uit te nodigen om opnieuw de testen af te leggen. Als blijkt dat het operationeel personeelslid, na de tweede keer de testen te hebben afgelegd, nog steeds niet slaagt, strekt het tot aanbeveling dat hij een aangepast en intensief trainingsprogramma volgt en dit onder supervisie van een sportdeskundige (cfr. infra. Wanneer ook het trainingsprogramma onvoldoende blijkt te zijn om binnen een redelijke termijn te slagen voor de proef, dan raad ik aan de arbeidsgeneesheer te vragen om na te gaan of het operationeel personeelslid nog geschikt is voor zijn functie.

Zowel bij de proef fysieke paraatheid als bij de proef adembescherming, wordt dit opgenomen in het evaluatiedossier.

Om te slagen in de geïntegreerde proef, dient het personeelslid te slagen in de drie onderdelen, zoals beschreven in de bijlage van deze omzendbrief.

Indien enkel de fysieke paraatheid wordt getoetst, dient het personeelslid te slagen voor de onderdelen 2 en 3 van de in de bijlage beschreven proef, en dit met adembeschermingstoestel zonder dat het adembeschermingsmasker wordt gedragen.

3.4. Faciliteren van trainingsmodaliteiten inzake fysieke paraatheid

Wanneer men van de operationele personeelsleden doorheen de carrière een afdoende conditieniveau verwacht, is de zoneraad gehouden om de nodige faciliteiten te verschaffen zodat alle personeelsleden het te verwachten conditieniveau kunnen behalen of behouden.

Zo dient de zoneraad de nodige sportinfrastructuur ter beschikking te stellen voor haar operationele personeelsleden, hetzij in eigen beheer, hetzij via derden. De te voorziene sportattributen liggen daarbij uiteraard in de lijn met de inhoud van de af te leggen proeven en dienen voldoende beschikbaar en toegankelijk te zijn.



Daarnaast dient deze sportinfrastructuur ook voldoende beschikbaar en toegankelijk te zijn. In concreto is het aangewezen dat de zoneraad schikkingen treft zodat de sportinfrastructuur maximaal toegankelijk is tijdens de diensturen voor het gekazerneerd personeel en buiten de diensturen voor het oproepbaar personeel.

Tot slot meen ik dat het trainen zou moeten gebeuren onder de supervisie van een sportdeskundige ter plaatse of door opvolging via een trainingsprogramma, opgesteld door een sportdeskundige. Onder sportdeskundige wordt verstaan de houder van een diploma bachelor (regent) of master (licentiaat) lichamelijke opvoeding of kinesitherapie of gelijkwaardig door ervaring of eerder verworven competenties.

4. Taak van de werknemer

Van het operationele personeelslid mag verwacht worden dat hij zijn fysieke bekwaamheid onderhoudt waardoor hij zijn taken kan uitvoeren in alle veiligheid voor zichzelf, zijn collega's en de personen die hulp nodig hebben. Hiertoe wordt het operationele personeelslid derhalve aangespoord om zich te realiseren dat zijn fysieke conditie belangrijk is.

Een ondermaats niveau valt immers moeilijk te rijmen met het plichtsgevoel en de integriteit waarmee het personeelslid zijn functie dient uit te oefenen.

Met de meeste hoogachting,



BIJLAGE BIJ DE MINISTERIËLE OMZENDBRIEF AANGAANDE DE FYSIEKE PARAATHEID VAN DE OPERATIONELE PERSONEELSLEDEN VAN DE HULPVERLENINGSZONES EN DE ACCREDITATIE VAN DE DRAGERS ADEMBESCHERMING

De geïntegreerde periodieke proef voor de operationele personeelsleden tijdens de loopbaan wordt beoordeeld op basis van drie onderdelen:

1. Adembeschermingslabo / Accreditatie adembescherming
2. Brandbestrijdingstest / Accreditatie adembescherming en/of Fysieke paraatheid
3. Traplooptest / Accreditatie adembescherming en/of Fysieke paraatheid

Voorzorgsmaatregelen ten aanzien van de kandidaten

- ✓ De kandidaat wordt uitgesloten, als hij:
 - op aangeven van de arbeidsgeneeskundige dienst niet medisch geschikt wordt bevonden;
 - in rust een hartslag boven 100 slagen per minuut heeft, gezeten en voor het aantrekken van de uitrusting;
 - in rust duidelijk moeilijkheden heeft met ademen;
 - een ernstige en aanhoudende hoest heeft;
 - ziek of koortsig is ;
 - zich duidelijk niet heeft gehouden aan de voorafgaande instructies (net een zware maaltijd genomen, er zijn duidelijke tekenen van alcoholverbruik, net gerookt hebben, ...).
- ✓ De kandidaat zorgt ervoor dat hij zich voldoende hydrateert.
- ✓ Elementen die aanleiding geven tot het stilleggen van de oefening :
 - de kandidaat klaagt over duizeligheid, pijn aan de borstkas, druk, misselijkheid, zware pijn of zwakte van de ledematen, mentale verwarring, andere zware pijn, ...;
 - de kandidaat besluit zelf dat hij niet wil verder doen;
 - de kandidaat duizelt, heeft last van kortademigheid of vertoont cyanose (blauw kleuren van de huid door een gebrek aan zuurstof);
 - indien de begeleider, op welk moment dan ook, vreest voor de veiligheid van de kandidaat.

Instructies voorafgaand aan de uitvoering van de proef

- geen andere oefening voorafgaand aan de oefening;
- geen consumptie van alcohol gedurende de zes uur voorafgaand aan de oefening;
- niet eten, niet roken, geen cafeïne houdende dranken (koffie, thee of andere) consumeren gedurende de twee uur voorafgaand aan de oefening.



DEEL 1 : Adembeschermingslabo

1.1. Doelstelling

- Aantonen van kennis van het toestel en de aankleedprocedure

1.2. Verloop van het adembeschermingslabo

✓ De deelnemer verklaart de werking van het adembeschermingstoestel
✓ De deelnemer kan de verschillende onderdelen benoemen, alsook de functie uitleggen.

✓ Aankleedprocedure van het adembeschermingstoestel, zittend in de zetel van de autopomp of een opstelling die dit simuleert.

✓ Zich uitkleden in de kleedruimte.

Voorbeeld evaluatiefiche conform de oefenkaart/pedagogische fiche:

Onderdelen adembeschermingslabo			
<input type="checkbox"/>	Het adembeschermingstoestel op een snelle, systematische en behendige wijze kunnen omhangen. Dit gebeurt in volledige interventiekledij inclusief brandwerende balaclava	Voldoende	Herhalen
<input type="checkbox"/>	Het gelaatsmasker op dichtheid en overdruk kunnen testen	Voldoende	Herhalen
<input type="checkbox"/>	Het adembeschermingstoestel op een snelle, systematische en behendige wijze kunnen aftuigen. Inclusief wisselen fles en de nodige eindcontroles. Hierbij hoort het terug klaarmaken van het toestel voor de volgende inzet (inclusief afstellen lussen)	Voldoende	Herhalen

Opmerkingen :

.....
.....

Resultaat van het adembeschermingslabo: ok/nok

(Doorstrepen wat niet van toepassing is)



DEEL 2 : Brandbestrijdingstest

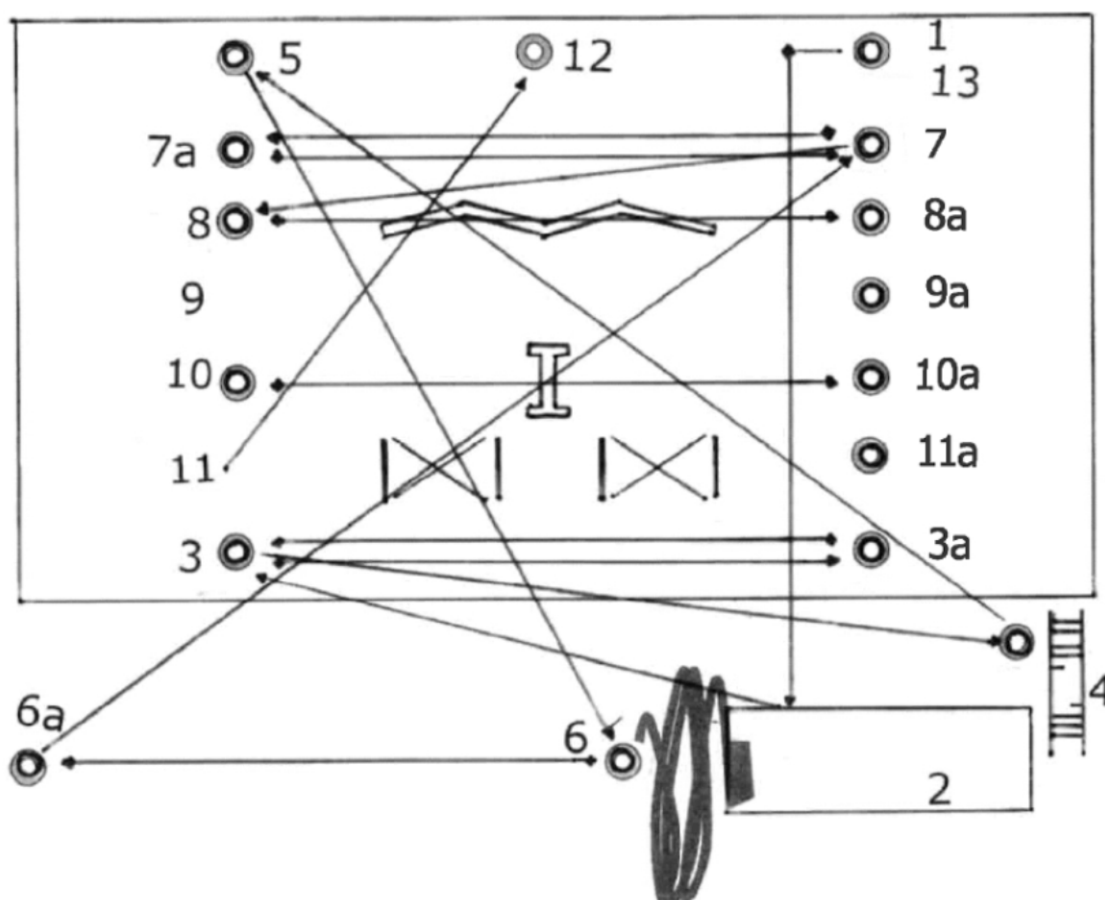
2.1. Beschrijving van de brandbestrijdingstest

De brandbestrijdingstest bestaat uit 12 testonderdelen.

De brandbestrijdingstest als onderdeel van de geïntegreerde proef wordt afgelegd onder adembescherming.

Indien enkel de fysieke paraatheid wordt getoetst, dient het personeelslid deze test af te leggen met adembeschermingstoestel zonder dat het adembeschermingsmasker wordt gedragen.

De sportdeskundige stelt het testparcours op overeenkomstig onderstaand schema:



a) INZET GEREEDMAKEN

De deelnemer staat in dienstkleedij klaar en wacht op het startsein. Dan trekt hij de interventiekledij aan en gaat naar punt 2.

b) OMHANGEN

Dit onderdeel wordt in een autopomp verricht of op een platform waarop de binnenkant van een autopomp is nagebootst (voorwaarde hier is wel dat de constructie waar de adembescherming inhangt op het platform kan worden geschroefd). De deelnemer komt van plaats nummer 1 (zie overzicht), trekt zijn brandwerende balaclava aan, hangt het adembeschermingstoestel op en hangt het gelaatstuk om de nek. Na de adembeschermingstest wordt de druk hardop geroepen. Ook worden de werkhandschoenen aangetrokken. Vervolgens neemt de deelnemer twee slangen van Ø45 mm en gaat met de slangen naar punt 3.



c) AFLEGGEN

De ene slang wordt neergelegd, de andere slang wordt naar punt 3a uitgeworpen. De deelnemer neemt één koppeling samen met de neergelegde slang mee en zo wordt de uitgeworpen slang tot punt 3a gestrekt. Bij punt 3a wordt de koppeling van de uitgeworpen slang neergelegd op de grond en wordt de tweede slang richting punt 3 uitgeworpen. De twee slangen worden hier aan elkaar gekoppeld en de tweede slang gestrekt naar punt 3. Hier legt de deelnemer de koppeling weer neer op de grond en gaat hij naar punt 4.

d) OPSTELLEN, BEKLIMMEN VAN HANDLADDER EN MEENEMEN VAN SPULLEN

Een tweedelige handladder, met 2 keer 14 treden, ligt met de onderkant tegen de muur en de deelnemer moet deze op een correcte manier tegen de muur plaatsen. Hij moet de ladder uitschuiven tot de markering op de tiende sport. Het trekkoord wordt omgewonden om de 3e en 5e sport en vastgeknoopt op de 4e sport. Vervolgens wordt de juiste klimhoek ingesteld (voeten tegen de ladderbomen en met rechte rug de armen gestrekt net de ladderboom kunnen raken). Wanneer de ladder volgens de regels staat (juiste hoek en trekkoord geknoopt) moeten uit de autopomp de volgende materialen worden gehaald: de gereedschapskoffer met schouderriem (uitgerust met een standaard gewicht van 10kg), een werklijn en een straalpijp. Deze materialen worden bij de handladder gelegd. De deelnemer pakt de straalpijp en gaat naar een slangkoppeling bij punt 3, koppelt de straalpijp eraan en loopt terug naar de handladder. Daar prepareert hij de slang om opgevoerd te kunnen worden. Dan beklimt de deelnemer de ladder, terwijl hij de slang en straalpijp op de juiste wijze draagt (slang langs de borst over de schouder met de straalpijp op de rug) tot de deelnemer met de beide voeten op de markering van de 10e sport staat. Dan gaat de deelnemer weer terug de handladder af en legt de slang neer op de grond. Vervolgens neemt hij de gereedschapskoffer, gordt deze met de schouderriem om, en brengt deze op een veilige wijze naar boven tot de beide voeten op de markering staan. Daarna daalt de deelnemer terug af en zet de koffer op de grond. Hij doet nog een keer hetzelfde met de werklijn. Elke keer moet men de materialen zodanig vast houden dat er twee handen vrij zijn om de ladder te kunnen beklimmen. Terwijl hij de ladder beklimt, worden de sporten geteld. Vervolgens gaat hij naar punt 5.

e) DEUR FORCEREN EN ROKERIGE RUIMTE BETREDEN

De instructeur registreert vanaf dit onderdeel de hartfrequentie in functie van de tijd. De deelnemer dient de stootram te pakken van het voertuig, adembescherming aan te sluiten en de fictieve deur door middel van driemaal stoten met de stootram te bewerken: liefst 1x op schouderhoogte, 1x op kniehoogte, en 1x op taille hoogte. (Stootram beetpakken zoals aangeleerd). De rest van het traject wordt met adembescherming afgemaakt. Vervolgens gaat de deelnemer naar punt 6.

f) SLANG TREKKEN IN ROKERIGE RUIMTE

Een halfgevulde slang O70 (zonder druk) met een straalpijp, gekoppeld aan de pomp, ligt zigzag gevouwen bij de autopomp. De slang wordt over de schouder gelegd en voorwaarts geheel gestrekt naar punt 6a. Vervolgens gaat de deelnemer naar punt 7.

g) REDDEN VAN PERSOON IN ROKERIGE RUIMTE

Een pop van 80 kg wordt over 2 x 7,5 m (in totaal 15 m) versleept. In het midden van het traject bevindt zich een drempel (met een hoogte van een gevulde slang van Ø45 mm). De pop kan worden vastgepakt waar men wil (bij voorkeur ter hoogte van de schouders), wordt van punt 7 naar punt 7a gesleept en weer terug van punt 7a naar punt 7. Het starten van het slepen moet op de juiste manier gebeuren. De deelnemer mag keren. Hij heeft het traject afgelegd als zijn beide voeten de lijn zijn gepasseerd. Vervolgens gaat de deelnemer naar punt 8.

h) STAPPEN OVER SMALLE RICHEL

Vier balken liggen in een zigzag opgesteld. De bedoeling is dat de deelnemer over de balken stapt (evenwichtsoefening). Afstappen onderweg betekent opnieuw beginnen. Het start- en eindpunt zijn gemarkeerd. De deelnemer dient de eerste en laatste pas in de gemarkeerde zone te zetten. Vervolgens gaat de deelnemer naar punt 9.



i) **SLANG DOORVOEREN IN ROKERIGE RUIMTE**

Trekken van last (maximaal 15 kg) over 2 x 15 m. Na de eerste 15 meter moet men lopen naar de pion (punt 9a) en de tweede keer de last 15 meter trekken. Vervolgens gaat de deelnemer naar punt 10.

j) **OVER OBSTAKEL KLIMMEN**

De deelnemer dient over het hek te stappen (dus niet springen), te lopen naar punt 10a, om te draaien en terug over het hek te stappen zonder te springen en te lopen naar punt 10. Vervolgens gaat de deelnemer naar punt 11.

k) **AANVALSWEG MET HD-SLANG IN ROKERIGE RUIMTE**

De deelnemer moet een hoge drukslang over een afstand van 15 meter meevoeren en weer mee terugnemen. Hij moet de eerste 3 meter normaal lopen, dan 3 meter onder een tunnel door en gehurkt lopen of steunend op de knieën (laag blijven), de volgende 3 meter rechtop lopend, de volgende 3 meter weer gehurkt of steunend op de knieën en nogmaals 3 meter rechtop lopend naar punt 11a. Dan moet hij achterwaarts terug lopen: eerst rechtop lopend, dan weer gehurkt of steunend op de knieën, rechtop lopend, dan weer gehurkt of steunend op de knieën en tenslotte rechtop lopen tot punt 11. Dit traject wordt afgelegd met het pistool met twee handen vast. Vervolgens gaat de deelnemer naar punt 12.

l) **SLOOPWERKZAAMHEDEN MET SLOOPHAAK IN ROKERIGE RUIMTE**

Hier dient de deelnemer met behulp van een massieve staaf een bal omhoog te stoten, die uit het plafond hangt op 2,5 meter hoogte, en de bal tien keer tegen de bovenkant van de korf stoten. Hij moet 10 juiste stoten geven. De instructeur telt hardop mee.

2.2. Informatie en instructies voorafgaand aan de uitvoering van de test

Voor de aanvang van de test wordt aan het operationele personeelslid uitgelegd wat er achtereenvolgens van hem/haar wordt verwacht en waarop wordt geëvalueerd. Er wordt vlak voor de testafname nogmaals gecheckt of de onderdelen goed begrepen zijn. Er wordt benadrukt dat:

- hoewel er een tijdslimiet is voorzien voor het afleggen van de proeven, het de bedoeling is dat het parcours zo snel mogelijk (maar binnen de eigen mogelijkheden) dient te worden afgelegd;
- dat alle onderdelen op zo veilig mogelijke en technisch correcte wijze gehaald moeten worden.

Voor de aanvang van de test wordt de hartfrequentiemeter omgedaan en wordt het operationele personeelslid naar het beginpunt gebracht. De sportdeskundige geeft aan wanneer er gestart mag worden: "Ik tel zo af, 3, 2, 1, START" en op "START" mag het operationele personeelslid beginnen. De sportdeskundige start tegelijkertijd de hartfrequentiemeting en de tijdsopname bij "START". Vanaf onderdeel 5 (als de adembescherming wordt aangesloten) wordt de hartfrequentie in functie van de tijd geregistreerd.



Voorbeeld evaluatiefiche conform de oefenkaart/pedagogische fiche

Onderdelen brandbestrijdingstest			
<input type="checkbox"/>	De test binnen 24 minuten kunnen afronden indien het de eerste maal is dat de test wordt gedaan of binnen 19 minuten indien de test vaker is uitgevoerd.	Voldoende	Herhalen
<input type="checkbox"/>	Alle onderdelen succesvol kunnen afronden	Voldoende	Herhalen
<input type="checkbox"/>	Alle onderdelen technisch correct uitvoeren zonder dat onveilige situaties zijn ontstaan. Dit oordeel is aan de technische instructeurs volgens geldende maatstaven in de praktijk	Voldoende	Herhalen

De resultaten van de hartslagmeter moeten worden overgemaakt aan de arbeidsgeneesheer.

Opmerkingen :

.....
.....

Resultaat van de brandbestrijdingstest: ok/nok

(Doorstrepen wat niet van toepassing is)



DEEL 3: Traplooptest

3.1. Beschrijving van de traplooptest

De traplooptest wordt uitgevoerd over een afstand waarbij 20 meter wordt gestegen, het aantal treden is hierbij afhankelijk van de treehoogtes. Het personeelslid moet zo snel mogelijk boven komen, met ongeveer 20 kg aan ballast, en dit zonder te stoppen. Deze ballast kan bestaan uit een gewichtsvest van ongeveer 20 kilogram, of uit brandweergelateerd materiaal in de vorm van een bundelslang met straalpijp plus het verzwaren van het draagstel met ongeveer 6 kg.

Aangezien de factor veiligheid steeds in acht genomen moet worden, wordt het vastnemen/steunen met de hand op de leuning toegestaan. Dit zorgt ervoor dat de deelnemer de test op een veilige manier kan uitvoeren.

De traplooptest als onderdeel van de geïntegreerde proef wordt afgelegd onder adembescherming.

Indien enkel de fysieke paraatheid wordt getoetst, dient het personeelslid deze test af te leggen met adembeschermingstoestel zonder dat het adembeschermingsmasker wordt gedragen.

3.2 Informatie en instructies voorafgaand aan de uitvoering van de test

Vooraf kan de kandidaat een warming-up houden waarbij hij drie trapdelen oefent om zijn stapritme te bepalen. Tevens kan hij, indien hij dat wenst, wat stretchoefeningen van spieren in kuit en bovenbeen uitvoeren voordat hij start. Hij kan nog vragen stellen.

De instructeur zegt "3, 2, 1, START" en op "START" mag de kandidaat beginnen.

De kandidaat neemt het brandweermateriaal mee tijdens het beklimmen van de trap (of een mobiele constructie die een trap simuleert). Hij wordt gevolgd door een instructeur. Aan de kandidaten wordt daarbij het volgende geadviseerd:

- Stap zo snel mogelijk naar boven met adembescherming aan
- Zonder te rennen (dus zonder zweefmoment)
- Met constant loopritme, zonder onderweg te stoppen
- Loop trede voor trede omhoog, waarbij iedere trede wordt aangeraakt
- Met in beide handen brandweermateriaal, aangewezen door de testleider

Boven wordt bij aankomst zo snel mogelijk de hartfrequentie afgelezen. De kandidaat koppelt boven zelf zijn adembescherming af en doet zijn masker af. Hij laat de brandweerhulpmiddelen boven liggen. Hierna loopt hij direct de trap weer rustig af, in een gelijkmatig tempo.



Voorbeeld evaluatiefiche conform de oefenkaart/pedagogische fiche:

Onderdelen traplooptest		
<input type="checkbox"/> De test correct uitvoeren binnen 120 seconden, waarbij een piekbelasting wordt bereikt (>85% van het theoretisch maximum van de hartfrequentie)	Voldoende	Herhalen
<input type="checkbox"/> OF de test correct binnen de 60 seconden uitvoeren, waarbij GEEN piekbelasting wordt bereikt	Voldoende	Herhalen

Met behulp van de eindhartfrequentie wordt het % van het theoretisch maximum van de hartfrequentie berekend:

% van het theoretisch maximum van de hartfrequentie = eindhartfrequentie: (220-leeftijd) =

Resultaat van de traplooptest: ok/nok

(Doorstrepen wat niet van toepassing is)

Algemeen resultaat van de geïntegreerde proef: accreditatie OK/NOK

