

# MINISTERIËLE OMZENDBRIEF VAN 12 SEPTEMBER 2014 AANGAANDE DE FYSIEKE GESCHIKTHEID VAN DE OPERATIONELE PERSONEELSLEDEN VAN DE HULPVERLENINGSZONES. (inw. 26 oktober 2014) (B.S. 16.10.2014)

Aan de dames en heren Provinciegouverneurs

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 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**

Op 1 januari 2015 (of ten laatste 1 januari 2016) zullen de gemeentelijk en gewestelijk georganiseerde brandweerdiensten definitief overgaan naar een nieuwe structuur: de hulpverleningszone. Gelijklopend met deze bestuurlijke transformatie en dito consequenties zullen eveneens verschillende koninklijke besluiten in werking treden 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.

Niettegenstaande het belang van een optimaal conditieniveau voor de brandweerlieden niet in vraag gesteld wordt, werd het evenwel niet opportuun gevonden om voorschriften terzake in het nieuwe statuut te schrijven. Het komt toe aan de werkgever, in casu de zone, hiervoor de juiste maatregelen te nemen.

Aangezien ik evenwel reeds vragen krijg vanwege het terrein omtrent de concrete invulling van de proeven die gebruikt zouden kunnen worden, vind ik het opportuun om enkele richtlijnen mee te geven die de zoneraad kan hanteren als regel van goede praktijk. Een zone die deze richtlijnen volgt, beschikt mijns inziens over een conditioneel, slagkrachtig korps.

## **2. Wettelijke basis**

Aangezien elk operationeel lid bij aanwerving 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 voorziet de welzijnswet van 4 augustus 1996 dat de werkgever de nodige maatregelen moet 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 conditieniveau van het operationeel personeel draagt bij aan de arbeidsveiligheid van zichzelf, zijn collega's en de personen die hulp nodig hebben en komt ook zijn gezondheid in de brede zin ten goede (gezien de fysieke inspanningen die veel interventies van de brandweer vereisen).

## **3. Taak van de werkgever**

### **3.1. Opstellen van een reglement inzake periodieke fysieke proeven**

Zoals reeds gesteld, komt het de zoneraad toe om de modaliteiten van de periodieke fysieke proeven te bepalen. Zowel de frequentie, de inhoud als de eventuele trainingsmaatregelen maken het voorwerp uit van een afzonderlijk reglement 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 richtlijnen mee die als leidraad kunnen dienen voor het opstellen van dergelijk reglement.

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, hetgeen ten slotte een verhoogde fysieke geschiktheid in de hand werkt.

### 3.1.1. Frequentie

Aanbevolen wordt om de fysieke geschiktheid van het operationeel personeelslid tweejaarlijks te evalueren. De fysieke geschiktheid zou de eerste keer geëvalueerd moeten worden na het bekomen van het brevet voor de stagiair-brandweerman of voor de stagiair-kapitein.

De fysieke geschiktheid van het operationeel personeelslid dat de testen heeft afgelegd, kan vervolgens tweejaarlijks geherevalueerd worden door middel van diezelfde testen, tenzij hij zich uit eigen beweging aandient om de testen vervroegd af te leggen.

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 mee in overweging te nemen. Het verplicht jaarlijks medisch onderzoek moet derhalve op korte termijn plaatsvinden na het afleggen van de proeven. Een termijn van drie maanden wordt vooropgesteld.

### 3.1.2. Inhoud

De verschillende oefeningen worden beschreven in de bijlage aan deze omzendbrief. De uit te voeren oefeningen maken het mogelijk om het cardiovasculaire aspect, de abdominale houding, de soepelheid en de uithouding van de spieren van de bovenste en onderste ledematen te beoordelen. De proeven dienen te gebeuren in veilige omstandigheden.

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

### 3.1.3. Trainingsmaatregelen

Het operationeel personeelslid dat slaagt voor de testen uit het reglement wordt fysiek geschikt verklaard voor operationele taken. Slaagt het operationeel personeelslid niet, dan weze het opportuun 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 vervolgens tot aanbeveling dat hij een aangepast en intensief trainingsprogramma volgt en dit onder supervisie van een sportdeskundige (cfr. infra).

Wanneer blijkt dat ook het trainingsprogramma onvoldoende blijkt te zijn om binnen een redelijke termijn te slagen voor de testen, dan raad ik aan de arbeidsgeneesheer te vragen om na te gaan of het operationeel personeelslid nog geschikt is voor zijn functie.

## 3.2. Faciliteren van trainingsmodaliteiten

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 houden voor haar operationele leden. De te voorziene sportattributen liggen daarbij uiteraard in de lijn met de inhoud van de af te leggen proeven.

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 de houder van een brevet lichamelijke opvoeding.

#### **4. Taak van de werknemer**

Van het operationele personeelslid mag verwacht worden dat hij zijn conditieniveau onderhoudt waardoor hij zijn taken kan uitvoeren in alle veiligheid voor zichzelf, zijn collega's en de personen die hulp nodig hebben. Onverminderd de modaliteiten die vervat worden in het desbetreffende reglement (cfr. § 3.1) wordt het operationele personeelslid derhalve aangespoord om de nodige zelfreflectie aan de dag te leggen. Een ondermaats conditieniveau valt immers moeilijk te rijmen met het plichtsgevoel en de integriteit waarmee het personeelslid zijn functie dient uit te oefenen.

Gelieve, Mevrouw, Mijnheer de Gouverneur, deze omzendbrief ter kennis te brengen aan alle betrokken overheden van uw provincie.

Met de meeste hoogachting,



## **Bijlage bij de Ministeriële Omzendbrief aangaande de fysieke geschiktheid van de operationele personeelsleden van de hulpverleningszones**

De fysieke geschiktheid van de operationele personeelsleden tijdens de loopbaan wordt beoordeeld op basis van drie onderdelen:

1. Bloeddrukmeting;
2. Brandbestrijdingstest;
3. Traplooptest.

### **1. Bloeddrukmeting**

#### **1.1. Informatie en instructies voorafgaand aan de uitvoering van de test**

Laat de proefpersoon enkele minuten rustig zitten, daarna wordt de bloeddruk opgenomen. Twee keer bij de linkerarm en twee keer bij de rechterarm.

Bloeddruk links: 1) ..... mmHg 2) ..... mmHg  
Bloeddruk rechts: 1) ..... mmHg 2) ..... mmHg

#### **1.2. Criteria**

Bereken het gemiddelde van de twee waarden van de linkerarm van zowel Systole als Diastole

	Maximum
Bloeddruk systole = ..... mmHg	< 140
Bloeddruk diastole = ..... mmHg	< 90

- Indien de resultaten van de proefpersoon het maximum uit bovenstaande tabel overschrijden, dient men vooreerst het advies in te winnen van een arts alvorens men hem/haar kan laten deelnemen aan de overige testen.
- Ongeacht de uitslag dient men de resultaten van de bloeddrukmeting over te maken aan de arbeidsgeneesheer.

### **2. Brandbestrijdingstest**

#### **2.1 Informatie en instructies voorafgaand aan de uitvoering van de test**

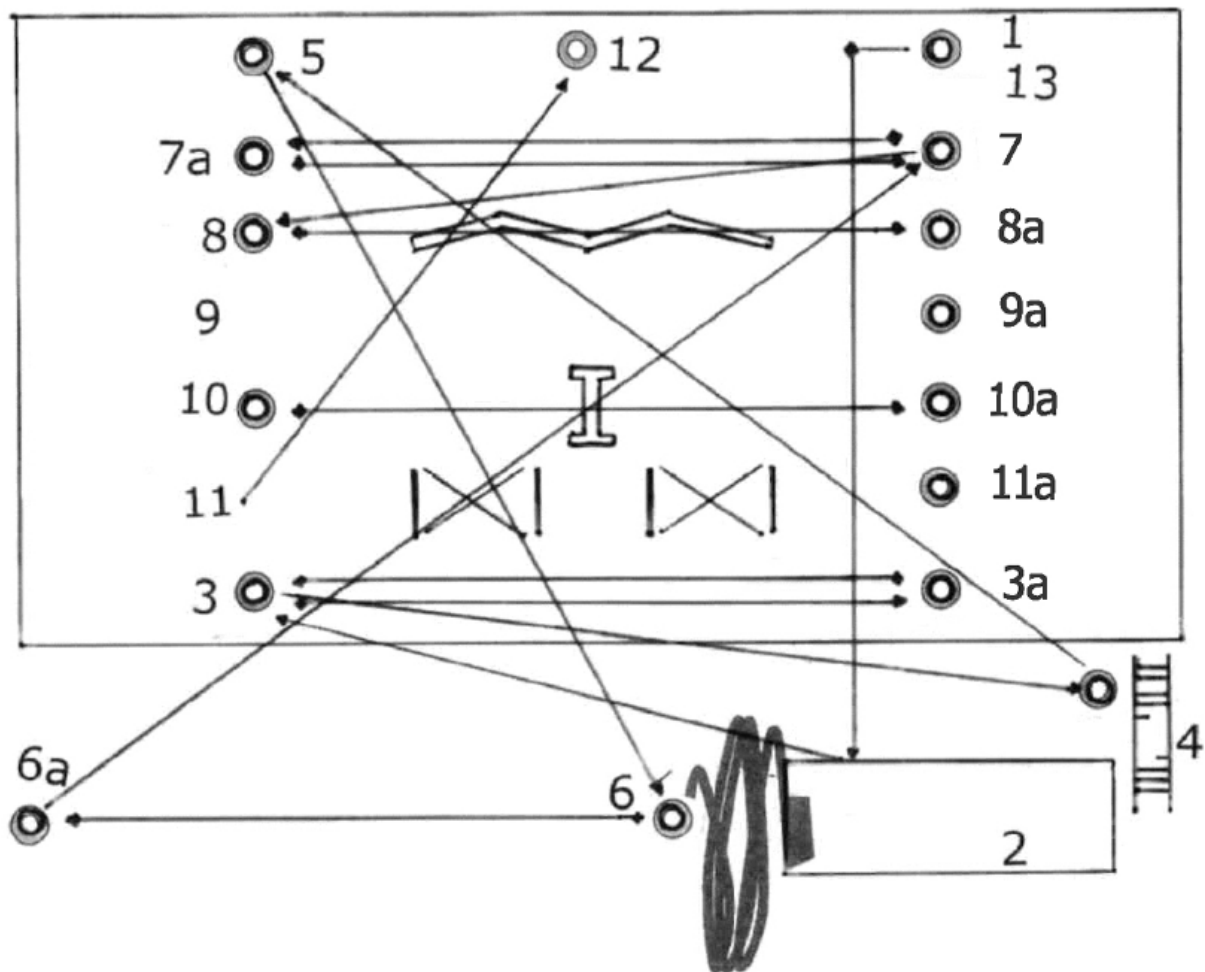
Voor de aanvang van de test werd aan het operationele personeelslid al uitgelegd wat er achtereen van hem/haar wordt verwacht; er wordt juist voor de testafname nogmaals gecheckt of de onderdelen goed begrepen zijn. Er wordt benadrukt dat:

- het de bedoeling is dat het parcours zo snel als mogelijk (maar binnen de eigen mogelijkheden) dient te worden afgelegd;
- dat alle onderdelen op zo veilig mogelijke wijze 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 toegebracht. 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 ademlucht wordt aangesloten) wordt de hartfrequentie in functie van de tijd geregistreerd.



De brandbestrijdingstest bestaat uit 12 testonderdelen. De sportdeskundige stelt het testparcours op overeenkomstig onderstaand schema:



## 2.2 Beschrijving van de brandbestrijdingstest

### 1. INZET GEREEDMAKEN

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

### 2. 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 ademlucht inhangt op het platform kan worden geschroefd). De deelnemer komt van plaats nummer 1 (zie overzicht), hangt het ademluchttoestel op en het gelaatstuk om de nek hangen. Na de ademluchttest wordt de druk hardop geroepen. Ook worden de werkhandschoenen aangetrokken. Vervolgens worden er twee slangen Ø45 gepakt en met de slangen naar punt 3 gelopen.

### 3. AFLEGGEN

De ene slang wordt neergelegd, de andere slang wordt naar punt 3a uitgeworpen. Eén koppeling wordt samen met de neergelegde slang meegenomen 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 de slang richting punt 3 uitgeworpen. De twee slangen worden hier aan elkaar gekoppeld en de tweede



slang gestrekt naar punt 3. Hier wordt de koppeling weer neergelegd op de grond. Hierna wordt er naar punt 4 gelopen.

#### **4. OPSTELLEN, BEKLIMMEN VAN HANDLADDER EN MEENEMEN VAN SPULLEN**

Een tweedelige handladder ligt met de onderkant tegen de muur en moet door het personeelslid op een correcte manier tegen de muur geplaatst worden. Men 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).

Als de ladder volgens de regels staat (juiste hoek en trekkoord geknoopt) moeten uit de autopomp de volgende materialen worden gehaald: de gereedschapskoffer, 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 wordt de slang met straalpijp op de juiste wijze naar boven gelopen (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 wordt de gereedschapskoffer gepakt en op een veilige wijze weer naar boven gebracht tot de beide voeten op de markering staan. De gereedschapskoffer wordt met een standaard gewicht van 10kg uitgerust. Weer terug en de koffer weer op de grond zetten. Hetzelfde gebeurt nog een keer met de werklijn. Elke keer moet men de materialen zodanig vast houden dat er twee handen vrij zijn om de ladder te kunnen beklimmen. Beklimmen terwijl de sporten geteld worden. Lopen naar punt 5.

#### **5. DEUR FORCEREN EN ROKERIGE RUIMTE BETREDEN**

De instructeur registreert vanaf dit onderdeel de hartfrequentie in functie van de tijd.

De stootram pakken van het voertuig, ademlucht aansluiten en de fictieve deur door middel van driemaal stoten met de stootram bewerken: liefst 1x op schouderhoogte, 1x op kniehoogte, en 1x op taille hoogte. (stootram beetpakken zoals aangeleerd). De rest van het traject wordt met ademlucht afgemaakt. Lopen naar punt 6.

#### **6. 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. Lopen naar punt 7.

#### **7. REDDEN VAN PERSOON IN ROKERIGE RUIMTE**

Een pop van 80 kg wordt over 2 x 7,5 m (in totaal 15 m) heen en weer versleept waarbij in het midden van het traject een drempel (ter hoogte van een gevulde slang Ø45) in het parcours is ingebouwd. De pop kan worden vastgepakt waar men wil (voorkeur is schouderbanden bij pop beschikbaar), 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 kandidaat mag keren of heeft het traject afgelegd als de beide voeten de lijn zijn gepasseerd. Lopen naar punt 8.

#### **8. LOPEN OVER SMALLE RICHEL**

Vier balken liggen in een zigzag opgesteld. De bedoeling is dat de deelnemer over de balken loopt als zijnde een evenwichtsbalk. Afstappen onderweg is opnieuw beginnen. Lopen naar punt 9.

#### **9. SLANG DOORVOEREN IN ROKERIGE RUIMTE**

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

#### **10. OVER OBSTAKEL KLIMMEN**



Over het hek stappen (dus niet springen), lopen naar punt 10a, omdraaien en terug over het hek stappen en lopen naar punt 10. Lopen naar punt 11.

## **11. AANVALSWEG MET HD-SLANG IN ROKERIGE RUIMTE**

Een hoge drukslang over een afstand van 15 meter meevoeren en weer mee terugnemen. De eerste 3 meter normaal lopen, dan 3 meter onder tunnel door en gehurkt lopen (laag blijven). De volgende 3 meter rechtop lopend. De volgende 3 meter weer gehurkt en nogmaals 3 meter rechtop lopend naar punt 11a. Dan achterwaarts terug lopen. Eerst rechtop lopend, dan weer gehurkt, rechtop lopend, dan weer gehurkt en tenslotte rechtop lopen tot punt 11. Dit traject moet op de hurken en niet op de knieën worden afgelegd met het pistool met twee handen vast. Lopen naar punt 12.

## **12. SLOOPWERKZAAMHEDEN MET SLOOPHAAK IN ROKERIGE RUIMTE**

Met behulp van een massieve staaf een bal omhoog stoten, die uit het plafond hangt op 2,5 meter hoogte en de bal tien keer tegen de bovenkant van de korf stoten. Men geeft 10 juiste stoten. De instructeur telt hardop mee.

### **2.3. Criteria om te slagen voor de brandbestrijdingstest**

- De test is binnen 24 minuten afgerond (als het de eerste maal is dat de test wordt gedaan) en binnen 19 minuten (als de test vaker is uitgevoerd).
- Alle onderdelen zijn gehaald.
- Alle onderdelen zijn technisch correct uitgevoerd zonder dat onveilige situaties zijn ontstaan. Dit oordeel is aan de technische instructeurs volgens geldende maatstaven in de praktijk.

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

## **3. Traplooptest**

### **3.1. Informatie en instructies voorafgaand aan de uitvoering van de test**

- Loop zo snel mogelijk naar boven met ademlucht aan
- Zonder te rennen (dus zonder zweefmoment)
- Met constant loopritme, zonder onderweg te stoppen
- Loop trede voor trede omhoog, waarbij iedere trede wordt aangeraakt
- Geen steun bij de leuning zoeken
- Met dit brandweermateriaal, verdeeld over beide handen (wijs aan)

De kandidaat neemt dit brandweermateriaal mee tijdens het beklimmen van de trap (of een mobiele constructie die een trap simuleert). Hij wordt gevolgd door een instructeur. Boven wordt bij aankomst zo snel mogelijk de hartfrequentie afgelezen. De kandidaat koppelt boven zelf zijn ademlucht af en doet zijn masker af. Hij laat de brandweershulpmiddelen boven liggen. Hierna loopt hij direct de trap weer rustig af, in een gelijkmatig tempo.

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.

### **3.2. Beschrijving van de traplooptest**

Het personeelslid loopt, na een warming up indien nodig, zo snel mogelijk (maar zonder te rennen) en zonder steun van handen de verdiepingen naar boven. De hartfrequentie wordt opgenomen om de eindhartfrequentie te kunnen bepalen bij aankomst boven. Tevens wordt de tijd opgenomen en wordt de verbruikte ademlucht gemeten. Vóórdat de trap weer wordt afgedaald, koppelt het personeelslid de ademlucht zelf los en doet het masker af. Het personeelslid neemt het brandweermateriaal niet mee terug. Direct daarna dalen het personeelslid en de instructeur de trap af. De instructeur loopt vóór het personeelslid de trap af ter beveiliging.



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 brandweegerelateerde materialen in de handen, zonder te stoppen en zonder steun te zoeken aan de leuning.

Het materiaal dat over beide handen verdeeld mee naar boven genomen moet worden kunnen bv slangen Ø45 zijn: iedereen zou ze goed moeten kunnen vastpakken. Het is niet de bedoeling dat de lasten het personeelslid hindert om boven te komen.

### **3.3. Criteria om te slagen voor de traplooptest**

De traplooptest moet zo snel mogelijk worden uitgevoerd, zonder dat er onveilige situaties ontstaan. Het personeelslid moet boven komen, met ongeveer 20 kg aan brandweegerelateerde materialen in de handen, zonder te stoppen en zonder steun te zoeken aan de leuning.

Een piekbelasting moet bereikt worden door >85% van het theoretisch maximum van de hartfrequentie te behalen en de test correct binnen 120 seconden uit te voeren OF >85% van het theoretisch maximum van de hartfrequentie hoeft niet behaald te worden indien iemand de test correct binnen 60 seconden uitvoert.

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) = .....

