



Jeugd
Rode Kruis
Vlaanderen

Infofiche Junior Helper

1. Praktische gegevens

- + Werkboek: Junior Helper (CN0619)
- + Handleiding: Eerstehulp cursussen Helpertje en Junior Helper (CN0617)
- + Doelgroep: 13 tot 15 jaar
- + Duur: 16 uur + praktijktest
- + Lesgever: jeugdmonitor of leerkracht



2. Inhoud en doelstellingen

Voor jongeren van ongeveer 13 tot 15 jaar zijn de volgende onderwerpen opgenomen en werk je aan de volgende eerstehulpdoelstellingen:

1. De principes van eerste hulp

De jongeren:

- 1.1 kunnen de 6 principes van eerste hulp opsommen en met eigen woorden uitleggen;
- * 1.2 hanteren bij het verzorgen van een slachtoffer de 6 principes van eerste hulp.

De doelstelling 1.2 komt uiteraard in elk hoofdstuk aan bod, maar wordt niet telkens opnieuw vermeld.

2. De 4 stappen in eerste hulp

De jongeren kunnen:

- 2.1 de 4 stappen in eerste hulp opsommen;
- 2.2 de veiligheid van een situatie inschatten voor zichzelf, voor het slachtoffer en voor de omstaanders;
- 2.3 een noodevacuatie correct uitvoeren met behulp van Rautek;
- 2.4 op een correcte manier het bewustzijn van het slachtoffer vaststellen;
- 2.5 op een correcte manier de ademhaling van het slachtoffer vaststellen;
- 2.6 op een correcte, efficiënte manier hulp inroepen bij een noodsituatie;
- 2.7 het slachtoffer correct in stabiele zijligging leggen wanneer nodig.

3. De hulpdiensten

De jongeren kunnen:

- 3.1 de zes hulpdiensten benoemen;
- 3.2 in eigen woorden uitleggen wat elke hulpdienst doet;
- 3.3 het noodnummer opnoemen;
- 3.4 de symbolen van het Rode Kruis, de ziekenwagendiensten en de politie herkennen;
- 3.5 de zes actieterreinen van Rode Kruis-Vlaanderen opsommen.

4. Het zenuwstelsel

De jongeren kunnen:

- 4.1 kort in eigen woorden vertellen waarvoor het zenuwstelsel dient;
- 4.2 de symptomen herkennen van een dreigende flauwte;
- 4.3 correct eerste hulp verlenen bij een flauwte;
- 4.4 correct eerste hulp verlenen bij een bewusteloos slachtoffer;
- 4.5 de symptomen van een hoofd- of wervelletsel herkennen;
- 4.6 correct eerste hulp verlenen bij een hoofd- of wervelletsel;
- 4.7 de symptomen herkennen van een hitte- of zonnslag;
- 4.8 correct eerste hulp verlenen bij een hitte- of zonnslag;
- 4.9 de symptomen herkennen van een beroerte;
- 4.10 de FAST-test correct uitvoeren.

Ook doelstellingen 2.4 en 2.5 komen opnieuw aan bod in dit hoofdstuk.

5. Het ademhalingsstelsel

De jongeren kunnen:

- 5.1 kort in eigen woorden vertellen waarvoor het ademhalingsstelsel dient;
- 5.2 het onderscheid maken tussen een lichte en ernstige verslikking;
- 5.3 correct eerste hulp verlenen bij een verslikking;
- 5.4 de technieken 'op de rug slaan' en 'buikstoten geven' correct toepassen.

6. De reanimatie

De jongeren kunnen:

- 6.1 een bewusteloos slachtoffer dat niet normaal ademt op een correcte manier reanimeren;
- 6.2 op een correcte manier borstcompressies geven;
- 6.3 op een correcte manier mond-op-mondbeademing geven;
- 6.4 op een correcte manier de mondcontrole doen wanneer nodig;
- 6.5 op een correcte manier een AED-toestel gebruiken.

7. De eerstehulpkoffer

De jongeren kunnen:

- 7.1 beoordelen welk voorwerp wel of niet in een eerstehulpkoffer hoort;
- 7.2 vertellen waarvoor elk voorwerp in de eerstehulpkoffer dient;
- 7.3 de verpakking van een steriel kompres correct openen.

8. De huid

De jongeren kunnen:

- 8.1 kort in eigen woorden vertellen waarvoor de huid dient;
- 8.2 een schaafwonde, een snijwonde of een steekwonde herkennen;
- 8.3 een huidwonde correct verzorgen wanneer er water ter beschikking is;
- 8.4 een huidwonde correct verzorgen wanneer er geen of onvoldoende water ter beschikking is;
- 8.5 een spiraalverband correct aanleggen;
- 8.6 een wonde met een vreemd voorwerp correct verzorgen;
- 8.7 een splinter correct verwijderen;
- 8.8 het onderscheid maken tussen een eerste-, tweede- en derdegraadsbrandwonde;
- 8.9 een brandwonde correct verzorgen;
- 8.10 een voet en een hand correct voorlopig afdekken;
- 8.11 een gesloten blaar correct openprikken en een open blaar verzorgen;
- 8.12 de ernst van de insectensteek vaststellen;
- 8.13 correct eerste hulp verlenen aan een slachtoffer met een insectensteek.

9. De bloedsomloop

De jongeren kunnen:

- 9.1 kort in eigen woorden vertellen waarvoor het hart en de bloedsomloop dienen;
- 9.2 een bloedneus herkennen;
- 9.3 een bloedneus correct verzorgen;
- 9.4 een bloeding herkennen;
- 9.5 een bloeding stelpen;
- 9.6 een drukverband correct aanleggen;
- 9.7 correct eerste hulp verlenen aan een slachtoffer met pijn op de borstkas.

10. Het bewegingsstelsel

De jongeren kunnen:

- 10.1 kort in eigen woorden vertellen uit welke onderdelen het bewegingsstelsel bestaat;
- 10.2 drie mogelijke letsels aan het bewegingsstelsel opnoemen;
- 10.3 een letsel aan botten, spieren of gewrichten herkennen;
- 10.4 een letsel aan botten, spieren of gewrichten correct verzorgen;
- 10.5 een kruisverband correct aanleggen aan een hand en aan een voet.

11. De spijsvertering

De jongeren kunnen:

- 11.1 kort in eigen woorden vertellen hoe de spijsvertering gebeurt;
- 11.2 de symptomen van een vergiftiging herkennen;
- 11.3 informatie verzamelen over de aard en de ernst van de vergiftiging;
- 11.4 contact opnemen met het Antigifcentrum;
- 11.5 het gevaar van CO-vergiftiging benoemen;
- 11.6 enkele voorbeelden geven van hoe een CO-vergiftiging veroorzaakt en voorkomen kan worden.

* De attitudes werden met een asterisk (*) aangeduid.

3. Voorstel lesschema

Uur	Hoofdstuk	Timing	Inhoud	Doelstellingen	Technieken (verwijzing naar werkboek)	Simulant
1	- 1	30' 30'	Kennismaking De principes van eerste hulp	1.1, *1.2		
2	2	30'	De 4 stappen in eerste hulp - stap 1: Veiligheid	2.1 tot 2.3	Noodevacuatie door Rautek (blz.16-17)	
	2	30'	De 4 stappen in eerste hulp - stap 2: Vaststellen van het bewustzijn en de ademhaling (1)	2.4, 2.5	Hoofd kantelen en kin omhoog tillen (blz. 21)	
3	2	30'	De 4 stappen in eerste hulp - stap 2: Vaststellen van het bewustzijn en de ademhaling (2)	2.4, 2.5	Stabiele zijligging (blz.24-25)	
	2	15'	De 4 stappen in eerste hulp - stap 3: Verwittigen van de hulpdiensten	2.6, 3.3		
	2	15'	De 4 stappen in eerste hulp - stap 4: Verlenen van verdere eerste hulp	2.7, zie ook doelstellingen bij andere hoofdstukken		
4	4	20'	Het zenuwstelsel	4.1		
	4	40'	Flauwte en bewusteloosheid	2.4, 2.5 4.2 tot 4.4		
5	4	30'	Hoofdletsel, hitte- en zonneslag	4.5 tot 4.8		
	4	30'	Beroerte	4.9, 4.10	FAST-test (blz. 66)	
6	5	20'	Het ademhalingsstelsel	5.1		
	5	40'	Verslikking	5.2 tot 5.4	Op de rug slaan en buikstoten geven (blz. 82-83)	
7	6	60'	De reanimatie	6.1 tot 6.4 2.4, 2.5	Borstcompressies geven, mond-op-mondbeademing geven en mondcontrole (blz. 92-94)	
8	6	60'	Herhaling: reanimatie en AED	6.1 tot 6.5 2.4, 2.5	Een AED gebruiken (blz. 96)	
9	8	10'	De huid	8.1		
	8	50'	Huidwonde: schaafwonde, snijwonde en steekwonde	8.2 tot 8.5	De verpakking van een steriel kompres openen (blz. 106) Een spiraalverband aanleggen (blz. 121)	X
10	8	30'	Wonde met een vreemd voorwerp en splinter	8.6, 8.7		
	8	30'	Brandwonde	8.8, 8.10	Een voet voorlopig afdekken en een hand voorlopig afdekken (blz. 132-133)	X
11	8	20'	Blaar door wrijving	8.11	Een gesloten blaar openprikken en een open blaar verzorgen (blz. 135-136)	

	8	20'	Insectensteek	8.12, 8.13		
	9	20'	De bloedsomloop	9.1		
12	9	15'	Bloedneus	9.2, 9.3	Een drukverband aanleggen (blz. 161)	X
	9	30'	Bloeding	9.4 tot 9.6		
	9	15'	Pijn op de borstkas	9.7		
13	10	15'	Het bewegingsstelsel	10.1	Een kruisverband aan de hand aanleggen en een kruisverband aan de voet aanleggen (blz. 177-178)	
	10	30'	Verstuiking	10.2 tot 10.5		
	10	15'	Ontwrichting en breuk	10.2 tot 10.4		
14	11	20'	De spijsvertering	11.1		
	11	20'	Vergiftiging	11.2 tot 11.4		
	11	20'	CO-vergiftiging	11.5, 11.6		
15	7	15'	De eerstehulpkoffer	7.1 tot 7.3		
	3	15'	De hulpdiensten	3.1 tot 6.5		
	-	30'	Herhaling			
16	-	60'	Herhaling			X

De cursus Junior Helper bestaat uit 16 uur les en een praktijktest. Je kan zelf de 16 uur over verschillende lessen verdelen. Ervaring leert ons dat blokken van twee uur een ideale tijdsduur vormen voor de cursus. We suggereren daarom bovenstaand lesschema met acht blokken van twee uur. Je kan best de volgorde van de onderwerpen aannemen zoals ze hierboven worden voorgesteld.

4. Eindtermen

Met deze cursus werk je aan verschillende eindtermen: zowel vakgebonden (Nederlands, Natuurwetenschappen, PAV, verzorging, topsport...) als vakoverschrijdende eindtermen, afhankelijk van de werkvorm die je kiest. We vermelden in deze handleiding per werkvorm enkel de vakoverschrijdende eindtermen voor het secundair onderwijs en de vakgebonden eindtermen of ontwikkelingsdoelen Natuurwetenschappen. Hieronder vind je de volledige lijst.

Vakoverschrijdende eindtermen

Gemeenschappelijke stam

De jongeren:

- 1. brengen belangrijke elementen van communicatief handelen in praktijk (*Communicatief vermogen*);
- 10. engageren zich spontaan (*Initiatief*);
- 19. dragen actief bij tot het realiseren van gemeenschappelijke doelen (*Samenwerken*);
- 20. nemen verantwoordelijkheid op voor het eigen handelen, in relaties met anderen en in de samenleving (*Verantwoordelijkheid*);
- 23. doen een beroep op maatschappelijke diensten en instellingen (*Zelfredzaamheid*).

Context Lichamelijke gezondheid en veiligheid

De jongeren:

- 11. passen veiligheidsvoorschriften toe en nemen voorzorgen voor een veilige leef- en werkomgeving;
- 12. roepen hulp in en dienen eerste hulp en cpr toe.

Context Politiek-juridische samenleving

De jongeren:

- 12. tonen het belang aan van internationale organisaties en instellingen.

1ste graad secundair onderwijs

- A-stroom

- Vakgebonden eindtermen

Natuurwetenschappen - Systemen

De jongeren kunnen:

- 1. illustreren dat er in een organisme een samenhang is tussen verschillende organisatieniveaus (cel, weefsel, orgaan, stelsel, organismen);
- 2. bij de mens de bouw, de werking en de onderlinge samenhang van het spijsverteringsstelsel, het ademhalingsstelsel, het bloed, de bloedsomloop en het uitscheidingsstelsel beschrijven.

1ste graad Secundair onderwijs

- B-stroom

- Vakgebonden ontwikkelingsdoelen

Natuurwetenschappen - Levende Natuur

De jongeren kunnen:

- 9. belangrijke organen die betrokken zijn bij ademhaling, spijsvertering, voortplanting, transport en uitscheiding in het menselijk lichaam, lokaliseren;
- 10. de functie van de belangrijke organen die betrokken zijn bij ademhaling, spijsvertering, voortplanting, transport en uitscheiding in het menselijk lichaam op eenvoudige wijze weergeven.

Nota

Bovenstaande eindtermen zijn de eindtermen zoals bekend in maart 2017. Het meest actuele overzicht is te raadplegen op www.ond.vlaanderen.be/curriculum/secundair-onderwijs/index.com.