

## Activiteit: Oefenen met EHBO

### Stap 1 Oriënteren



### Informatie verzamelen en onderzoeken

Heb je een mooie EHBO-doos en alle gevaren in kaart gebracht en dan... gebeurt er een ongelukje. Iemand is verwond. En jij moet dat verzorgen. Dan moet je wel weten hoe je dat moet doen.

Deze activiteit gaat over oefenen met het verlenen van Eerste Hulp.

**Let op:** voor het zoeken heb je twintig minuten. Je werkt individueel.

a. Wat betekenen deze woorden? Zoek de betekenis op.

Moeilijk woord	Wat betekent dit woord
hulp verlenen	
professioneel	

b. Heb jij zelf wel eens een ongelukje gehad?  Ja /  Nee

Zo ja, wat is er toen bij jou gedaan?

---



---



---



c. Je gaat nooit zomaar bezig met het verzorgen van een wond. Bij EHBO houd je je aan de 5 punten. Je leest ze hieronder.

1. Zorg dat je zelf veilig bent.
2. Zoek uit wat het slachtoffer mankeert en wat er is gebeurd.
3. Stel het slachtoffer gerust.
4. Zorg voor professionele hulp. Bel 112, de huisarts of de politie.
5. Help het slachtoffer op de plaats waar hij ligt.

- Bespreek de 5 punten met de hele klas.  
Waarom moet je altijd eerst zorgen voor punt 1 tot en met 4?

Ik zorg eerst dat ik zelf veilig ben en dat er verder geen gevaar meer is, omdat...

---

---

Ik probeer altijd eerst uit te zoeken wat er met het slachtoffer aan de hand is, omdat...

---

---

Ik stel altijd eerst het slachtoffer gerust, want anders...

---

---

Ik bel eerst de politie, de dokter of 112, omdat...

---

---

- Wat kun je vragen of zeggen bij punt 2? Kies een paar vragen die jij goed vindt. Je mag ook zelf vragen erbij schrijven.

1. Hé joh, wat er met jou gebeurd?
2. Waar heb je pijn?
3. Weet je nog wat er is gebeurd?
4. Jemig, je bloedt heel erg. Wat heb je gedaan?

5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_





- Stel je voor: een kind is hard gevallen. Het heeft een hoofdwond. Het bloedt flink. Het kind gilt en slaat om zich heen.  
Hoe zou jij het kind geruststellen (punt 3)?

Eerst zou ik...

---

---

Daarna...

---

---

- Als je zomaar 112 belt, krijg je een flinke boete. Wat vind jij daarvan?

---

---

---

d. Bekijk de werkkaarten die bij deze activiteit horen. Er zijn er vier:

1. Een mitella aanleggen.
2. Een vingerverband aanleggen.
3. Een brandwond verzorgen.
4. De stabiele zijligging.

- Lees de kaarten één voor één. De volgorde maakt niet uit.

- Schrijf alle moeilijke woorden op.

Moeilijk woord	Wat betekent dit woord



e. Beantwoord de vragen bij de werkkaarten.

<b>Mitella aanleggen</b>		<b>Vingerverband aanleggen</b>	
Vraag	Antwoord	Vraag	Antwoord
Een mitella heet ook een driekante doek.	<input type="checkbox"/> Goed / <input type="checkbox"/> Fout	Waarom moet je eerst het verband een paar keer over het vingertopje doen?	
Je maakt de knoop van de mitella aan de kant die géén pijn doet.	<input type="checkbox"/> Goed / <input type="checkbox"/> Fout	Wat voor verband moet je hiervoor gebruiken?	

<b>Stabiele zijligging</b>		<b>Brandwond verzorgen</b>	
Vraag	Antwoord	Vraag	Antwoord
Waarom kun je een slachtoffer beter niet op de rug laten liggen?		Waarom mag je niet zelf kleding van de wond losmaken?	
Je moet altijd éérst het slachtoffer in de stabiele zijligging leggen. Dan pas bel je 112.	<input type="checkbox"/> Goed / <input type="checkbox"/> Fout	Je moet plastic handschoenen aantrekken, als je een wond verzorgt.	<input type="checkbox"/> Goed / <input type="checkbox"/> Fout

## Brainstormen

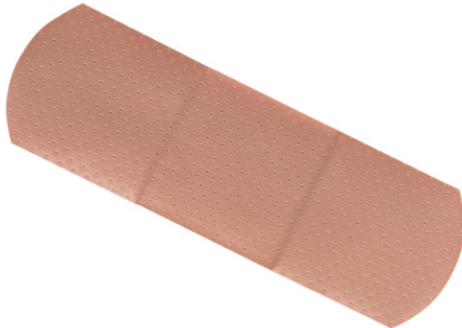
Voor deze activiteit hoef je niet te brainstormen.





## Activiteit: Oefenen met EHBO

### Stap 2 Voorbereiden



### Oefen met de EHBO-handelingen

Maak drietallen. Neem de werkkaarten erbij.

- Oefen de stabiele zijligging. Om de beurt zijn jullie de EHBO-er / het slachtoffer.
- Bij punt 4 ga je professionele hulp inroepen. Je belt dan naar de dokter, de politie of misschien naar 112. Maar wat zeg je? Je moet heel duidelijk en rustig kunnen uitleggen wat er aan de hand is. Anders krijg je misschien niet de goede hulp of de ambulance rijdt naar de verkeerde plek.

Jullie zijn om de beurt de telefoniste van de hulpdienst en de EHBO-er. De derde luistert goed en geeft feedback.

#### De EHBO-er

- Noem duidelijk je naam.
- Vertel wat er aan de hand is (een ongeluk / brand / ...).
- Vertel wie het slachtoffer is (vrouw / man; jong / oud; of iemand bijvoorbeeld een hartstoesnis heeft – als je dat weet).
- Geef antwoord op de vragen van de telefoniste.
- Blijf rustig en luister goed wat je moet doen.

#### De telefoniste

- Neem de telefoon op.
- Vraag wat er aan de hand is (een ongeluk / brand / ...).
- Vraag wie het slachtoffer is (vrouw / man; jong / oud).
- Vraag wat er aan de hand is. Vraag wat er is gebeurd. Vraag of het slachtoffer nog bij bewustzijn is (weet het slachtoffer welke dag het is?).
- Vraag waar de hulp naartoe moet komen. Welk adres / welke plaats.
- Vertel dat er hulp onderweg is.

- Geef elkaar feedback. Bij één gesprek heb je meegeluisterd.

- Kon de telefonist goed begrijpen wat het probleem was?  Ja /  Nee





- Bleef de EHBO-er rustig?  Ja /  Nee

d. Verzamel de materialen die je straks nodig hebt voor elke werkkaart.

### De materialen en de planning

a. Maak een materiaallijst voor de EHBO-oefeningen.

Nodig	Hoe kom ik er aan?	Wat kost dit?

b. Maak een planning:

Wat moet ik doen?	Wanneer ga ik dit doen?
Informatie verzamelen over EHBO verlenen.	
De instructies op de werkkaarten lezen.	
Oefenen met EHBO.	
De instructies opvolgen.	



**VRAAG TOESTEMMING AAN JE DOCENT OM VERDER TE GAAN MET STAP 3.**





## Activiteit: Oefenen met EHBO

### Stap 3 Uitvoeren



### De vier EHBO- handelingen

Jullie gaan nu twee aan twee de stappen die op de werkkaarten genoemd staan uitvoeren, zodat jullie de vier EHBO-handelingen hebben gedaan.

De een is het slachtoffer en de ander is de hulpverlener. Nadat je de oefening op een kaart hebt gedaan, ruil je om. Iedereen is een keer hulpverlener en een keer slachtoffer.

#### Denk aan de 5 punten!

1. Zorg dat je zelf veilig bent.
2. Zoek uit wat het slachtoffer mankeert en wat er is gebeurd.
3. Stel het slachtoffer gerust.
4. Zorg voor professionele hulp. Bel 112, de huisarts of de politie.
5. Help het slachtoffer op de plaats waar hij ligt.



## Activiteit: Oefenen met EHBO

### Stap 4 Reflecteren



### Rollenspellen

Je hebt 4 EHBO-handelingen uitgevoerd.

- Kies een handeling uit die je voor de klas gaat voordoen. Zeg bij elke stap hardop wat je doet.
- Hoe vond je het om de stabiele zijligging uit te voeren?

---

---

- Hoe vond je het om een mitella aan te leggen?

---

---