



DE VEILIGHEIDSTRAINER

bedrijfshulpverlening op maat

Veilig en Verantwoord trainen

IN DE ANDERHALVEMETERSAMENLEVING



Uitgangspunten

- De veiligheid van onze cursisten, medewerkers en docenten staat te allen tijde voorop;
- De focus is gericht op hygiëne- en veiligheidsmaatregelen rondom Covid-19;
- Deze instructie stelt een kader voor de werkwijze van ons als docenten, wij zijn hierin verantwoordelijk voor de uitvoering;
- De eisen met betrekking tot de eindtermen van de certificerende instanties bij veiligheidscursussen blijven van kracht;
- De richtlijnen van het RIVM zijn leidend voor iedereen.

Algemene gedrags- en hygiëneregels

- Blijf thuis als je één van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest of verhoging vanaf 38 graden;
- Blijf thuis wanneer een huisgenoot meer dan 38 graden koorts heeft en/of benauwdheidsklachten heeft;
- Houd te allen tijde 1,5 meter afstand tot medewerkers en cursisten;
- Schud geen handen;
- Hoest en nies in je elleboog en gebruik papieren zakdoekjes;
- Was je handen regelmatig met water en zeep en gebruik handdesinfectiegel.

Gedrags- en hygiëneregels in het cursusgebouw

Algemeen

- Geef de gedrags- en hygiëneregels aan de buitenkant van het lokaal;
- Herhaal de gedrags- en hygiëne regels voor de toiletten en voor de rookruimte;
- Laat daar waar mogelijk deuren openstaan, zodat men deze niet hoeft te openen;
- Mocht een lokaal twee of meer deuren hebben, heeft een aparte in- en uitgang de voorkeur;
- Volg de aangegeven looproutes;
- Spreid bij meerdere groepen zoveel mogelijk de aanvangstijden, eindtijden en pauzes;
- Geef binnen het leslokaal de verkeersroutes en de 1,5 meter markeringen met tape aan; - Zorg dat cursisten bij binnenkomst en bij vertrek en tijdens pauzes de juiste afstand van 1,5 meter tot elkaar kunnen bewaren;
- Beperk verplaatsingen, zodat cursisten alleen op de noodzakelijke plaatsen komen;
- Een toiletgroep mag door maximaal één persoon tegelijk worden gebruikt;
- Neem ook 1,5 meter afstand in acht wanneer er moet worden gewacht;
- Bij de reguliere cursussen via open inschrijving of inhuur door andere opleiders, zijn de locaties grotendeels zelf verantwoordelijk voor extra hygiëne maatregelen.
- Bij Incompany trainingen worden er voorafgaand aan de training met de incompany klant afspraken gemaakt over de gedrags- en hygiëne regels.

Handen wassen

- Desinfecterende handgel is beschikbaar bij de entree van het lokaal en in de lesruimte;
- Op de locatie zijn voldoende gelegenheden om de handen te kunnen wassen;
- Bij de entree moeten de handen worden gedesinfecteerd;
- Bij het verlaten van de lesruimte worden handen opnieuw gewassen/gedesinfecteerd.

Lunch

- De lunch wordt genuttigd volgens het protocol van de locatie of volgens de afspraak die met de incompany klant is gemaakt;
- Als de lunchfaciliteiten zich buiten het leslokaal bevinden, zorg dan dat de cursisten met in achtneming van de 1,5 meter regel het leslokaal en de lunchruimte in- en uit lopen;
- Zorg dat er tijdens de lunch zo min mogelijk verplaatsingen nodig zijn.

Groepsgrootte

- Het maximale aantal cursisten per groep is afgestemd op het kunnen borgen van de 1,5 meter afstand en hiermee de afmetingen van de lesruimte;
- De 1,5 meter regel moet ook buiten tijdens de brandblusoefeningen aangehouden worden.

Ontvangst en begeleiding van cursisten

- Vang cursisten op bij de ingang van de lesruimte en behoud 1,5 meter afstand;
- Wijs je cursisten hierbij op de huisregels en de looproutes;
- Controleer of er cursisten aanwezig zijn met gezondheidsklachten, zoals hoesten, niezen, verkoudheid, koorts of zieke indruk. Als dat zo is, verzoek de betreffende cursist dan het gebouw te verlaten;
- Geef cursisten een vaste (zit)plaats in de ruimte waar zij telkens naar toe terug keren;
- Start elke training met een veiligheidsinstructie aangevuld met de Corona-regels (we tonen dit ook in PowerPoint presentatie);
- Wijs je cursisten erop dat zij na afloop van de cursus de locatie direct moeten verlaten.

Hygiëne van leermiddelen

Algemeen

- Desinfecteer de leermiddelen voorafgaand aan de cursus en na afloop van de cursus;
- Reinig na gebruik door een cursist alle leermiddelen in de cursus;
- Het gaat niet alleen om eerste hulpmiddelen, maar ook om de brandblussers etcetera;
- Volg de schoonmaakvoorschriften op van de fabrikant van de reanimatiepop;
- Verstrek elke cursist een eigen set met verbandmiddelen en gooi deze na gebruik weg.

Handschoenen

- Bij alle sessies waar deelnemers in contact komen met materialen moeten er handschoenen worden gedragen;
- Deze handschoenen moeten direct na de oefening worden weggegooid;
- Het is de verwachting dat Europese regelgeving gaat eisen dat cursisten en docenten tijdens de gehele les handschoenen moeten dragen.

Mondkapjes

- Er geldt tijdens cursussen vooralsnog geen verplichting tot het dragen van mondkapjes;
- Houd de RIVM richtlijnen nauwlettend in de gaten voor eventuele wijzigingen.

Didactische werkwijze Eerste Hulp

- We gebruiken de video's uit de NIBHV presentatie als demonstratiemiddel voor competenties;
- We maken meerdere werkstations waarin cursisten in groepjes van 2 personen werken met de instructiekaarten van het NIBHV;
- We markeren op ieder werkstation de 1,5 meter zones met lint en tape;
- Plaats bij elk werkstation 2 stoelen op 1,5 meter afstand van elkaar;
- Bij elk werkstation leest 1 cursist de instructies voor en geeft tips en tops en 1 cursist voert de competenties uit. Daarna reinigen en wisselen van rol;
- Wanneer beide cursisten een werkstation hebben beoefend wederom reinigen, evalueren en wisselen naar het volgende werkstation;
- Zorg dat elke cursist een eigen verbandsetje heeft;
- Oefen niet op medecursisten of lotusslachtoffers. Gebruik in plaats daarvan de benen of armen van de reanimatiepop of blus/slachtofferpop of gebruik een kunstarm of een kunstbeen;
- Gebruik meerdere reanimatiepoppen, zodat meerdere cursisten tegelijk kunnen oefenen met inachtneming van 1,5 meter afstand.
- Ontsmet de reanimatiepoppen na gebruik. Volg de schoonmaak- en onderhoudsvoorschriften van de fabrikant van de reanimatiepop op;
- Ontsmet de blus/slachtofferpoppen na gebruik;
- Gebruik poppen voor verslikking in plaats van te oefenen op een medecursist.

Noot: Tijdens de COVID-19 pandemie gelden bij een daadwerkelijke reanimatie in de praktijk aangepaste richtlijnen. IWe informeren de cursisten hierover. Op de website van de Nederlandse Reanimatie Raad vind je de aangepaste richtlijnen terug bij de Corona-updates en BHV.

Didactische werkwijze Brandbestrijding & Ontruiming

- We gebruiken de video's uit de NIBHV presentatie als demonstratiemiddel voor competenties;
- We maken meerdere werkstations waarin cursisten in groepen van 3 personen werken met de instructiekaarten van het NIBHV. Je kunt bijvoorbeeld denken aan de volgende werkstations:
 - ✓ Werkstation 1 Pop in brand;
 - ✓ Werkstation 2 CO2 blussing;
 - ✓ Werkstation 3 Schuimblussing;
 - ✓ Werkstation 4 Brandslanghaspelprocedure; ✓ Werkstation 5 Deurprocedure;
- Markeer op ieder werkstation de 1,5 meter zones met lint en tape;
- Bij elk werkstation beoefent 1 cursist de competenties en de andere 2 cursisten ondersteunen en geven tips en tops aan de hand van de instructiekaarten tips en tops. Daarna reinigen en wisselen van rol;
- Wanneer alle 3 de cursisten de competenties op het werkstation hebben uitgevoerd, kan er worden gewisseld naar het volgende werkstation;
- Voor het ontruimingsgedeelte kun je een table-top oefening op 1,5 meter afstand houden.

De plattegrond kan in een PowerPoint worden gezet met bewegende GIF-afbeeldingen.

Overzicht van benodigde extra materialen en middelen

- Voor het verzorgen van cursussen tijdens COVID-19 moeten we de volgende extra materialen en middelen beschikken:
- rol markeringstape
- Een rol duct tape
- Een zuil met desinfecterende handgel voor bij de ingang van het leslokaal;
- Voldoende nitril handschoenen voor iedere cursist;
- Een geplastificeerde veiligheidsinstructie voor bij de ingang van het lokaal
- Een aangepaste veiligheidsinstructie in je PowerPoint presentatie;
- NIBHV instructiekaarten EH en B&O voor op de werkstations;
- Extra poppen met armen en benen;
- Zo mogelijk een kunstarm of een kunstbeen voor het aanleggen van verband.

Competenties en leermiddelen op werkstations

NIET-SPOEDEISENDE EERSTE HULP	
Competentie	Hulpmiddelen
Verplaatsen slachtoffer met Rautekgreep	• Blus/slachtofferpop
Uitwendige wonden aanleggen snelverband (onderarm) of dekverband (vinger of hand)	• Reanimatiepop of blus/slachtofferpop
	• Kunstarm met hand
	• Verbandmaterialen conform certificeringsreglement
Kneuzingen en verstuikingen aanleggen steunverband (enkel of pols)	• Reanimatiepop of blus/slachtofferpop
	• Kunstarm/been
	• Verbandmaterialen conform certificeringsreglement
Botbreuken ondersteunen gesloten en open botbreuken (been of arm) en afdekken open botbreuken (onderbeen)	• Kunstbeen
	• Reanimatiepop of blus/slachtofferpop
	• Verbandmaterialen conform certificeringsreglement
SPOEDEISENDE EERSTE HULP	
Competentie	Hulpmiddelen
Verplaatsen slachtoffer met Rautekgreep	• Blus/slachtofferpop • Pop met voldoende gewicht
Herkennen bewustzijnsstoornis	• Reanimatiepop
Luchtweg openen, ademhaling controleren en herkennen circulatiestilstand	
Borstcompressies geven en beademen	
Reanimeren: E tot en met G > eindtoets	
Gebruik AED (bvh'er en bediener AED)	• Reanimatiepop met AED
Slachtoffer van buik naar rug draaien	• Reanimatiepop of blusslachtofferpop
Stabiele zijligging	• Reanimatiepop met voldoende gewicht of blusslachtofferpop • Of foto's maken van de stappen en op volgorde laten leggen
Opheffen luchtwegafsluiting	• Pop voor verslikking. • Of foto's maken van de stappen en op volgorde laten leggen
Bloedingen (stelpen van bloeding en aanleggen wonddrukverband)	• Kunstarm • Reanimatiepop of blus/slachtofferpop

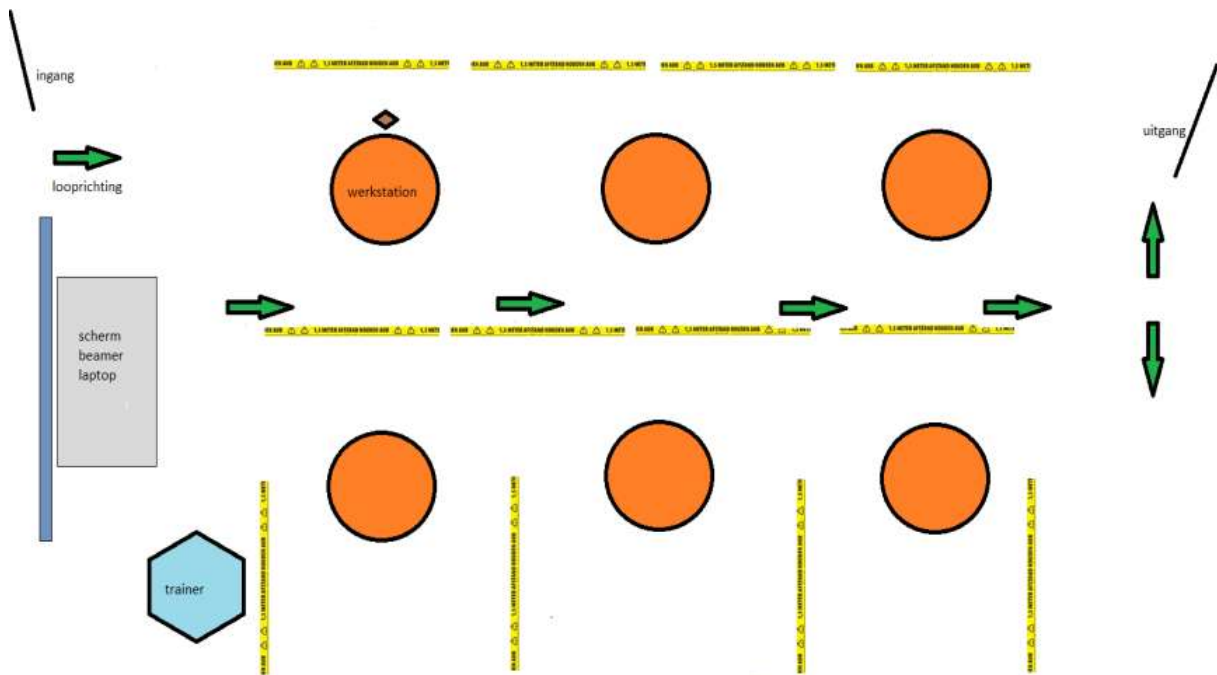
BRANDBESTRIJDING

Competentie	Hulpmiddelen
Controleren en openen van deuren bij vermoeden van brand	Niet afwijkend van certificeringsreglement
Bestrijden beginnende vaste stoffen brand	Niet afwijkend van certificeringsreglement
Bestrijden van een beginnende vloeistof- of vet/oliebrand	Niet afwijkend van certificeringsreglement

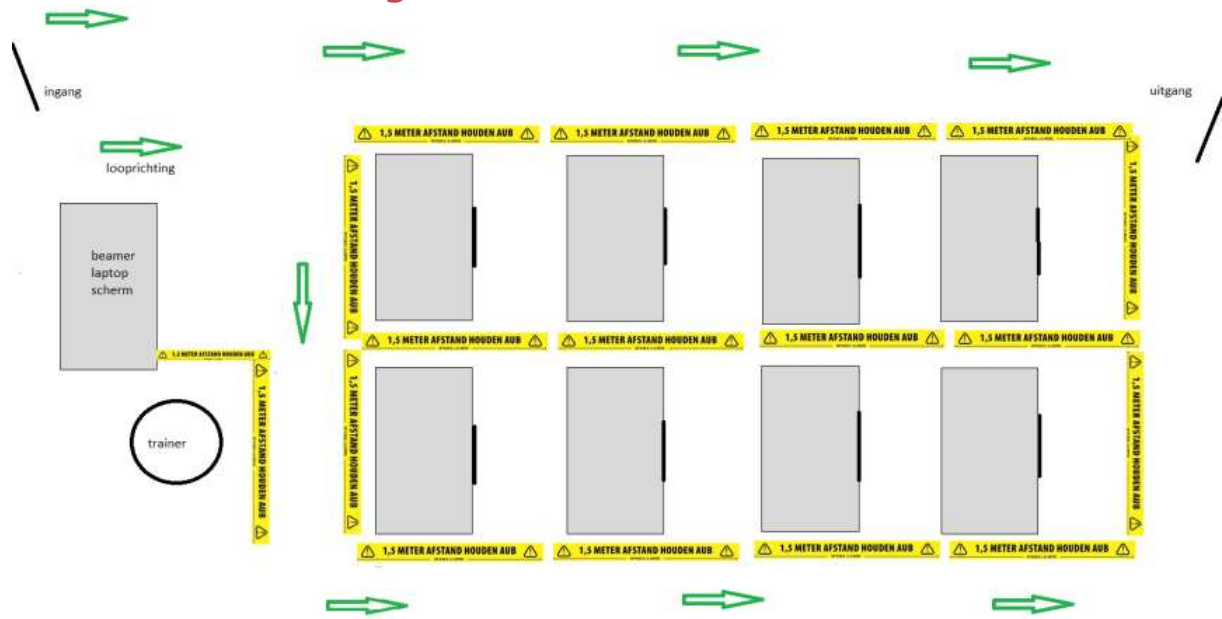
ONTRUIMING

Competentie	Hulpmiddelen
Optreden bij een ontruiming	<ul style="list-style-type: none"> • Plattegrond op whiteboard, flipovervel of in PowerPointpresentatie

Bijlage 1 Voorbeeld indeling praktijklokaal



Voorbeeld indeling theorielokaal



Waarschuwbord



Hygiëne-instructie

Instructies COVID-19 Veilig en verantwoord trainen

- Verkouden, loopneus, niezen, keelpijn, hoesten en/of koorts? U kunt helaas niet deelnemen aan de training en mag het leslokaal niet betreden!
- Desinfecteer uw handen telkens voordat u het lokaal binnenkomt.
- Volg bij binnenkomst de instructies van de docent op en loop direct naar de aangewezen plaats.
- Houd altijd 1,5 meter afstand.
- Gebruik de toegewezen persoonlijke beschermingsmiddelen.

