Walker registration form (Italian)

Modulo di registrazione dei partecipanti

Use this form to join Heart Foundation Walking. You will need to find out the name and ID number of the group you wish to join as well as the name of your group's Walk Organiser before you can complete the registration process. The Walk Organiser for your group can help you with this. To find your nearest group, visit www.heartfoundation.org.au/walking or call 1300 36 27 87. It is a good idea to go along to one of the group's walks before completing this form and joining.

Usa questo modulo per iscriverti alla Heart Foundation Walking. Fatti dare il nome ed il numero d'identitá del gruppo a cui vuoi iscriverti nonché il nome dell'Organizzatore prima di completare la procedura di registrazione.L'organizzatore del gruppo ti puó aiutare. Per trovare il gruppo piú vicino vai al sito www.heartfoundation.org.au/walking o chiama il 1300 36 27 87. E' consigliabile andare ad una delle passeggiate prima di iscriversi.

Group ID Numero d'identitá	Group Name Nome del gruppo	Walk Organiser Organizzatore
First name Nome	Last name Cognome	
Address Indirizzo		
Suburb/Town Quartiere/Cittá	State Stato	Postcode CAP
Date of birth Data di nascita		
Email Email		

Telephone Tel.

Home	Casa	Work	Ufficio
Mobile	Cellulare	Fax	Fax

Preferred contact	Recapito preferito				
Home Telephone	Tel. casa	☐	Work Telephone	Tel. ufficio	☐
Mobile	Cellulare	☐	Email	Email	☐
Gender	Sesso				
Male	Maschio	☐	Female	Femmina	☐

Occupation	Professione				
Employed	Impiegato	☐	Self employed	autonomo	☐
Unemployed	Disoccupato	☐	Retired	Pensionato	☐
Semi-retired	Semi pensionato	☐	Home Duties	Casalinga	☐
Student	Studente	☐	Other	Altro	☐

How did you hear about Heart Foundation Walking?

Come ne sei venuto a conoscenza?

Health professional	Personale medico	☐	Internet	Internet	☐
Newsletter	Bollettino	☐	Flyer	Volantino	☐
Radio	Radio	☐	TV	TV	☐
Word of mouth	Sentito dire	☐	Other	Altro	☐

What is your first language? (Optional)

Lingua madre (facoltativo)?

Are you of Aboriginal or Torres Strait Islander origin? (Optional)

Sei Aborigeno o delle isole dello Stretto di Torres? (facoltativo)

No	No	☐			
Yes, Aboriginal	Si, Aborigeno	☐	Yes, Torres Strait Islander	Si, Torres	☐

I would like to receive a copy of Heart Foundation Walking Newsletter. Note: Newsletters are only available in English.

Gradirei una copia del Bollettino della Heart Foundation Walking. Attenzione, é solo in inglese.

Yes	Si	☐	No	No	☐

Please indicate whether you would prefer to receive an email or paper version.

Preferisci riceverlo per email o su carta?

Email	Email	☐	Paper	Carta	☐

I would like to participate in the Walker's recognition scheme (e.g. certificates / vouchers on achieving walking milestones)?

Desidero partecipare al Programma di Riconoscimento (certificati/buoni raggiungendo traguardi)

Yes	Si	☐	No	No	☐

Will you be walking with your pet dog?

Vuoi camminare con il cane?

Yes	Si	☐	No	No	☐

The Heart Foundation relies on the generosity of individuals and from bequests in people's wills. Since 1959 the Heart Foundation has funded life saving medical research and has helped all Australians understand the importance of looking after their hearts. To make a donation please call 1300 36 27 87 or visit www.heartfoundation.org.au.

La Heart Foundation dipende dalla generositá delle persone e dai lasciti testamentari.Dal 1959 la Heart Foundation ha finanziato ricerche mediche vitali ed ha aiutato gli australiani a capire meglio l'importanza di curare il proprio cuore. Per fare una donazione chiama il numero 1300 36 28 87 o visita il sito www.heartfoundation.org.au

Medical details

If you plan on becoming much more physically active than you are now, we recommend that you check with your doctor before you participate in Heart Foundation Walking. Please read and consider the following questions carefully. You do not need to provide the Heart Foundation your response.

- Has your doctor ever said that you have a heart condition and that you should only do physical activity recommended by a doctor?
- Do you feel pain in your chest when you do physical activity?
- In the past month, have you had chest pain when you were not doing physical activity?
- Do you lose your balance because of dizziness or do you ever lose consciousness?
- Do you have a bone or joint problem that could be made worse by a change in your physical activity?
- Is your doctor currently prescribing drugs for your blood pressure or heart?
- Do you know of any other reason why you should not do physical activity?
- Are you male and over the age of 35, and NOT accustomed to regular exercise?
- Are you female and over the age of 45 and NOT accustomed to regular exercise?

If any of the above medical issues apply please consult your doctor before you participate in Heart Foundation Walking. If the above medical issues do not apply and you are satisfied that you are physically fit to participate in Heart Foundation Walking, we recommend that you start slowly and build up gradually. Common sense is your best guide. You should delay increasing your physical activity if you are suffering from a cold or a fever or other temporary illness, until you feel better.

Note: if your health or circumstances change, you will need to see your doctor to check that it is still safe for you to participate in Heart Foundation Walking.

Particolari medici

Se pensi di aumentare la tua attivitá fisica piú del tuo solito, ti consigliamo di parlarne con il medico prima di partecipare alla Heart Foundation Walking. Leggi e considera attentamente le domande che seguono. Non sei obbligato a fornire risposte alla Heart Foundation.

- Ti é stato mai detto dal dottore che soffri di una condizione cardiaca e che puoi fare esercizio fisico solo su sua raccomandazione?
- Senti dolore al petto quando fai esercizio fisico?
- Nel mese scorso, hai sentito dolore al petto quando non hai fatto esercizio fisico?
- Perdi l'equilibrio per capogiri o hai mai perso conoscenza?
- Hai problemi di ossa o di giunture che potrebbero aggravarsi aumentando l'attivitá fisica?
- Ti sono state prescritte al momento medicine per pressione alta o per il cuore?
- Sei al corrente di altre ragioni per non fare attivitá fisica?
- Sei maschio di etá superiore ai 35 anni e NON abituato a esercizio regolare?
- Sei femmina di etá superiore ai 45 anni e NON abituata a esercizio regolare?

Se soffri di una o piú di queste condizioni mediche consulta il medico prima di partecipare alla Heart Foundation Walking. Se le condizioni mediche suddette non sussistono e ti senti fisicamente in grado di partecipare alla Heart Foundation Walking, ti consigliamo di cominciare piano e di aumentare gradualmente. Il buon senso sará la tua guida migliore. Rimanda l'aumento dell'esercizio fisico se hai il raffreddore o la febbre o altra condizione temporanea fino a quando non ti sentirai meglio.

Attenzione: se la tua salute o le circostanze cambiano consulta il medico e fatti confermare che la tua partecipazione alla Heart Foundation Walking puó continuare in sicurezza.

Terms and conditions

1. I agree to participate in Heart Foundation Walking at my own risk.
2. I understand the program involves a range of walks from very gentle to quite vigorous.
3. If I am aware of any medical condition which may be affected by the physical activity of this program, or if any of the medical issues referred to under the Medical Details section apply, then I will check with my doctor first before participating in this program.
4. I have read and understand the Walker Handbook.
5. I understand the Heart Foundation is not responsible for any loss, damage, expense or personal injury which may be sustained by me by reason of any neglect, omission or failure on the part of the Heart Foundation, or its servants, agents, employees or any other persons as a result of my participation in the activities of this program.
6. I acknowledge that if I am walking with my dog I am solely responsible for my animal and for any injury or damage my animal might cause to any person or property.
7. I agree to comply with these terms and conditions as may be amended by the Heart Foundation from time to time and acknowledge that the Heart Foundation will display up to date terms and conditions at www.heartfoundation.org.au.
8. To the best of my belief, the information that I have supplied on this registration form is true and correct.

Condizioni

1. Accetto di partecipare alla Heart Foundation Walking a mio rischio e pericolo.
2. Mi rendo conto che il programma prevede una serie di passeggiate da leggere a molto vigorose.
3. Se mi accorgo che le mie condizioni mediche possono essere aggravate dall'esercizio fisico o se sussistono i problemi medici indicati nella sezione medica, consulteró il mio dottore prima di iniziare le attivitá del programma.
4. Ho letto e capito il Manuale del camminatore.
5. Capisco che la Heart Foundation non é responsabile per perdite, danni, spese o lesioni personali incorse da me a causa di negligenza, omissione o mancanza da parte della Heart Foundation, dei suoi dipendenti, agenti o impiegati o di altre persone a seguito della mia partecipazione alle attivitá di questo programma.
6. Accetto piena responsabilitá per il mio cane e per danni o lesioni che possa causare a persone o cose.
7. Accetto di osservare queste condizioni che possono essere modificate di tanto in tanto dalla Heart Foundation e riconosco che la Heart Foundation metterá a disposizione gli aggiornamenti sul sito www.heartfoundation.org.au
8. Dichiaro in fede che le informazioni da me fornite in questo modulo sono corrette.

Signature (to be signed by parent/guardian if participant is under 18yrs*)

Firma (del genitore o tutore per i minori di 18 anni*)

Date

Data

_____/_____/_____

Heart Foundation Walking

Heart Foundation Walking

Date

Data

_____/_____/_____

* Parent/guardian registration form must be attached as no registrations can be accepted from unaccompanied minors.

* Il modulo di registrazione del genitore/tutore deve essere accluso poiché l'iscrizione di minorenni non accompagnati non viene accettata.

The Heart Foundation gratefully acknowledges the support and funding for Heart Foundation Walking from the Australian Government Department of Health and Ageing. Heart Foundation Walking is also funded by the Queensland Government to get more Queenslanders active.

La Heart Foundation ringrazia per il sostegno anche finanziario ricevuto dal Ministero della Salute e degli Anziani. La Heart Foundation Walking riceve finanziamenti anche dal programma del Queensland per aumentare il numero dei cittadini fisicamente attivi.

Heart Foundation Privacy Policy

The Heart Foundation respects your privacy and has embraced the National Privacy Principles. We will only use the information provided for the purpose of administering our programs. If you have any questions about privacy, please telephone 1300 55 02 82 and ask for the Privacy Officer.

Direttive dalla Heart Foundation sulla privacy

La Heart Foundation ripetta la tua privacy ed accetta i Principi Nazionali di Privacy. Le informazioni ricevute saranno usate esclusivamente per la gestione del programma. Per eventuali quesiti sulla privacy telefona al numero 1300 55 02 82 e chiedi del Funzionario della Privacy.