



**22 april 2020**

Bewust veilig werken is juist in deze tijd van groot belang. De veiligheid van cursisten, instructeurs en personeel van opleidingscentra staat voorop. NIBHV geeft in dit protocol tips voor opleiders en instructeurs om veilig en efficiënt cursussen kunnen geven in deze bijzondere omstandigheden. De opleider/instructeur blijft te allen tijde zelf verantwoordelijk voor de veiligheid en gezondheid van cursisten tijdens een cursus en bijbehorend examen.

### UPDATES

NIBHV is in overleg met de Nederlandse Reanimatieraad en Het Oranje Kruis. Zodra de richtlijnen voor reanimatie- en eerste hulp cursussen beschikbaar zijn, zal er een update van dit protocol komen, als dat nodig is. Het protocol wordt ook aangepast als de RIVM richtlijnen wijzigen.

### VOLG DE RIVM-RICHTLIJNEN OP

Voor iedereen, zowel voor instructeurs als voor cursisten als voor medewerkers van opleidingscentra, gelden de algemene RIVM-richtlijnen:

- Blijf thuis als je een van de volgende klachten hebt: neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, verhoging (vanaf 38 C°).
- Blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf de 38 C°) en/of benauwdheidsklachten.
- Schud geen handen.
- Houd minimaal 1,5 meter afstand van elkaar.
- Zorg dat je fit bent: neem genoeg rust en zorg voor goede voeding en persoonlijke hygiëne.
- Als je hoest of niest, doe dat aan de binnenkant van de elleboog.
- Was goed en regelmatig je handen met water en zeep.
- Gebruik handdesinfectiegel als water en zeep niet beschikbaar zijn.

### AANGEPASTE REANIMATIERICHTLIJNEN

In de cursus spoedeisende eerste hulp leren cursisten reanimeren (beademen en borstcompressies) op een reanimatiepop. Ze leren reanimeren volgens de normale richtlijnen van de Nederlandse Reanimatie Raad.

Tijdens de COVID-19 pandemie gelden bij een daadwerkelijke reanimatie in de praktijk aangepaste richtlijnen. Informeer cursisten hierover. Op de NIBHV website vind je de [aangepaste richtlijnen](#) bij de [corona-updates](#) en bhv.

### TOEZICHT DOOR OPLEIDER

- Geef instructeurs en overige medewerkers een uitgebreide instructie over de wijze waarop het protocol in de diverse locaties moet worden uitgevoerd.
- Geef instructeurs en overige medewerkers de instructie dat zij cursisten moeten aanspreken op ongewenst gedrag bij overtreding van de regels.
- Zorg voor handhaving van de regels in en om de cursuslocatie.
- Als er updates komen op de gemaakte afspraken moeten die zo snel mogelijk worden gecommuniceerd.

## ORGANISATIE VAN DE CURSUS: PRAKTISCHE TIPS

- Zorg dat bekend is wie er aanwezig zijn tijdens de cursus. Verleen alleen toegang aan cursisten die zijn aangemeld.
- Informeer cursisten van tevoren en aan het begin van de cursus over de aangepaste aanpak.
- Verzoek cursisten kort voor aanvang (5 tot 10 minuten) van de cursus op de locatie te zijn en altijd de aanwijzingen van het personeel op te volgen.
- Verzoek cursisten de locatie direct na afloop van de cursus te verlaten.
- Zorg bij meerdere cursusgroepen in een gebouw voor verschillende aanvangstijden.
- Gebruik de koffie/thee- en lunchpauzes in het leslokaal zodat er zo min mogelijk heen- en weer hoeft te worden gelopen.
- Zorg voor lunchpakketten voor elke individuele cursist of laat cursisten zelf een lunchpakket meenemen.

## HYGIËNE

- Hang de hygiëneregels op bij de ingang van de cursuslocatie en ook binnen op meerdere plekken.
- Zorg voor middelen voor handhygiëne voor alle cursisten in het lokaal en daarbuiten (ruimte waar cursisten binnenkomen, toiletten).
- Laat cursisten de **video** bekijken over goed handen wassen
- Lucht de lesruimte regelmatig.
- Ontsmet alle leer- en hulpmiddelen na gebruik door een cursist: eerstehulpmiddelen, en denk ook aan handgrepen van brandblussers en andere leermiddelen die cursisten gebruiken.
- Maak zaken waarmee cursisten in contact komen regelmatig schoon. Denk aan tafels en stoelen, deurknoppen, trapleuningen en lift- en lichtknopjes, prullenbakken. Vergeet ook het toetsenbord van de laptop/pc en smartphone niet.
- Laat de toiletgroepen (mannen en vrouwen gescheiden) door maximaal 1 persoon tegelijkertijd gebruiken. Zorg voor schoonmaakmiddelen in het toilet. Laat de gebruiker het toilet zelf reinigen voor en na gebruik.

## BESCHERMINGSMIDDELEN

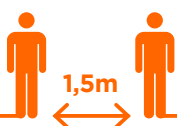
- Gebruik nitril handschoenen voor jezelf en voor alle cursisten. Voorkom besmetting bij het uitreiken en aan-en uittrekken van de handschoenen.
- Advies over mondkmaskers: het is nog niet bekend of het RIVM het gebruik van mondkmaskers adviseert. Houd de actuele ontwikkelingen in de gaten.

## AFSTAND HOUDEN EN GEDRAGSBEÏNVLOEDING

Neem de regels voor social distancing in acht: zorg voor anderhalve meter afstand in de lesruimte, en ook in de gangen en andere ruimten. Ook bij het buiten blussen moet de anderhalve meter afstand worden gevolgd.

Opleiders en instructeurs kunnen een aantal maatregelen treffen om cursisten aan de regels voor social distancing te houden:

- Maak in de ruimte zichtbaar wat 1,5 meter is: zet met tape lijnen uit op de grond, gebruik opvallend lint (rood-wit, fel geel) om route/afstanden te markeren.
- Indien mogelijk: verzorg de cursus op locatie en laat cursisten gedurende de dag individueel langskomen om te oefenen en de praktijktoets af te leggen, dan hoeven cursisten niet te reizen en kunnen de maatregelen die het bedrijf zelf al heeft getroffen worden gevolgd.



- Als de cursus op locatie wordt gegeven, bekijk dan vooraf of het mogelijk is de cursus daar te geven. Zorg zo nodig voor aanpassingen in het aantal cursisten en/of cursusduur.
- Zorg voor een ingang en uitgang, zodat cursisten afstand kunnen houden. Is dat niet mogelijk, stel dan 'verkeersregels' op: een cursist erin, dan een ander eruit.
- Laat cursisten een 'vaste' plaats innemen in de ruimte en daar telkens weer naar teruggaan.
- Ook de instructeur moet afstand houden. Een demonstratie van een competentie met een cursist of lotus als slachtoffer is niet mogelijk. Gebruik de video's uit de NIBHV-PowerPointpresentatie waarin de competenties worden gedemonstreerd.
- Maak werkstations waarin de cursisten in groepjes van 3 werken met instructiekaarten. Zet een werkgebied af met voldoende onderlinge afstand tussen de 3 cursisten waarin één cursist de competentie kan oefenen. Zorg dat de andere cursisten zo zitten dat ze, op voldoende afstand, hun medecursist kunnen blijven ondersteunen met het geven van tips en tops aan de hand van de instructiekaarten.
- Laat bij het onderdeel brandbestrijding steeds één cursist de blussing uitvoeren. De medecursisten kunnen, op afstand, feedback geven aan de hand van de instructiekaarten.
- Bij het onderdeel ontruimen kan bij de table-top oefening 1,5 meter afstand worden gehouden door de instructeur de handelingen op de plattegrond te laten uitvoeren. Cursisten geven dan aan wat er moet gebeuren. De plattegrond kan op een whiteboard/flipover worden gezet of in een PowerPointpresentatie.

### E-LEARNING: MINDER CONTACTTIJD

Maak gebruik van blended learning: e-learning met een praktijkdeel. Dat heeft verschillende voordelen:

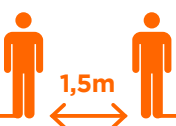
- Opleiders kunnen voor het e-learningdeel vast een factuur sturen aan hun klanten, zodat ze toch inkomsten kunnen genereren.
- Cursisten kunnen in hun eigen tijd en tempo starten met het theoriedeel vooruitlopend op het praktijkdeel.
- Cursisten kunnen met de e-learningtoets de theorie afsluiten.
- Werkgevers zijn minder verlet- en reistijd kwijt.
- De tijd voor het praktijkdeel wordt gehalveerd: er is minder contacttijd en ook minder reistijd waardoor het risico op besmetting wordt beperkt.

Meer informatie over de mogelijkheden van e-learning vind je op [de website van NIBHV](#).

Neem contact op met je contactpersoon bij NIBHV voor meer informatie over de mogelijkheden van e-learning, facturering en een lesplan voor blended learning.

### AANTAL CURSISTEN IN EEN GROEP

- Het aantal cursisten in een groep in de 1,5 meter samenleving is afhankelijk van het aantal m<sup>2</sup> dat beschikbaar is. Dat is een kwestie van uitmeten.
- Als er meerdere ruimten beschikbaar zijn, kunnen er meer cursisten per cursus deelnemen. Als er in de verschillende ruimten werkstations worden ingericht, kunnen cursisten in groepjes van maximaal 3, met onderlinge afstand van 1,5 meter, zelfstandig oefenen. De instructeur gaat de groepen langs om te coachen en te examineren.
- Als er twee instructeurs beschikbaar zijn, kan de groep worden gesplitst. De helft van de groep doet eerste hulp en gelijktijdig doet de andere helft brandbestrijding en ontruiming. Daarna wisselen de groepen van instructeur.



## LEER- EN HULPMIDDELEN

- Om zo veilig en efficiënt mogelijk te kunnen werken, zijn meer leer- en hulpmiddelen nodig.

### *Eerste hulp*

- Zorg dat elke cursist een eigen verbandsetje heeft.
- Oefen niet op medecursisten of lotus slachtoffers. Gebruik in plaats daarvan de benen/armen van de reanimatiepop of blus/slachtofferpop of een kunstarm en kunstbeen.
- Gebruik meerdere reanimatiepoppen, zodat meerdere cursisten tegelijk kunnen oefenen. Ontsmet de reanimatiepop na gebruik. Volg de schoonmaak- en onderhoudsvorschriften voor reanimatiepoppen.
- Ontsmet de blus/slachtofferpoppen na gebruik.
- Gebruik poppen voor verslikking in plaats van te oefenen op een medecursist.

### *Brandbestrijding*

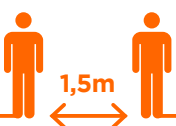
- Bij het onderdeel brandbestrijding moeten handgrepen van brandblussers en brandslang worden ontsmet na elke cursist.

### *Ontruiming*

- Speel de table-top niet met alle cursisten, maar laat de instructeur de table-top handelingen uitvoeren. Bij gebruik van auto's en poppetjes: ontsmet deze na gebruik.
- Bij herhalingscursussen worden vaak ontruimingsoefeningen gehouden. Tijdens de COVID-19 pandemie zijn ontruimingsoefeningen alleen mogelijk als de principes van social distancing worden gevolgd.

In onderstaande tabellen is een overzicht opgenomen van de te toetsen competenties en de leermiddelen die kunnen worden ingezet.

Voor alle cursusonderdelen geldt dat er voldoende ontsmettingsmiddelen moeten zijn om de hygiënemaatregelen op te kunnen volgen.

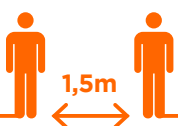


## OVERZICHT LEERMIDDELEN EN COMPETENTIES

NIET-SPOEDEISENDE EERSTE HULP	
Competentie	Hulpmiddelen
Verplaatsen slachtoffer met Rautekgreep	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Blus/slachtofferpop</li> </ul>
Uitwendige wonden aanleggen snelverband (onderarm) of dekverband (vinger of hand)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reanimatiepop of blus/slachtofferpop</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunstarm met hand</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbandmaterialen conform certificeringsreglement</li> </ul>
Kneuzingen en verstuikingen aanleggen steunverband (enkel of pols)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reanimatiepop of blus/slachtofferpop</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunstarm/been</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbandmaterialen conform certificeringsreglement</li> </ul>
Botbreuken ondersteunen gesloten en open botbreuken (been of arm) en afdekken open botbreuken (onderbeen)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunstbeen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reanimatiepop of blus/slachtofferpop</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbandmaterialen conform certificeringsreglement</li> </ul>

SPOEDEISENDE EERSTE HULP	
Competentie	Hulpmiddelen
Verplaatsen slachtoffer met Rautekgreep	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Blus/slachtofferpop</li> <li>• Pop met voldoende gewicht</li> </ul>
Herkennen bewustzijnsstoornis	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reanimatiepop</li> </ul>
Luchtweg openen, ademhaling controleren en herkennen circulatiestilstand	
Borstcompressies geven en beademen	
Reanimeren: E tot en met G > eindtoets	
Gebruik AED (bhf'er en bediener AED)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reanimatiepop met AED</li> </ul>
Slachtoffer van buik naar rug draaien	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reanimatiepop of blusslachtofferpop</li> </ul>
Stabiele zijligging	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reanimatiepop met voldoende gewicht of blusslachtofferpop</li> <li>• Of foto's maken van de stappen en op volgorde laten leggen</li> </ul>
Opheffen luchtwegafsluiting	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pop voor verslikking.</li> <li>• Of foto's maken van de stappen en op volgorde laten leggen</li> </ul>
Bloedingen (stelpen van bloeding en aanleggen wonddrukverband)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kunstarm</li> <li>• Reanimatiepop of blus/slachtofferpop</li> </ul>



## 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"><li>• Plattegrond op whiteboard, flipovervel of in PowerPointpresentatie</li></ul>

