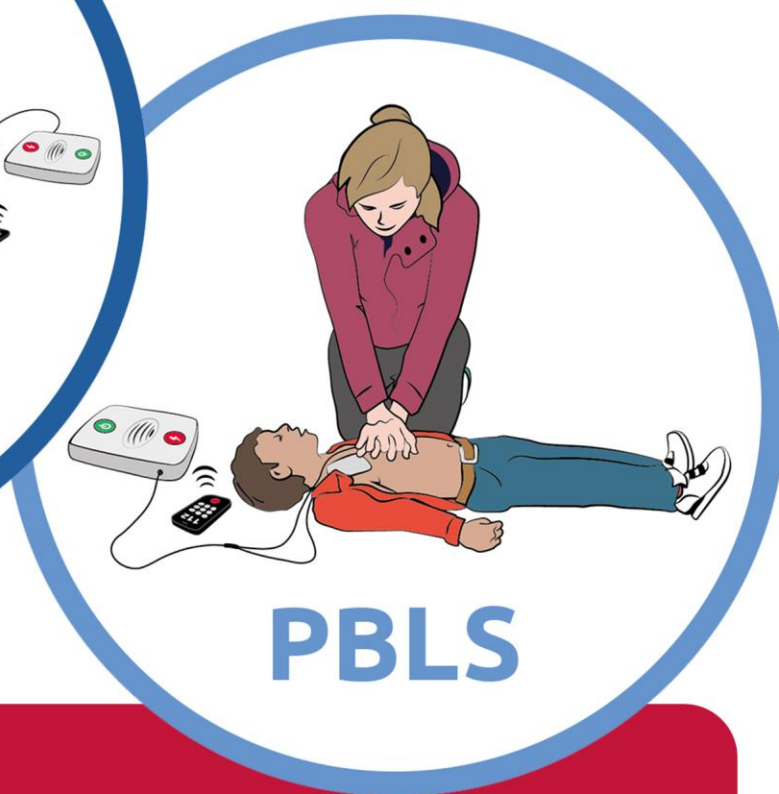
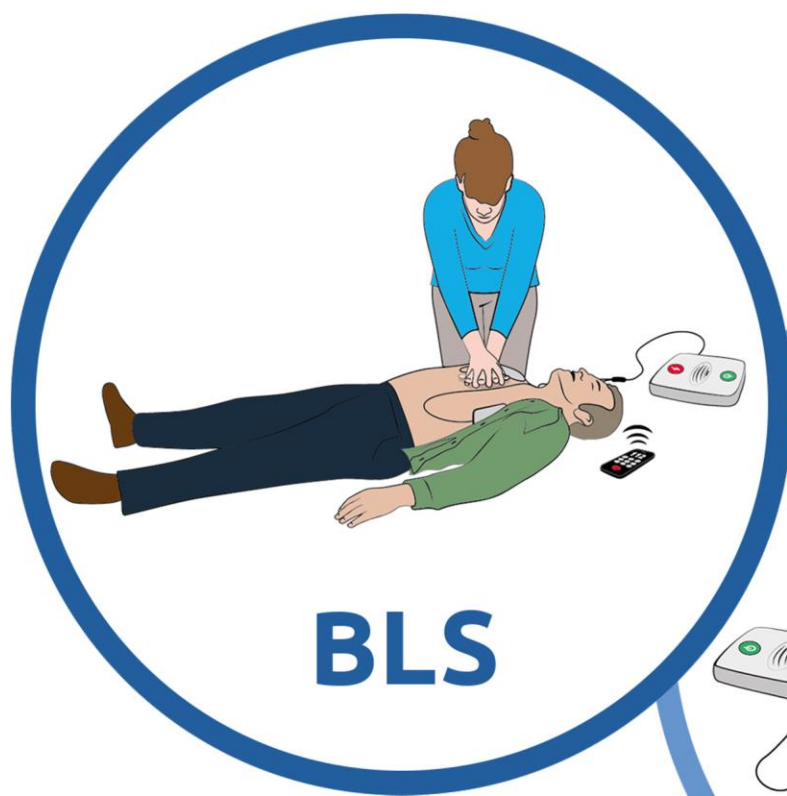




Opfriscursus
**Reanimatie van volwassenen (BLS)
en reanimatie van kinderen (PBLS)**

Instructeurshandleiding

Versie: 3.0

Datum: 29 januari 2026

Auteurs

Ilse van Haren
Jan Hoefnagel
Martijn Maas
Ramon Soer



Nederlandse Reanimatie Raad
Mercatorlaan 1200
3528 BL Utrecht
088 – 732 72 23
www.reanimatieraad.nl
info@reanimatieraad.nl

Inleiding

Reanimatieonderwijs is de afgelopen jaren sterk veranderd. E-learning, feedback-poppen en serious gaming zijn niet meer weg te denken, terwijl de groep cursisten steeds diverser is: van scholieren tot first responders, van mantelzorgers tot zorgprofessionals. Een uniform lesprogramma past daar niet langer bij.

De Nederlandse Reanimatie Raad heeft daarom het BLS-onderwijs opnieuw vormgegeven. De basiscursus BLS biedt een strak gestructureerd programma waarin de essentiële basisvaardigheden worden aangeleerd, ondersteund door een gestandaardiseerd lesplan, PowerPoint en instructievideo's. De opfriscursussen zijn modulair opgebouwd, zodat verdieping en aanvullende vaardigheden beter kunnen worden afgestemd op de verschillende doelgroepen.

In deze instructeurshandleiding vind je alle informatie die nodig is om een NRR-gecertificeerde basiscursus BLS te verzorgen. De opzet is gebaseerd op mastery learning: cursisten gaan pas door naar een volgende stap als de voorgaande vaardigheid voldoende beheerst wordt. Het vierstappenplan, gerichte feedback en het werken met scenario's helpen jou als instructeur om cursisten in korte tijd effectief en veilig op te leiden.

Deze handleiding vormt samen met het cursusreglement, de Powerpointpresentatie en de overige lesmaterialen het fundament onder kwalitatief hoogwaardig BLS-onderwijs. Zo werken we samen aan een landelijk uniforme, herkenbare en doelmatige basiscursus BLS, die cursisten het vertrouwen geeft om in een reanimatiesituatie daadwerkelijk te handelen.

Inhoudsopgave

Inleiding	3
Inhoudsopgave	4
Modulaire opbouw van het reanimatieonderwijs	6
De opfriscursussen	7
<i>Opzet opfriscursussen</i>	7
<i>Doelgroep</i>	8
<i>Doel van de cursus</i>	8
<i>Mastery learning</i>	8
<i>Scenario's</i>	9
<i>Lesplan en PowerPoint</i>	9
<i>Cursusduur</i>	9
<i>Hulpmiddelen tijdens de training</i>	9
<i>Scenario onderwijs</i>	9
<i>Feedback tijdens opfriscursussen</i>	10
<i>Veelgestelde vragen</i>	11
<i>Certificering</i>	11
<i>Cursusreglement</i>	11
<i>Combineren BLS- en PBLIS-cursus</i>	11
<i>2-persoonstechniek</i>	11
Module elementen voor de opfriscursussen	12
<i>Inleiding</i>	12
<i>Context</i>	12
<i>Module 'Opfrissen BLS-vaardigheden'</i>	12
<i>Module 'Opfrissen PBLIS-vaardigheden'</i>	13
<i>Module: 'Scenario's'</i>	14
<i>Module 'Verdieping first responders'</i>	14
<i>Modules speciale omstandigheden</i>	14
<i>Module 'Niet-technische vaardigheden'</i>	15
<i>Module 'Afwijkend algoritme'</i>	15
<i>Module 'Afsluiting en certificering'</i>	15
Bijlagen	16
<i>Bijlage 1 Scenario onderwijs</i>	17
<i>Bijlage 2 Nabespreken: Pendleton methode</i>	18
<i>Bijlage 3 Nabespreken: Learning Conversation</i>	19
<i>Bijlage 4 Advocacy with inquiry</i>	20

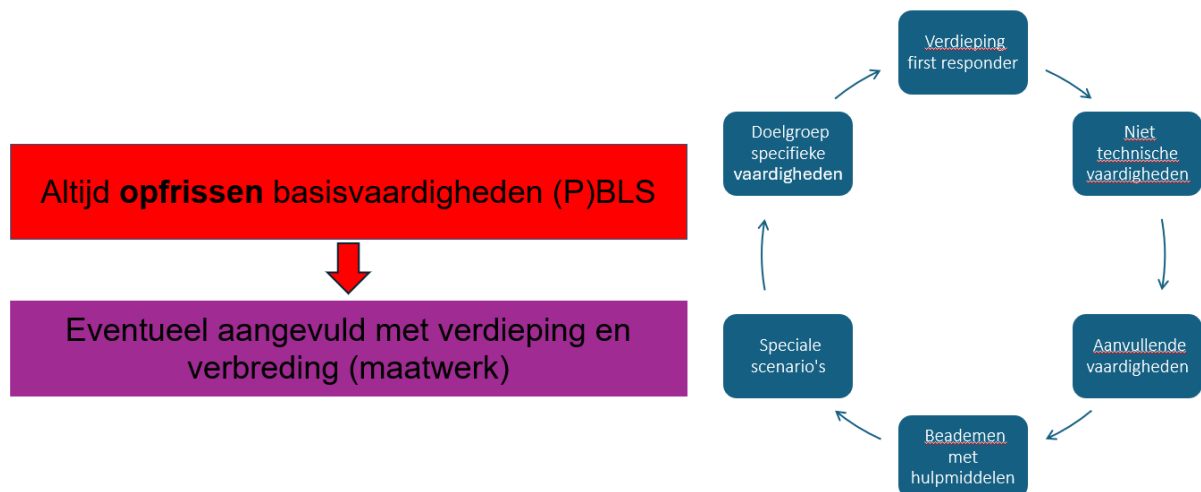
<i>Bijlage 5 Opfriscursus, nieuwe first responders.....</i>	<i>21</i>
<i>Bijlage 6 Opfriscursus, ervaren first responders.....</i>	<i>22</i>
<i>Bijlage 7 Checklist BLS-vaardigheden</i>	<i>23</i>
<i>Bijlage 8 Checklist PBLS-vaardigheden.....</i>	<i>24</i>
<i>Bijlage 9 Versiebeheer</i>	<i>25</i>

Modulaire opbouw van het reanimatieonderwijs

De basiscursus vormt het fundament van het reanimatieonderwijs. Iedereen die voor het eerst een reanimatiecursus volgt, of langer dan een jaar niets aan zijn vaardigheden heeft gedaan, volgt (opnieuw) de basiscursus. Tijdens deze cursus worden de basisvaardigheden van basale reanimatie aangeleerd of hersteld.

Na de basiscursus zijn opfriscursussen nodig om vaardig te blijven. Deze starten steeds met het opfrissen van de reanimatievaardigheden en kunnen daarna met verschillende modules worden uitgebreid, passend bij de doelgroep.

Wie een basis- of opfriscursus met goed gevolg afsluit, ontvangt een BLS- of PBLS-certificaat van de Nederlandse Reanimatie Raad (NRR). Met dit certificaat kan men zich aanmelden als burgerhulpverlener bij HartslagNu. Omdat de basis in elke opfriscursus gelijk is, is er gekozen voor één type BLS-certificaat.



De opfriscursussen

Opzet opfriscursussen

Na de basiscursus zijn opfriscursussen nodig om vaardig te blijven. Naast het opfrissen kan de instructeur de cursus uitbreiden met één of meer aanvullende modules, zodat het programma aansluit bij de cursisten. Elke opfriscursus start met een nulmeting en het bijwerken van de reanimatievaardigheden. Daarna stelt de instructeur, op basis van wensen en ervaring (bijvoorbeeld nieuwe burgerhulpverleners bij HartslagNu versus ervaren cursisten), een passende combinatie van modules samen.

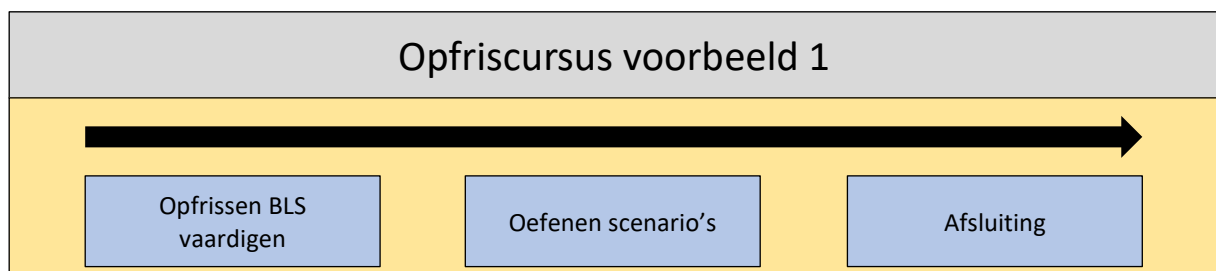
Een veelgebruikte module is scenariotraining. De instructeur kiest, afhankelijk van de leerdoelen, passende scenario's uit het scenarioboek en kan deze module één of meerdere keren in de cursus inzetten.

Hieronder tref je enkele voorbeelden van hoe een opfriscursus er schematisch uit kan zien:

Voorbeeld 1:

Doelgroep: Een groep cursisten die vorig jaar de basiscursus heeft gevolgd en de cursus alleen in huiselijke kring willen gebruiken.

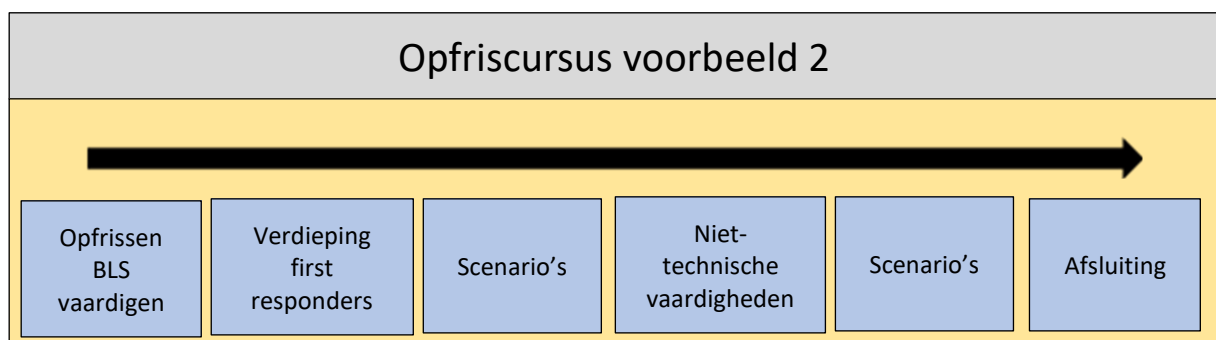
Programma: De instructeur kan er voor kiezen alleen de vaardigheden op te frissen en te oefenen met enkele simpele scenario's.



Voorbeeld 2:

Doelgroep: Cursisten die zich ook hebben aangemeld of willen aanmelden als burgerhulpverlener bij HartslagNu en andere first responders.

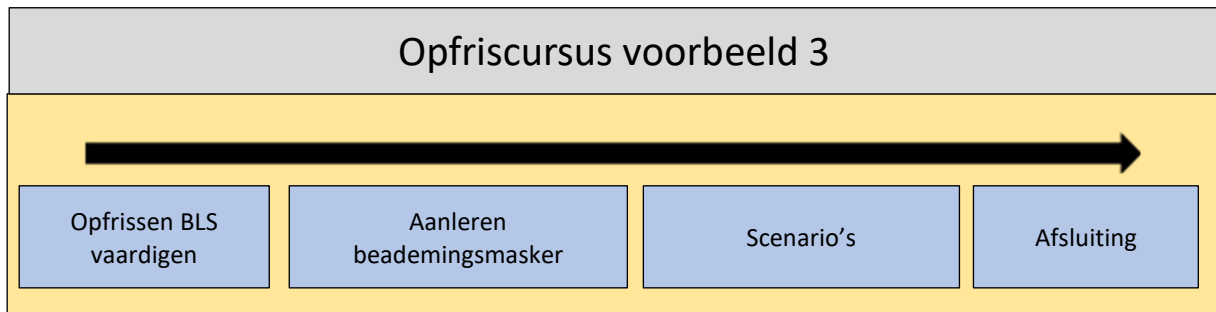
Programma: Na het opfrissen van de vaardigheden is er aandacht voor enige verdieping in het oproepnetwerk en samenwerking met andere hulpverleners (niet-technische vaardigheden). Daarbij kunnen scenario's gekozen worden die aansluiten bij een first responder die wordt opgeroepen voor een reanimatie.



Voorbeeld 3:

Doelgroep: Stewardessen en stewards van een luchtvaartmaatschappij die geen burgerhulpverlener willen worden, maar wel goed voorbereid willen zijn.

Programma: Na het opfrissen van de vaardigheden wordt het beademen met het beademingsmasker aangeleerd. Daarna worden enkele scenario's gespeeld waarin specifieke situaties worden geoefend die relevant zijn voor deze beroepsgroep.



Als instructeur is het dus belangrijk om van tevoren goed na te denken over welke doelgroep hij/zij voor zich heeft en welke leerdoelen hij/zij voor de cursus voor ogen heeft.

Doelgroep

Opfriscursussen zijn bedoeld voor iedereen (zorgprofessionals en niet-zorgprofessionals) die in het afgelopen jaar een reanimatiebasiscursus of opfriscursus succesvol heeft afgerond en zijn vaardigheden wil opfrissen en verdiepen. Voor het effectief inzetten van scenario's verdient het de voorkeur om zoveel mogelijk met homogene groepen te werken.

Doel van de cursus

Het doel van de opfriscursus verschilt per doelgroep en wordt vooraf door instructeur en cursuscentrum vastgesteld. Een cursist die net zijn eerste certificaat heeft behaald, heeft andere leerdoelen dan een ervaren first responder. Overstijgende doelen blijven altijd gelijk: het herkennen van een circulatiestilstand, snel alarmeren, effectieve borstcompressies en beademingen geven en de AED gebruiken.

Mastery learning

Ook in opfriscursussen geldt het principe van mastery learning. De instructeur volgt voortdurend de voortgang van iedere cursist en helpt deze waar nodig positief verder. Extra vaardigheden worden pas geoefend wanneer de onderliggende BLS-techniek voldoende beheerst wordt, bijvoorbeeld eerst goed beademen voordat met een beademingsmasker of scenario's wordt gewerkt.

Scenario's

Een belangrijk onderdeel van alle opfriscursussen zijn de scenario's. Tijdens scenario's worden de cursisten geconfronteerd met realistische situaties die ze voorbereiden op de praktijk. Hiervoor is een speciaal scenarioboek ontwikkeld waarin scenario voor diverse doelgroepen en met verschillende doelstellingen zijn opgenomen. Zo zijn er scenario's voor reguliere cursussen, maar ook scenario's specifiek voor burgerhulpverleners.

Lesplan en PowerPoint

Aangezien een opfriscursus door de instructeur wordt opgebouwd uit verschillende zelf te kiezen modules, bestaat er niet iets als een standaard lesplan. Wel zijn er een aantal standaard modules beschikbaar waarmee de instructeur in overleg met het cursuscentrum van de cursus zelf een lesplan kan samenstellen. Er is ook een PowerPoint presentatie beschikbaar waarin de dia's van de diverse modules bij elkaar zijn gezet. Door dia's wel of niet zichtbaar te maken kan de instructeur een PowerPoint op maat maken. Daar waar nodig zijn in de PowerPoint notities opgenomen als toelichting op de desbetreffende dia. Gebruik deze zeker, omdat hier duidelijke instructies in vermeld staan.

Voor het gemak zijn enkele voorbeeld lesplannen in bijlage 5 en 6 opgenomen.

Cursusduur

Ook hier geldt dat er niet een standaard cursusduur bestaat. Het evalueren en opfrissen van de vaardigheden is afhankelijk van de ervaring en het leertempo van de groep. De onderwerpen die daarnaast aanbod komen zijn afhankelijk van de samenstelling van het programma door de instructeur. Bij de verschillende modules staat wel een tijdsindicatie aangegeven.

Hulpmiddelen tijdens de training

Gebruikelijk is dat er per drie cursisten één oefenpop en één AED-trainer beschikbaar zijn. Het is daarbij niet verplicht om oefenpoppen te gebruiken die diepte, frequentie en dergelijke kunnen registreren. Het gebruik van deze extra feedback kan wel stimulerend werken ten aanzien van het leerproces. Daarnaast is het uiteraard belangrijk dat alle materialen die voor de scenario's noodzakelijk zijn voorhanden zijn.

Scenario onderwijs

Scenario's bereiden cursisten voor op realistische (P)BLS-situaties en kunnen zich richten op zowel technische vaardigheden als samenwerking, communicatie en organisatie. Het (P)BLS-scenarioboek bevat hiervoor voorbeelden voor verschillende doelgroepen en leerdoelen.

Elke scenario-oefening, uit het scenarioboek of door de instructeur zelf ontwikkeld, start met een helder leerdoel dat aansluit bij de eindtermen en de NRR-richtlijnen. De instructeur begeleidt het scenario, bewaakt het leerdoel en rondt af zodra dit voldoende is bereikt; in de

evaluatie hoeven alleen de onderdelen besproken te worden die relevant zijn voor het leerdoel.

Voorbereiding

De instructeur kiest op basis van doelgroep en wensen een eenvoudig, realistisch leerdoel en bijpassend scenario. Materialen en ruimte worden vooraf gecontroleerd en passend ingericht.

Introductie

Bij de start bespreekt de instructeur doel, relevantie en afspraken rond veiligheid (waaronder het gebruik van 'no play' bij onveilige situaties). Rollen en verwachtingen worden verduidelijkt en na een korte contextschets laat de instructeur de cursisten het scenario kort samenvatten voordat het start.

Uitvoering en nabespreking

Tijdens het scenario geeft de instructeur alleen noodzakelijke informatie, observeert het (team)gedrag en noteert punten voor de nabespreking. In de nabespreking ligt de focus op de leerdoelen, met aandacht voor sterke punten en verbeterpunten; de Pendleton-methode en de Learning Conversation zijn daarvoor geschikte vormen binnen een veilige leeromgeving.

Afronding

Tot slot is ruimte voor vragen, vat de instructeur de belangrijkste leerpunten samen en maakt deze de koppeling naar het vervolg van de cursus.

In bijlage 1 vind je een lijst met aandachtspunten voor het gestructureerd begeleiden van scenario's.

Feedback tijdens opfriscursussen

Feedback blijft ook in de opfriscursus een essentieel onderdeel van het leerproces. De gebruikte feedbackvorm verschilt daarbij vaak van die in de basiscursus. Verwijs voor achtergrond en praktische handvatten naar de publicatie "Feedback: Waarom, wat, hoe en wanneer?" van de NRR.

Bij het aanleren van deelvaardigheden, zoals het gebruik van het beademingsmasker, is directe, taakgerichte feedback het meest geschikt. Tijdens scenario-oefeningen kan de instructeur verschillende feedbackvormen inzetten, afhankelijk van tijd, scenariooverloop en eigen ervaring; met name de Pendleton-methode en de Learning Conversation zijn hiervoor passend.

De instructeur kan daarbij technieken als advocacy-inquiry gebruiken om observaties op een niet-veroordelende manier te bespreken en samen met de cursist te verkennen welke overwegingen en denkstappen achter zichtbaar gedrag schuilgaan.

In bijlage 2, 3 en 4 vind je schema's die behulpzaam kunnen zijn bij de verschillende feedbackvormen.

Veelgestelde vragen

Tijdens de cursus is vaak onvoldoende tijd om alle vragen te behandelen en ook na afloop ontstaan regelmatig nieuwe vragen. Verwijs cursisten daarom naar de veelgestelde vragen op de website van de Nederlandse Reanimatie Raad.

Certificering

In de opfriscursus is, net als in de basiscursus, geen eindtoets opgenomen. De instructeur volgt tijdens de hele cursus de voortgang van iedere cursist en stuurt zo nodig bij volgens de principes van mastery learning. De nulmeting aan het begin van de training is daarbij een belangrijk hulpmiddel.

Cursusreglement

Deze instructeurshandleiding beschrijft alle inhoudelijke aspecten van de cursus. Voor certificering door de NRR moet de cursus daarnaast aan een aantal randvoorwaarden voldoen, zoals eisen aan het cursuscentrum en het maximale aantal cursisten per instructeur. Deze randvoorwaarden staan in het cursusreglement op onze website.

Combineren BLS- en PBLS-cursus

Vanuit onderwijskundig oogpunt is het niet wenselijk om een basiscursus BLS en een basiscursus PBLS in één traject te combineren. Dit heeft te maken met de cognitieve belasting van het aanleren en verwerken van verschillende algoritmen binnen dezelfde cursus. Basiscursussen BLS en PBLS worden daarom altijd afzonderlijk aangeboden. Heeft iemand op een eerder moment al een volledige basiscursus PBLS gevolgd, dan kan een opfriscursus PBLS wél gecombineerd worden met een basiscursus BLS, en vice versa. Wanneer een cursist beide basiscursussen reeds met goed gevolg heeft afgerond, kunnen de opfriscursussen BLS en PBLS ook onderling gecombineerd worden.

2-persoonstechniek

De 2-persoonstechniek bij masker-ballonbeademing kan als extra competentie worden toegevoegd aan de (P)BLS-cursus, specifiek voor zorgprofessionals die deze techniek ook in hun dagelijkse praktijk toepassen. Deze uitbreiding sluit aan bij de realistische werkomgeving waarin goede samenwerking en efficiënte rolverdeling tijdens reanimatie essentieel zijn.

Het is van belang dat de instructeur de basisvaardigheden voor masker-ballonbeademing al goed beheerst en in de dagelijkse professie dit ook daadwerkelijk uitvoert. Tijdens de (P)BLS-training ligt de nadruk vervolgens op het in teamverband correct toepassen van de 2-persoonstechniek: één persoon fixeert het masker en waarborgt een goede afsluiting, terwijl de ander de ballon bedient en de beademing uitvoert. Door deze verdeling van taken kan de effectiviteit van de beademing en de oxygenatie aanzienlijk verbeteren.

Het integreren van deze techniek in de (P)BLS-cursus draagt bij aan een hogere kwaliteit van reanimatiezorg, vooral in settings waar zorgprofessionals dagelijks met beademingsballonnen werken.

Module elementen voor de opfriscursussen

Inleiding

Voor opfriscursussen is geen standaardlesplan; dit wordt door de instructeur in overleg met het cursuscentrum opgesteld. Alleen het eerste deel, het opfrissen van de BLS-vaardigheden, is steeds gelijk. Daarna kunnen naar wens verschillende modules worden gecombineerd, met een goede afwisseling tussen theorie en praktijk en passend bij wensen en niveau van de cursisten. In bijlagen 5 en 6 staan voorbeeldlesplannen die hiervoor als inspiratie kunnen dienen.

Context

Het is belangrijk om te realiseren dat niet alle modules en scenario door elke instructeur gegeven kunnen worden. Voor de belangrijkste 'basis' modules geldt dat de noodzakelijke kennis hiervoor in de instructeurs opleiding is meegenomen. Elke instructeur moet deze onderdelen dus kunnen verzorgen. Het gaat dan om de modules:

- Opfrissen BLS-vaardigheden
- Beademen met hulpmiddelen
- Verdieping first responders reanimatiezorg
- Niet-technische vaardigheden
- Beademen in smalle ruimtes
- Beademen gelaryngectomeerd
- Scenario's

Voor modules die bedoeld zijn voor specifieke doelgroepen (hulpverleners op boorplatformen, verpleegkundigen in het ziekenhuis, leden van de reddingsbrigade) geldt dat de instructeur kennis moet hebben met het daar geldende afwijkende algoritme en bekwaam moet zijn in afwijkende vaardigheden om deze te kunnen instrueren. Het ligt dan ook niet voor de hand dat een instructeur Eerste Hulp die ook reanimatie instructeur is verpleegkundigen in het ziekenhuis leert reanimeren. Deze modules zijn ook niet altijd vanuit de NRR beschikbaar.

Module 'Opfrissen BLS-vaardigheden'

(tijdsindicatie: 30 tot 45 minuten)

De module 'Opfrissen BLS-vaardigheden' vormt altijd het startpunt van een opfriscursus. In deze module herhalen cursisten hun BLS-vaardigheden en passen zij de nieuwste richtlijnen toe.

De instructeur gebruikt de checklist in bijlage 7 als hulpmiddel om het niveau van de cursisten in te schatten. De gekozen werkvorm (bijvoorbeeld peer feedback of klassikale evaluatie) hangt af van ervaring en samenstelling van de groep. Bij ervaren groepen kan de checklist worden ingezet voor onderlinge beoordeling; bij minder ervaren groepen ligt een meer sturende, klassikale aanpak meer voor de hand.

De instructeur moet zich ervan verzekeren dat alle cursisten hun BLS-vaardigheden weer voldoende beheersen voordat de cursus doorgaat naar het volgende onderdeel; dat is de kern van mastery learning. De eindbeoordeling blijft daarmee altijd de verantwoordelijkheid van de instructeur.

Wanneer een cursist extra oefening nodig heeft op een specifieke vaardigheid, houdt de instructeur hier rekening mee in de verdere cursusopbouw. Tijdens scenario-oefeningen kan bijvoorbeeld bewust gekozen worden voor een rol met veel borstcompressies om extra oefenmomenten te creëren.

Hulpmiddelen

- PowerPoint presentatie: Onderdeel 'opfrissen vaardigheden'
- Checklist voor de BLS vaardigheden (*bijlage 7*)
- Oefenpoppen

Module 'Opfrissen PBLs-vaardigheden'

(tijdsindicatie: 45 tot 60 minuten)

De module 'Opfrissen PBLs-vaardigheden' is het startpunt van iedere opfriscursus. In deze module herhalen cursisten hun PBLs-vaardigheden en passen zij de actuele richtlijnen toe. De instructeur beoordeelt iedere cursist met behulp van de checklist in bijlage 8. De werkvorm (peer assessment, stationstraining of klassikaal) kiest de instructeur op basis van het niveau en de samenstelling van de groep. Bij ervaren groepen kan de checklist gebruikt worden om cursisten elkaar te laten beoordelen; bij minder ervaren groepen ligt een meer sturende, klassikale aanpak meer voor de hand.

Uiteindelijk moet de instructeur zich ervan vergewissen dat alle cursisten hun PBLs-vaardigheden weer voldoende beheersen voordat wordt doorgegaan naar het volgende onderdeel van de cursus; dit is de kern van mastery learning. De eindbeoordeling ligt daarom altijd bij de instructeur.

De PowerPoint-presentatie bevat een opfrisvideo en enkele dia's met de belangrijkste elementen van PBLs. Het gebruik en de mate van inzet van deze materialen zijn ter beoordeling van de instructeur en afhankelijk van het niveau van de cursisten.

Wanneer een individuele cursist extra oefening nodig heeft op een specifieke vaardigheid, houdt de instructeur hier rekening mee in de verdere cursusopbouw. Zo kan bij scenario-oefeningen bewust een rol worden gekozen (bijvoorbeeld degene die de borstcompressies uitvoert) om extra oefenmomenten te creëren.

Hulpmiddelen

- PowerPoint presentatie: Onderdeel 'opfrissen vaardigheden'
- Checklist voor de BLS vaardigheden (*bijlage 8*)
- Oefenpoppen

Module: ‘Scenario’s’

(Tijdsindicatie: 15 tot 20 minuten per scenario)

- 5 min. opbouw en inleiding
- 5 - 7 min. spelen van het scenario
- 5 - 8 nabespreking en afsluiting

Stem vooraf leerdoelen en scenario’s af op de doelgroep. Kies uit het scenarioboek passende scenario’s en gebruik per scenario de checklist om te beoordelen of de relevante punten zijn uitgevoerd; in de appendix staat per eindterm extra toelichting voor de begeleiding.

Scenario-rollen waarin iemand bewust slechte BLS uitvoert of fouten maakt, worden uitsluitend door een instructeur gespeeld; cursisten tonen nooit gedrag dat niet gewenst is. Omstanders die paniek of onrust veroorzaken, vertonen alleen milde paniek en kunnen desgewenst worden gespeeld door instructeurs of lotussen.

Hulpmiddelen

- Scenarioboek
- Oefenpoppen
- Materialen voor scenario

Module ‘Verdieping first responders’

(tijdsindicatie: 15 minuten)

Deze bouwsteen is bedoeld voor (toekomstige) burgerhulpverleners en andere first responders binnen netwerken als HartslagNu. Hij geeft inzicht in elkaars achtergrond, de werking van het systeem en wat cursisten kunnen verwachten bij een oproep.

De module hoeft in principe maar één keer te worden gevolgd. Ervaren cursisten kunnen, als zij dat willen, hun ervaringen delen. In latere opfriscursussen ligt de nadruk vooral op het oefenen van passende scenario’s, bij voorkeur in combinatie met de module ‘niet-technische vaardigheden’.

Hulpmiddelen

- PowerPoint presentatie: Onderdeel ‘First responders’

Modules speciale omstandigheden

(tijdsindicatie: 15 minuten per onderdeel)

Deze modules bestaan uit verschillende tegels (zie hulpmiddelen) en zijn bedoeld voor het aanleren van specifieke vaardigheden in speciale omstandigheden, zoals het gebruik van het beademingsmasker, ‘over-het-hoofd reanimatie’ of het beademen van een gelaryngectomeerde patiënt. Het vierstappenplan is hiervoor goed geschikt, gecombineerd met directe feedback. Beheersen cursisten de betreffende vaardigheid al, dan wordt deze tijdens het eerste blok ‘Opfrissen BLS-vaardigheden’ beoordeeld in plaats van opnieuw aangeleerd.

Het toepassen van de 2-persoonstechniek wordt alleen aangeleerd aan cursisten die ook dit daadwerkelijk in de praktijk uitvoeren vanwege hun functie.

Hulpmiddelen

- PowerPoint presentatie: Onderdeel 'Beademen met hulpmiddelen'
- PowerPoint presentatie: Onderdeel 'Beademen tracheostoma'
- PowerPoint presentatie: Onderdeel '2-persoonstechniek'
- PowerPoint presentatie: Onderdeel 'Reanimatie in smalle ruimtes'

Module 'Niet-technische vaardigheden'

(tijdsindicatie: 15 minuten)

Niet-technische vaardigheden betreft de samenwerking tussen de verschillende hulpverleners. Deze bouwsteen is niet verplicht maar kan een aanvulling zijn voor cursisten die, meer dan gebruikelijk, bij reanimaties aanwezig zullen zijn zoals brandweer, first responders reanimatiezorg, huisartsenpost enz.

Hulpmiddelen

- PowerPoint presentatie: Onderdeel 'Niet-technische vaardigheden'

Module 'Afwijkend algoritme'

(tijdsindicatie: afhankelijk van afwijkingen)

In alle reanimatiecursussen wordt hetzelfde reanimatie-algoritme aangeleerd; de volgorde van handelen is overal gelijk. De context kan wel verschillen, bijvoorbeeld door beschikbare hulpmiddelen, teamopbouw of lokale werkafspraken.

Wanneer in een specifieke setting aanvullende of context gebonden afspraken gelden, moet de instructeur deze goed kennen en er aantoonbare ervaring mee hebben voordat ze in de cursus worden verwerkt. Dit geldt ook voor extra vaardigheden die niet tot de standaard BLS-basis behoren.

In de PowerPoint is ruimte om dergelijke context specifieke afspraken toe te voegen. De instructeur is verantwoordelijk voor het opnemen van de juiste, actuele lokale protocollen in de presentatie.

Hulpmiddelen

- PowerPoint presentatie: Onderdeel 'Afwijkend algoritme'
- Vanuit de instructeur

Module 'Afsluiting en certificering'

(tijdsindicatie: 5 minuten)

Iedere opfriscursus moet de instructeur afsluiten met het nagaan of het er nog vragen zijn, het geven van een samenvatting van wat in de cursus aan bod is gekomen en hoe de les wordt vervolgd. Na afloop krijgen cursisten hun certificaat uitgereikt als de competenties beheerst worden.

Bijlagen

Bijlage 1 Scenario onderwijs

Onderstaande kapstok dient als hulpmiddel voor het gestructureerd aanbieden van scenario onderwijs. De voorkeur gaat uit naar meerdere, korte scenario's met beperkte leerdoelen.

Vorbereiding (door instructeur)

- ✚ Informatie over doelgroep verzamelen
- ✚ Realistisch doel formuleren (keep it simple)
- ✚ Scenariokeuze en mate van complexiteit afgestemd op doelgroep en doel
- ✚ Opstelling maken
- ✚ Controleren van de te gebruiken materialen
- ✚ Zorgen voor comfort in de lesomgeving

Introductie

- ✚ Benoem: doelen, relevantie, inhoud, motivatie, realistische rolverdeling:
 - Wat is het leerdoel dat je de cursist wil laten behalen?
 - Waarom is het relevant?
 - Om welke inhoud gaat het? Waarop wordt dus beoordeeld?
 - Wat is de motivatie om dit nu te oefenen?
 - Wat is de realistische rolverdeling van de cursisten (geen toneelspel)
- ✚ Heb geen geheimen
- ✚ Bespreek veiligheid (leerklimaat, uitvoering en noplay)
- ✚ Geef relevante informatie over het scenario (context)
- ✚ Laat cursist het scenario kort herhalen

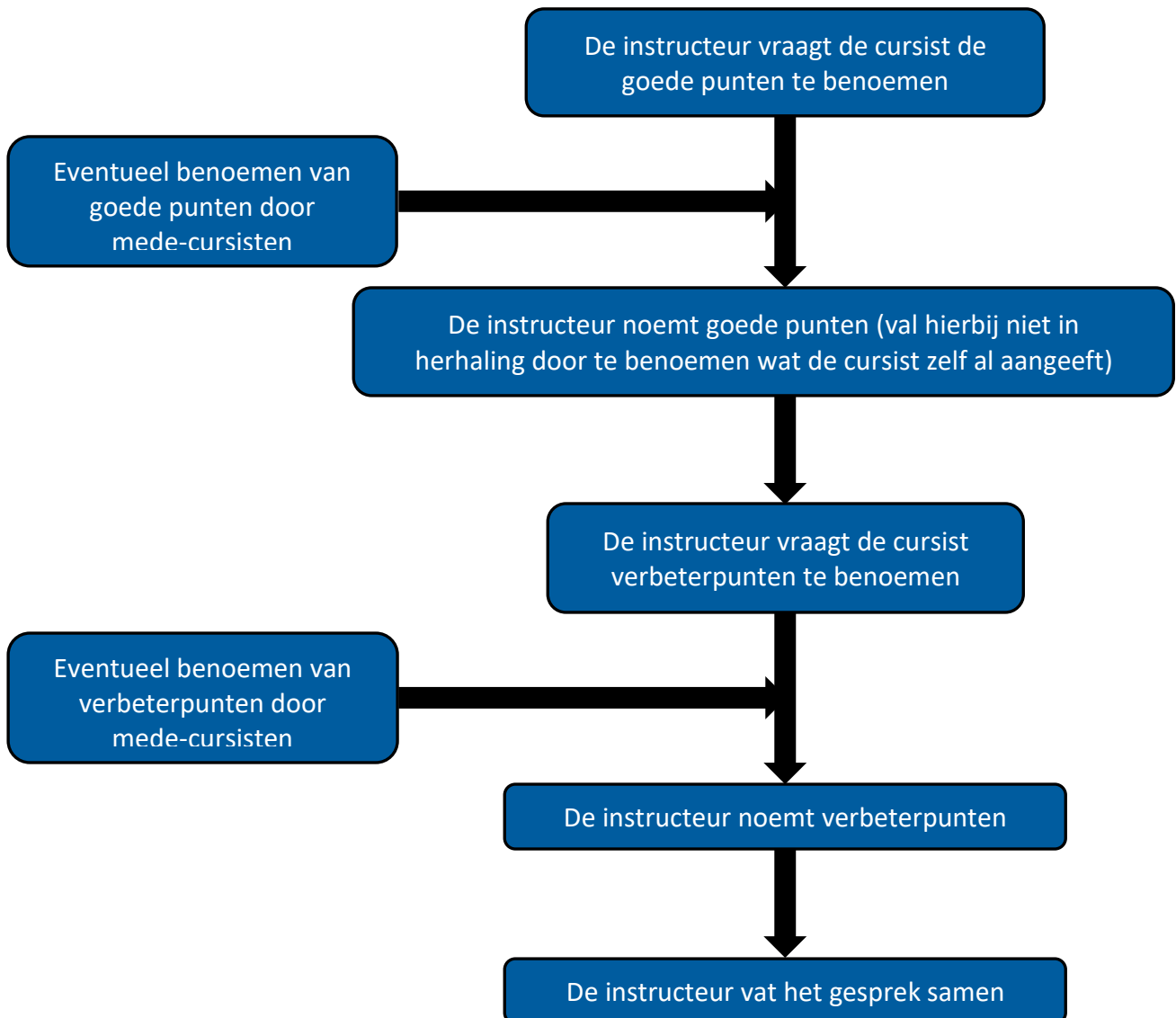
Uitvoering

- ✚ Geef start en einde scenario duidelijk aan
- ✚ Draaien van het scenario gericht op het doel
- ✚ Geef alleen informatie die relevant is voor de voortgang van het scenario
- ✚ Evaluatie van de leerervaring door middel van de Learning Conversation of Pendleton, zie hierbij het leerdoel als uitgangspunt
- ✚ Optioneel herhaling van hetzelfde scenario

Afronding

- ✚ Vragen, algemene samenvatting, verbinding naar volgende cursusonderdeel

Bijlage 2 Nabespreken: Pendleton methode



Bijlage 3 Nabespreken: Learning Conversation

De Learning Conversation kan bij scenario onderwijs een hele effectieve feedback methode zijn. In deze bijlage hebben we een klein hulpmiddel opgenomen als hulpmiddel voor de instructeur. Meer informatie over de Learning Conversation vind je in [het lesboekje Feedback: Waarom, Wat, Hoe en Wanneer?](#)



Bijlage 4 Advocacy with inquiry

- Ik zag
- Ik dacht
- Ik ben nieuwsgierig

VOORBEELDVRAGEN

Open vragen:

- Zou je hier iets meer over kunnen vertellen?
- Hoe bedoel je dat?
- Wat heeft dat met je gedaan?
- Wat had je nodig?
- Wat heb je goed gedaan/waarover ben je tevreden? En hoe kwam dat?
- Wat heeft bij jou de frustratie of het ongemakkelijke gevoel veroorzaakt?
- Wat heeft jezelf verrast gedurende het gebeuren?
- Wat speelde er allemaal mee? Wat had invloed op jouw besluitvorming?
- Wat gebeurde er op dat moment?
- Wat heb je hiervan geleerd?
- Hoe ga je of kan je dat de volgende keer anders doen?
- Wat denk je dat verbeterd kan worden?
- Wat gebeurde er verder wat een probleem veroorzaakte?

Gesloten vragen:

- Heeft iemand opgemerkt wat er is gezegd tijdens de controle?
- Heb je in het begin de scenario informatie goed begrepen?
- Was jij je ervan bewust dat contact met jou wilde hebben/maken?
- Had jij de oorzaak van de problemen in dit stadium al geïdentificeerd?
- Was dat een redelijk verzoek?
- Was die actie te verwachten?
- Vond jij dat leuk?
- Heeft iemand hier verder nog iets aan toe te voegen?

Sonderen: (Onderzoeken, Peilen, Polsen, Uithoren, Uitvragen)

- Waardoor voel jij je meer op je gemak?
- Wat zou jou op dat moment meer geruststellen?
- Hoe zou je het liever hebben gezien?
- Kan je me meer vertellen over wat je voelde toen dat werd gezegd?
- Kan je jouw gedachten van dat moment uitleggen?
- Waar was je mee bezig toen dit voorviel?
- Waarom denk je dat zij dat hebben gedaan?

Samenvatten en reflecteren:

- Hoor ik je zeggen...?
- Begrijp ik het goed dat...?
- Is wat je zegt ...?
- Jullie zijn het erover eens over dat...?

Bijlage 5 Opfriscursus, nieuwe first responders

Doelgroep:

Cursisten die 1 jaar geleden een basiscursus hebben gevolgd en zich al hebben aangemeld bij HartslagNu of dat overwegen.

Aandachtspunt:

In de groep kunnen eventueel ook mensen zitten die zich niet willen aanmelden als burgerhulpverlener, maar wel de bijscholing willen volgen. Bij de scenario's moet je nadenken over welke rol deze cursisten daarin kunnen vervullen.

Tijd	Activiteit	Hulpmiddel
00:00	Welkom en introductie (benoem de leerdoelen)	
00:10	Module 'Opfrissen BLS-vaardigheden'	Opfrisvideo Oefenpoppen Checklist AED-trainers
00:50	Module 'Verdieping burgerhulpverlening'	PowerPoint Oefenpoppen
01:05	Pauze	
01:15	Module 'Scenario: Reguliere hulpverlening'	Zie scenarioboek
01:30	Module 'Niet-technische vaardigheden'	PowerPoint
01:45	Module 'Scenario: Burgerhulpverlening'	Zie scenarioboek
02:00	Certificering en afsluiting.	

Bijlage 6 Opfriscursus, ervaren first responders

Doelgroep:

Cursisten die al meerdere bijscholingen hebben gevolgd en bekend zijn met HartslagNu.

Tijd	Activiteit	Hulpmiddel
00:00	Welkom en introductie (benoem de leerdoelen)	
00:10	Module 'Opfrissen BLS-vaardigheden' Ook opfrissen beademingsmasker	Opfrisvideo Oefenpoppen Checklist AED-trainers
00:50	Module 'Scenario': Burgerhulpverlening'	Zie scenarioboek
01:05	Module 'Niet-technische vaardigheden'	PowerPoint
01:20	Pauze	
01:30	Module 'Scenario: Burgerhulpverlening'	Zie scenarioboek
01:45	Module 'Scenario: Burgerhulpverlening'	Zie scenarioboek
02:00	Certificering en afsluiting.	

Bijlage 7 Checklist BLS-vaardigheden

Vaardigheid:	De cursist:	Ja	Nee	Opmerkingen
Veiligheid	<i>Laat zien dat hij kijkt naar potentieel gevaar</i>			
Bewustzijn controleren	<i>Door aanspreken en voorzichtig schudden</i>			
Alarmeren	<i>Alleen: belt 112 en zet telefoon op speaker Met omstander: Laat 112 bellen en laat de AED halen</i>			
Luchtweg openen	<i>Hoofdkantel-kinliftmethode</i>			
Beoordelen ademhaling	<i>Kijkt, luistert en voelt naar normale ademhaling</i> <i>maximaal 10 seconden</i> <i>hoofd blijft gekanteld en de kin gelift</i>			
AED	<i>Haalt AED indien binnen 1 minuut beschikbaar Voert de opdrachten van de AED uit</i> <i>plakt elektroden conform richtlijn</i>			
Borstcompressies	<i>Voert effectieve borstcompressies uit:</i> <i>Temp: 100 tot 120/min, diepte: 5 – 6cm</i> <i>Handpositie correct</i> <i>Minimale onderbreking borstcompressies</i>			
Mond op mond beademing (evt. met mondmasker)	<i>Beademt 2 keer</i> <i>Streef naar maximaal 5 seconden onderbreking van de borstcompressies</i> <i>beademt effectief waardoor borstkas omhoog komt en weer invalt</i>			
Algoritme	<i>30 compressies op 2 beademingen Laat de juiste volgorde van de handelingen zien</i>			

Bijlage 8 Checklist PBLS-vaardigheden

Vaardigheid:	De cursist:	Ja	Nee	Opmerkingen
Veiligheid	<i>Laat zien dat hij kijkt naar potentieel gevaar</i>			
Bewustzijn controleren	<i>Door aanspreken en voorzichtig schudden</i>			
Alarmeren	<i>Laat 112 bellen en laat de AED halen</i>			
Luchtweg openen	<i>Houdt het hoofd zo stil mogelijk, lift de kin</i> <i>Baby: met het gezicht recht naar boven</i> <i>Kind: in een iets naar achteren gekantelde positie</i>			
Beoordelen ademhaling	<i>Kijkt, luistert en voelt naar normale ademhaling maximaal 10 seconden</i>			
Mond op mond beademing	<i>Geeft 5 beademingen, beadem effectief waardoor borstkas omhoog komt en weer invalt</i>			
AED	<i>Voert de opdrachten van de AED uit, plakt elektroden conform richtlijn</i>			
Borstcompressies	<i>Voert effectieve borstcompressies uit:</i> <i>Temp: 100 tot 120/min, diepte: 1/3 voor-achterwaartse diameter van de borstkas</i> <i>Hand- of TDOT-positie correct</i> <i>Minimale onderbreking borstcompressies</i>			
Mond op mond beademing	<i>Beademt 2 keer</i> <i>Onderbreek de borstcompressies maximaal 5 seconden</i> <i>beademt effectief waardoor borstkas omhoog komt en weer invalt</i>			
Algoritme	<i>15 compressies op 2 beademingen</i> <i>Laat de juiste volgorde van de handelingen zien</i>			

Bijlage 9 Versiebeheer

Versie:	Datum:	Wijzigingen:
0.8	1 nov 2019	1 versie alleen voor pilot cursussen
1.0	24 sept 2020	1 versie voor publicatie. Inclusief aanpassingen voor reanimatie onderwijs na de uitbraak van COVID-19
2.0	8 juni 2021	Update n.a.v. nieuwe richtlijnen 2021 ✓ Enkele tekstuele verbeteringen ✓ Paragraaf cursusreglement toegevoegd
2.1	21 juni 2022	Update Learning Conversation schema en enkele kleine tekstuele correcties
2.2	3 augustus 2023	• corona maatregelen verwijderd uit de handleiding • kleine tekstuele correcties • update Learning Conversation schema • Advocacy with inquiry toegevoegd, bijlage 4
2.3	25 augustus 2024	• Terminologie first responders doorgevoerd • Toelichting scenario onderwijs en Bijlage 1 geactualiseerd • Toelichting gecombineerde BLS/PBLS cursus toegevoegd.
2.4	3 april 2025	Enkele kleine tekstuele correcties
3.0	1 februari 2026	Instructeurs handleiding BLS en PBLS opfrustrainingen samengevoegd. Tekstuele correcties op basis van nieuwe NRR-richtlijnen 2025, toevoegingen: • <i>Beademen gelaryngectomeerde</i> • <i>Over-het-hoofd-reanimatie in afwijkend algoritme</i> • <i>2-persoonstechniek</i>