



16 september 2021
versie 1.2

Bewust veilig werken is juist tijdens de Covid-19 pandemie 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 te 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.

Opleiders zijn zelf verantwoordelijk voor het opvolgen van de richtlijnen van het RIVM, veiligheidsregio's en gemeenten.

Opleiders stellen iemand aan die verantwoordelijk is voor de uitvoering van dit protocol. Deze persoon is verantwoordelijk voor:

- de veiligheids- en hygiënemaatregelen binnen de organisatie;
- het (zo nodig) opstellen van interne procedures voor de inhoudelijke uitwerking op detailniveau;
- het toezicht op de naleving van het protocol en de interne procedures.

Opleiders zijn zelf verantwoordelijk voor het afnemen van een intake checklist en het uitvoeren van een Laatste Minuut Risico Analyse (LMRA).

UPDATES

Het protocol wordt aangepast als de RIVM richtlijnen wijzigen. Opleiders moeten op de hoogte blijven van wijzigingen van de RIVM richtlijnen en in hun eigen protocol een link opnemen naar de meest actuele informatie op de website van het RIVM.

Als er wijzigingen zijn in protocollen en procedures moet de opleider alle betrokkenen hierover informeren.

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 (tot 38 C°) of verkoudheidsklachten en koorts (vanaf 38 C°).
Handel vervolgens volgens de **richtlijnen** die RIVM voor deze situaties geeft.
- Blijf thuis als iemand in jouw huis koorts heeft (vanaf 38 C°) en/of benauwdheidsklachten.
- Schud geen handen.
- 1,5 meter afstand houden hoeft niet meer. Maar het is nog wel verstandig.
- 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 en gebruik handdesinfectiemiddelen (alcoholgel en alcoholvloeistof) 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 over de aangepaste aanpak.
- Start elke cursus met een veiligheidsinstructie aangevuld met de hygiëneregels.
- 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.
- Laat daar waar mogelijk deuren openstaan, zodat cursisten deze niet hoeven te openen. Neem hierbij wel de brandveiligheid in acht!
- Vang cursisten op bij de ingang en begeleid hen naar de lesruimte. Wijs hen hierbij op de huisregels en eventuele looproutes.
- Controleer voor aanvang van de cursus of er cursisten aanwezig zijn met gezondheidsklachten; hoesten, niezen, verkouden, koorts of zieke indruk. Als dat zo is, verzoek hen dan het gebouw te verlaten.
- Verzoek cursisten de locatie direct na afloop van de cursus te verlaten.
- Zorg bij meerdere cursusgroepen in een gebouw voor verschillende aanvangstijden.

HYGIËNE

- Hang de hygiëneregels op bij de ingang van de cursuslocatie en in toiletten, de lesruimten, de kantine en de rookruimte.
- Zorg voor middelen voor handhygiëne in de entree, lesruimten, kantine, toiletten, rookruimte.
- Laat cursisten de **video** over goed handen wassen bekijken.
- Zorg voor oppervlakte desinfectiemiddel in de lesruimten, kantine en toiletten.
- Reinig en/of desinfecteer tafels, stoelen en leermiddelen voorafgaand en na afloop van een cursus.
- Maak zaken waarmee cursisten in contact komen regelmatig schoon. Denk aan deurknoppen, trapleuningen, lift- en lichtknopjes en prullenbakken. Vergeet ook het toetsenbord van de laptop/pc en smartphone niet.
- Houd de frequentie en uitvoering van schoonmaakwerkzaamheden bij op een werkdag.
- Zorg voor goede ventilatie: lucht de lesruimte regelmatig.
- Ontsmet alle leer- en hulpmiddelen na gebruik door een cursist. Denk daarbij aan eerstehulpmiddelen, en ook aan handgrepen van brandblussers en andere leermiddelen.



BESCHERMINGSMIDDELEN

- Er hoeven geen handschoenen te worden gedragen. Dit mag wel.
- Mondkapjes hoeven niet meer gedragen te worden tijdens cursussen, het mag wel.

AFSTAND HOUDEN

Er hoeft geen 1,5 meter meer te worden gehouden, maar het is wel verstandig.

Als opleiders en instructeurs de 1,5 meter willen handhaven kunnen zij een aantal maatregelen treffen:

- 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.
- 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.
- 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.

IN-COMPANY CURSUSSEN

- Als de cursus op locatie wordt gegeven, gelden alle richtlijnen uit dit protocol.
- Bespreek het protocol zo nodig met de opdrachtgever.
- Beoordeel vooraf met een intake checklist of het mogelijk is de cursus op locatie te geven.
- Zorg zo nodig voor aanpassingen in het aantal cursisten en/of de cursusduur.
- Controleer kort voor aanvang van de cursus of de locatie aan alle voorwaarden van het protocol voldoet door het uitvoeren van een Laatste Minuut Risico Analyse (LMRA). Als blijkt dat niet aan het protocol kan worden voldaan, kan de cursus niet plaatsvinden.

E-LEARNING: MINDER CONTACTTIJD

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

- 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 met Covid-19 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 en een lesplan voor blended learning.



AANTAL CURSISTEN IN EEN GROEP

Als opleiders en instructeurs de 1,5 meter willen handhaven kunnen zij een aantal maatregelen treffen:

- Het aantal cursisten in een groep in de 1,5 meter samenleving is afhankelijk van het aantal m² 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.
- Desinfecteer leermiddelen voorafgaand en na afloop van de cursus.
- Reinig alle leermiddelen na gebruik door een cursist in de cursus. Het gaat dan niet alleen om eerste hulpmiddelen, maar ook om de brandblussers etcetera.

Eerste hulp

- Zorg dat elke cursist een eigen verbandsetje heeft.
- Bij sommige eerstehulphandelingen kan een slachtoffer zich zelf helpen met een instructie door de bhv'er. Laat cursisten oefenen in het geven van instructies voor zelfhulp aan slachtoffers bij handelingen waarbij dit mogelijk is.
- Cursisten mogen weer op elkaar oefenen. Als de opleider, instructeur of de cursist dit niet wil, kan gebruik gemaakt worden van oefenmiddelen. Gebruik de benen/armen van de reanimatiepop of blus/slachtofferpop, een oefenarm-of been of de eigen ledematen.
- Gebruik meerdere reanimatiepoppen, zodat meerdere cursisten tegelijk kunnen oefenen.
- Alle oefenpoppen moeten na gebruik door een cursist adequaat worden gereinigd. Dit geldt ook voor door de pop gedragen kleding. Bij reanimatiepoppen met een longzakje, moet het longzakje na elke cursist worden vervangen.
- Ontsmet de blus/slachtofferpoppen na gebruik.
- Gebruik poppen voor verslikking in plaats van te oefenen op een medecursist.

Brandbestrijding

- Ook buiten of op de blusbaan in het oefencentrum, bij de uitvoering van een scenariotruining en bij een ontruimingsoefening kan de 1,5 meter afstand worden gehouden, maar dat hoeft niet.
- Bij het onderdeel brandbestrijding moeten handgrepen van brandblussers en brandslang worden ontsmet na elke cursist.

Ontruiming

- De table-top kan met de cursisten worden gehouden, maar dat hoeft niet.
- Als opleider, instructeur of cursisten wel afstand willen houden, kan 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 wel mogelijk. Als opleider, instructeur of cursisten dat wensen, kan 1,5 meter afstand worden gehouden.



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"> • Blus/slachtofferpop |
| Uitwendige wonden aanleggen snelverband (onderarm) of dekverband (vinger of hand) | <ul style="list-style-type: none"> • Reanimatiepop of blus/slachtofferpop |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Oefenarm met hand |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Verbandmaterialen conform certificeringsreglement |
| Kneuzingen en verstuikingen aanleggen steunverband (enkel of pols) | <ul style="list-style-type: none"> • Reanimatiepop of blus/slachtofferpop |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Oefenarm/been |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Verbandmaterialen conform certificeringsreglement |
| Botbreuken ondersteunen gesloten en open botbreuken (been of arm) en afdekken open botbreuken (onderbeen) | <ul style="list-style-type: none"> • Oefenbeen |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Reanimatiepop of blus/slachtofferpop |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Verbandmaterialen conform certificeringsreglement |

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

