

PRE ASSESSMENT VRAGENLIJST

Deze vragenlijst geeft geen advies en vervangt ook geen advies van een gekwalificeerde medische professional. Fit4Fire biedt geen garantie voor veiligheid als gevolg van het gebruik ervan. Het gebruik van deze voorafgaande beoordelingsvragenlijst garandeert op geen enkele manier bescherming tegen letsel of overlijden als gevolg van deelname aan activiteiten binnen onze fitnessprogramma's. Fit4Fire aanvaardt geen enkele verantwoordelijkheid of aansprakelijkheid voor verlies, schade, ziekte, letsel of overlijden dat kan voortvloeien uit het handelen van een persoon op basis van de verklaringen of informatie in dit document.

DOEL: Om de mensen te vinden die al een bekende ziekte hebben, of tekenen of symptomen van een ziekte vertonen, en die mogelijk een hoger risico lopen op nadelige gebeurtenissen tijdens lichamelijke activiteit/oefening. Deze checklist vul je zelf in en beoordeel je zelf.

1. Heeft uw arts u gezegd dat u een hartprobleem heeft en dat u alleen fysieke (lichamelijke) inspanning op advies van een arts zou mogen uitvoeren? Ja Neen
2. Heeft u pijn op de borst bij fysieke (lichamelijke) inspanning? Ja Neen
3. Heeft u in de afgelopen periode pijn op de borst gehad terwijl u geen fysieke (lichamelijke) inspanning voerde? Ja Neen
4. Verliest u uw evenwicht als gevolg van duizeligheid of verliest u wel eens het bewustzijn. Ja Neen
5. Heeft u een ander skelet- of gewrichtsprobleem (bijv. aan rug, knie of heup) dat kan verergeren door een verandering in uw fysieke (lichamelijke) activiteitenpatroon? Ja Neen
6. Heb je in de afgelopen 12 maanden een astma-aanval gehad waarvoor je medische hulp nodig had? Ja Neen
7. Als je diabetes hebt (type I of type II), heb je de afgelopen 3 maanden moeite gehad om je bloedsuikerspiegel onder controle te houden? Ja Neen
8. Heb je andere medische aandoening(en) die het gevaarlijk voor je kunnen maken om deel te nemen aan lichamelijke activiteit/oefening? Ja Neen

Als je 'JA' hebt geantwoord op een van de Vragen 1-8, raadpleeg dan je leidinggevende en de bedrijfsarts van de brandweer om toestemming te krijgen om deel te nemen aan lichamelijke activiteit/oefening binnen onze fitnessprogramma's. Als er in de toekomst een verandering in je gezondheid, medische toestand of fysieke capaciteit is die ertoe zou leiden dat je 'JA' antwoordt op een van de Vragen 1-8, raadpleeg dan je huisarts of een andere medische professional voordat je verdere lichamelijke activiteiten onderneemt of deelneemt aan een Firefighter Furnace trainingsprogramma.

