

## Projectvoorstel

# Veilig werken en hulp verlenen op afgelegen plaatsen



### **AK Trainingen en projecten**

Prins Willem Alexanderplein 14

5595EK leende

040 206 1163 / 06 5252 2392

KvK Eindhoven 56642237

IBAN NL22 INGB 0006 3156 82

ING 63.15.682

Anton Kerkhofs

datum

Zomer 2015

versie

1

# Veilig werken en hulp verlenen op afgelegen plaatsen

## 1. Inleiding

In dit projectvoorstel beschrijf ik een eerste opzet voor deze training die zich enerzijds richt op het zo veel mogelijk beperken van risico's en anderzijds het kunnen handelen bij ongevallen.

## 2. De situatie

Vrijwilligers die werkzaamheden verrichten bij terreinbeherende instanties hebben te maken met specifieke gevaren bij hun werkzaamheden of door hun omgeving. Coördinatoren hebben een belangrijke rol is het organiseren zodat de vrijwilligers veilig werken en met plezier werken. Deelnemers werken vaak in kleine groepen op een afgelegen plaats in de natuur. Doordat de hulpverlening op afgelegen plaatsen wellicht lastig is, is het belangrijk dat de betrokkenen weten hoe zij risico's bij het werk zoveel mogelijk moeten beperken. Mocht er desondanks iets mis gaan, dan moeten betrokkenen in staat zijn om eerste hulp te kunnen bieden en/of deze te kunnen inschakelen.

De training wordt speciaal voor vrijwilligers en coördinatoren hiervan ontwikkeld.



## 3. Inhoud training

### ***Les avond 1 19:30 – ca. 22:30 (theorie en oefeningen)***

- Veiligheid en Regelgeving (kort)  
Wat moet en wat mag in Nederland?  
Arbowet en vrijwilligers  
Wat zijn ieders taken: coördinatoren – vrijwilligers en hoe regelen we dat met vrijwilligers  
Informatie vinden: Arbocatalogus bosschap en veiligheidsbladen
- Samenwerken van medewerkers op afgelegen plaats
- ijsberg theorie
- 80/20% regel
- Lateiner
- Wat is veilig.. en hoe kunnen we dat samen nastreven

- Specifieke gevaren bij werkzaamheden in het bos en op afgelegen plekken door vrijwilligers (inventariseren -oefening) (onderwijsleergesprek)
- Beheersmaatregelen gerelateerd aan werk (door de cursisten of diegene die zij aansturen)
- AI-bladen groensector- wat vrijwilligers doen) (inhoudelijk doornemen)
  - AI-2 veilig werken in de werkplaats
  - AI-4 werken op hoogte (nestkasten ophangen, schouwen e.d.)
  - AI-6 Werken met de ladder (tips en tricks) – borging, PBM's
  - AI-11 Eerste hulp bij incidenten
  - AI 12 Werken bij ongunstig weer



- Bepalen van risico's volgens  $R=B \times E \times W$  (duur, effect en waarschijnlijkheid) Samen de risico's bepalen van de werkzaamheden die door betrokkenen worden uitgevoerd (oefening)
- Bepalen van eventuele beheersmaatregelen;
- Eisen aan verbandsets
- Waar ben ik? ; locatie – GPS – mobiele telefoon en praktische app's.
- Veilig werken goed voorbereiden door coördinatoren; checklist leren hanteren
  - Planmatig werken 4W's"willen, weten, werken en waken
  - Opname werkzaamheden en vooraf afspraken maken
  - Planning van taken, mensen en werktuigen/middelen
  - Controle en instructie voor aanvang
  - Welke betrokken zijn bevoegd tot taken met een bijzonder risico (motorzaag-bosmaaierwerk)
- Beheersmaatregelen bij werkzaamheden met specifieke gevaren
  - Veilig werken met gevaarlijke werktuigen
  - Werken met handzagen en bijlen
  - Werken op hoogte
  - Welke PBM's bij welke werkzaamheden / werktuigen (hand-out maken)
  - Het gebruik van persoonlijke beschermingsmiddelen
  - Ergonomie en afwisseling van werk
- Communicatie
  - Wat te doen als t mis gaat?
  - alarmering – bereikbaarheid

## **les avond 2 19:30 – ca. 22:30**

Korte herhaling/ samenvatting avond 1

Thema 2<sup>e</sup> avond Hulpverlening op een afgelegen arbeidsplaats

Insectensteek of beet (demo filmpje)  
Tekendeet voorkomen en hoe evt. te verwijderen

Ongevallen in een bos (inventarisatie/ oefening)

Grondbeginselen EHBO door vrijwilligers:

- Algemene regel van 5
- noodvervoersgreep Rautec (filmpje +oefening)
- Controle op ademhaling
- Stabiele zijligging (filmpje + oefening)
- Eerste hulp bij circulatiestilstand: borstcompressie en beademing (film + oefenen op pop)
- luchtwegbelemmeringen / stikken (filmpje + oefenen)
- Uitwendige verwondingen
- Wat te doen bij schaafwond, snijwond, ernstige wond (veel bloedverlies)  
(oefeningen pleisters- verband wonddrukverband)) (filmpje + oefenen)
- Handelen bij kneuzingen en verstuikingen
- Oogletsel
- Insectenbeten en teken (oefenblad met vragen teken)
- Deelnemers met suikerziekte (epi-pen)  
EH-quiz (om de kennis te toetsen)

**De deelnemers worden geacht tussen les 1 en les 2 de EH-theorie te leren. Ze krijgen hiervoor allen een toets met 30 vragen mee die ze moeten beantwoorden.**

**Les 2 staat voornamelijk in het teken van oefeningen. Hiervoor zijn een scala aan oefenbladen ontwikkeld. Deelnemers oefenen in groepjes van drie: (slachtoffer-hulpverlener-toezichthouder) waarbij steeds wordt gerouleerd waardoor elke deelnemer alle oefeningen doet. Docent houdt hierop toezicht.**



### **Oefeningen**

Zowel de eerste als tweede avond wordt het onderwijsleergesprek afgewisseld met demo's en oefeningen. Hiervoor brengt de docent een scala aan materialen waaronder een reanimatiepop mee.

#### **4. Groepsgrootte:**

om de training interactief met de deelnemers te kunnen laten verlopen is de maximale groepsgrootte 12 personen.

#### **5. Lesmateriaal:**

Elke deelnemer ontvangt:

- uitdraai van de PowerPoint
- metalen fluitje (waarschuwen)
- reddingsdeken zilver/goud
- hand-out - checklist voor aanvang werkzaamheden
- teken verwijderaar (creditcardmodel)
- een trainingssetje EHBO materialen (om mee te oefenen en te houden)

#### **6. Voorwaarden deelname**

Er is geen specifieke voorkennis vereist voor deelname. Wel is het noodzakelijk dat de deelnemers beschikken over de fysieke mogelijkheden om hulp te kunnen verlenen.

#### **7. Afsluiting:**

De deelnemer ontvangt na volledige deelname, na afloop aan het einde van de 2<sup>e</sup> les avond een **certificaat**.

#### **8. Mocht u interesse hebben in deze training, neem dan gerust contact op**

AK Trainingen en projecten  
Prins Willem Alexanderplein 14  
5595EK leende  
040 206 1163 / 06 52522392  
KvK Eindhoven 56642237

