

# Doordacht veilig & contactloos trainen in oefencentra in de anderhalvemetersamenleving

Datum: 01 december 2020

Zolang er geen vaccin of effectieve behandeling is voor het coronavirus, is afstand van elkaar houden van belang voor ieders gezondheid. Het dragen van een mondkapje bij verplaatsing in het pand wordt dringend aanbevolen. Inprevo heeft haar oefencentra aangepast en wijzingen doorgevoerd in de uitvoering van trainingen om daarmee in een veilige omgeving de geoefendheid van uw hulpverleners in stand te houden. In dit document staan alle preventieve maatregelen en trainingsvarianten beschreven.

## Uitnodiging

Deelnemers ontvangen na inschrijving een aangepaste uitnodiging waarin alle preventieve maatregelen staan beschreven. Van de deelnemers verwachten wij dat zij zich zullen houden aan de volgende richtlijnen:

- Blijf thuis bij neusverkoudheid, loopneus, niezen, keelpijn, lichte hoest, verhoging (vanaf 38 graden)
- Blijf thuis als iemand in jouw gezin koorts of benauwdheidsklachten heeft.
- Houd altijd 1,5 meter afstand van elkaar.
- Zorg dat je fit bent.
- Bij binnenkomst vragen wij je om je temperatuur te meten via een polsscanner (groen = ok / rood = niet ok)
- **Bij verplaatsing in ons pand is het dragen van een mondkapje verplicht, wanneer je zit mag het mondkapje af.**
- Als je hoest of niest gebruik dan de binnenkant van je elleboog om de omgeving te beschermen.
- Was regelmatig goed je handen met water en zeep of gebruik handgel.
- Volg de aanwijzingen van Inprevo personeel.

## Gezondheidscheck

Voor aanvang van de training controleert onze instructeur op gezondheidsklachten zoals hoesten, niezen, verkoudheid, koorts en vraagt of een ieder fit genoeg is de training te doorlopen. Ook geeft onze instructeur een toelichting op de geldende veiligheidsvoorschriften en alle coronamaatregelen die van toepassing zijn tijdens de training.

## Veiligheidsmaatregelen (algemeen)

- **Looproutes en pictogrammen:**  
Onze oefencentra zijn voorzien van looproutes met duidelijke belijningen en waarschuwingspictogrammen om bezoekers continue te wijzen om 1,5 meter afstand tot elkaar te bewaren. Mogelijke obstakels in looproutes zijn weggehaald.
- **Lunch:**  
De bekende buffetten in onze restaurants zijn gesloten. Elke deelnemer krijgt een apart verpakt lunchpakket aangeboden.
- **Schoonmaak:**  
Naast de reguliere schoonmaak worden deurklinken en andere contactoppervlakten meerdere keren per dag schoongemaakt.
- **Hygiëne:**  
Het centrum is op strategische punten (leslokalen, toiletten, restaurant en praktijkobjecten) voorzien van voldoende desinfecterende gel en schoonmaakdoekjes. Op meerdere momenten zal voor, tijdens en na de training deelnemers gevraagd worden om handen te wassen.
- **Mondkapje/Faceshield:**  
Neem je mondkapje mee naar de cursus, bij het lopen door ons pand is het dragen van een mondkapje verplicht, mondkapje mag af wanneer je zit.
- **Wegwerphandschoenen:**  
Waar nodig zullen bij praktijkhandelingen wegwerphandschoenen ter beschikking worden gesteld, welke direct na de oefening worden weggegooid.
- **Instructie/Personeel:**  
Inprevo personeel is uitgebreid geïnstrueerd over de wijze waarop dit protocol opgevolgd moet worden en zal cursisten aanspreken op ongewenst gedrag bij overtreding van regels.

## Veiligheidsmaatregelen (trainingen)

- **De maximale groepsgrootte voor trainingen op onze oefencentra zijn:**

- Amsterdam 12 cursisten/groep
- Houten 10 cursisten/groep
- Rotterdam 12 cursisten/groep

- **Leslokalen:**

De leslokalen, zonder tafels, zijn ingericht met voldoende stoelen en transparante scheidingswanden voor het veilig uitvoeren van cursusonderdelen. Ramen kunnen open voor toevoer van voldoende schone lucht. Airco's en ventilatiesystemen zijn op juiste wijze onderhouden en afgesteld.

- **Lotusslachtoffers:**

Bij EHBO-opleidingen maken wij wel gebruik van lotusslachtoffers vanwege het examenreglement van het Oranje Kruis. Bij BHV-opleidingen, BHV-herhalingen en EHBO-herhalingen maken wij geen gebruik van de inzet van lotusslachtoffers om fysiek contact te vermijden.

- **Verbandleer:**

Elke cursist ontvangt zijn eigen, apart verpakte, set met verbandmiddelen welke na de oefening wordt weggegooid. Deelnemers oefenen het aanleggen van verbanden niet meer bij elkaar maar op zichzelf (boven of onderbeen) of op een oefenpop.

- **Verslikking/verstikking:**

Hierbij gebruiken we een oefenpop voorzien van een actfast waarop de cursist de handeling beoefent. Tijdens deze oefening is het dragen van wegwerphandschoenen verplicht.

- **Stabiele zijligging/Buik-rug draaien:**

Hierbij is gekozen voor een verbale instructie waarbij de instructeur deelnemers aanwijzingen geeft zonder dat deelnemers elkaar hoeven aan te raken.

- **Rautekgreep:**

De Rautekgreep wordt uitgevoerd met een oefenpop.

- **Reanimatie:**

Er zijn voldoende reanimatiepoppen aanwezig zodat elke cursist actief kan reanimeren. Elke cursist ontvangt een eigen beademingsmasker (faceshield) en longstelsel voor de pop. Bij opleidingen gaat de helft van de groep reanimeren en de andere helft geeft uitleg, waarna groepen wisselen. Bij herhalingscursussen gaat de helft van de groep reanimeren en de andere helft volgt een oefencarrousel, waarna de groepen wisselen. Na elke inzet wordt de borstkast gedesinfecteerd, faceshields en longstelsel vervangen en weggegooid. Tijdens dit praktijkonderdeel wordt de normale beademing in combinatie met borstcompressies uitgevoerd.

- **Ontruimingsoefening:**

De groep wordt opgedeeld in kleinere groepjes. Ontruimingsoefeningen worden met 3 personen uitgevoerd en door 1 gecontroleerd. Overige deelnemers observeren en noteren op afstand, waarna groepen wisselen. Deurklinken worden na elke oefening ontsmet. Afhankelijk van tijd en groepsgrootte kan besloten worden deze oefening in de vorm van tabletop uit te voeren, of af te wisselen met andere hulpverleningsoefeningen.

- **Kleine Blusmiddelen:**

De verschillende type branden worden geblust met verschillende type blussers. Na elke blussing wordt het handvat door de gebruiker ontsmet.

## Certificering

Met de genoemde aanpassingen kunnen wij volwaardige diploma's en certificaten uitgeven conform de richtlijnen van certificerende instanties.

Door het consequent en juist toepassen van dit protocol door een ieder zijn wij ervan overtuigd de door u geboekte training op Doordacht Veilige wijze uit te kunnen voeren.

**Mocht u naar aanleiding hiervan nog aanvullende vragen hebben, bel (088 - 61 61 400) of mail ([info@inprevo.nl](mailto:info@inprevo.nl)) ons gerust.**

**Wij hopen u weer snel te mogen verwelkomen op één van onze oefencentra in Amsterdam, Houten of Rotterdam.**

# Impressie van onze locaties m.b.t. corona-aanpassingen

## Algemeen

- Op alle locaties treft u op strategische plekken het coronaprotocol, desinfecterende gel en ontsmettingsdoekjes.
- Naast de leslokalen zijn ook de praktijkruimtes ingericht op 1,5 meter afstand.
- Er zijn voldoende gescheiden toiletten welke regelmatig worden schoongemaakt.
- Alle locaties zijn voorzien van looproutes met gescheiden in en uitgangen.

