










Eerstehulp spelcaramel

Deelnemers			Spel		Begeleiding
Aantal	Leeftijd	Doelgroep	Spelsoort	Duur	Begeleiding
10-20 	10-12 jaar 13-15 jaar 	JRK-groep  Scholen  Jeugd verenigingen  Loslopende kinderen en jongeren 	Helpen 	2 à 3 uur 	2 



Materiaal

- wit doek
- blinddoeken
- krijt
- blad met bovenaan O2 op en aan de onderkant CO2



Activiteit

Rommel in de verbandtrommel

Info

- Voor 10 - 20 spelers
- Vanaf 6 jaar
- Duurt 10 minuten
- Actief binnenspel

Materiaal

- Een witte doek om een verbandtrommel af te bakenen.
- Heel veel (ongevaarlijk) verzorgingsmateriaal: windels, wondpleisters, plastic flesjes Isobeadine, steriele kompressen...

Je verdeelt je groep in twee en bouwt een grote verbandtrommel. Baken het terrein van de verbandtrommel af met een witte doek op kniehoogte. In die verbandtrommel leg je een grote berg verzorgingsmateriaal. De ene groep staat IN de verbandtrommel en probeert na het startsein al het materiaal eruit te werken. De andere groep staat RONDOM de verbandtrommel en probeert na het startsein al het materiaal er terug in te krijgen. De spelers van beide groepen mogen elkaar niet aanraken. De eerste spelronde duurt enkele minuten, daarna kan je de groepen van plaats laten wisselen.

Toeta toeta

Info

- Voor 10 - 20 spelers
- Vanaf 9 jaar
- Duurt 10 minuten
- Rustig binnenspel

Materiaal

- Een blinddoek voor elke speler.

Alle spelers kruipen geblinddoekt op handen en voeten door een veilige ruimte. Eén iemand is de ambulance. De andere spelers moeten op zoek naar de ambulance. Dat doen ze door "toeta toeta" te vragen. Als een speler aan een andere speler "toeta toeta?" vraagt, dan antwoordt de andere speler met "toeta toeta!". Behalve de ambulance, die reageert niet op vragen van andere spelers. Indien de andere speler NIET antwoordt, dan heb je dus de ambulance gevonden. Je neemt hem of haar bij de enkels vast en kruipt samen verder door de ruimte. Jullie zijn nu samen de ambulance geworden. Het spel gaat verder tot iedereen de ambulance heeft gevonden.

Doe alsof er niets gebeurd is

Info

- Voor 20 spelers
- Vanaf 9 jaar
- Duurt 15 minuten

Materiaal

- Voor dit spel heb je geen materiaal nodig.

Laat de groep rondwandelen. Vraag hen om zo opvallend mogelijk te doen alsof er niets gebeurd is. Met demonstratief naar de lucht te kijken, een deuntje te fluiten en af en toe een spastische armbeweging te maken kom je al een eindje. Geef een eerste opdracht: "Doe alsof je struikelt over een kiezelsteentje." Nadat iedereen gestruikeld is, vraag je hen om opnieuw te doen alsof er niets gebeurd is. Geef opdrachtjes die steeds spectaculairder zijn of waardoor steeds grotere groepjes gevormd worden. Vraag nadien telkens opnieuw te doen alsof er niets gebeurd is.



Voorbeelden:

- Oeps, je valt opnieuw over het kiezelsteentje.
- Je voelt een appelflauwte opkomen.
- Je krijgt ter plaatse een slagaderlijke bloeding.
- Per 2: jullie zijn een ziekenwagen op weg naar een groot ongeluk, I iemand is chauffeur, de andere verpleger
- Per 3: jullie vervoeren een slachtoffer naar het dichtstbijzijnde ziekenhuis
- Per 4: je rijdt in een auto, plots krijg je een klapband
- Per 4: je rijdt verder met de klapband en gaat overkop, komt in de vangrails terecht, schuift naar de andere kant van de weg, botst tegen de verlichtingspaal...
- Per 12: je zit met 10 gewonden achteraan in de ziekenwagen
- ...

Auw, ik heb een bloedneus

Info

- Voor 15 spelers
- Vanaf 9 jaar
- Duurt 15 minuten
- Rustig binnenspel

Materiaal

- Voor dit spel heb je geen materiaal nodig

Iedereen staat in een kring, één speler loopt in het midden. Die gaat voor iemand uit de kring staan en zegt bijvoorbeeld: "Ai, ik heb een verstuike enkel". De tegenspeler moet dan zo snel mogelijk zijn enkel vastnemen. De speler in het midden mag echter misleidende gebaren maken en bijvoorbeeld zijn neus vastnemen. Aarzelt de tegenspeler, of maakt hij een fout, dan moet hij in de kring. Een tweede stap maakt dit spel wat moeilijker: De speler in het midden zegt bijvoorbeeld "Ai, ik heb een verstuike enkel" terwijl hij zijn neus vast neemt. De speler uit de kring moet nu net het omgekeerde doen: hij zegt "Ai, ik heb een bloedneus" terwijl hij zijn 'zere' enkel ondersteunt. Aarzelt hij, of maakt hij een fout, dan moet de tegenspeler in de kring.

De vieze bacterie

Info

- Voor 15 - 50 spelers
- Vanaf 10 jaar
- Duurt 10 minuten

Materiaal

- Voor dit spel heb je geen materiaal nodig.

In de groep is een vieze bacterie binnengedrongen. Die bacterie wil zich liefst in zoveel mogelijk wonden nestelen. De groep moet proberen om de vieze bacterie buitenspel te zetten en alle wonden zo snel mogelijk te verzorgen.

Groepsverdeling voor 15 spelers:

- 1 vieze bacterie: loopt rond en roept "etter, etter, etter"
- 4 ontsmettingsmiddelen: lopen rond en roepen "dood aan de bacterie"
- 5 stukken zeep: lopen rond en schrobben dat het een lieve lust is "schrob, schrob"
- 5 wonden: staan stil en hebben ongelooflijk veel pijn "aiaiaiai"

Een wonde moet eerst gereinigd worden. Zeep kan de wonde reinigen door onder de benen van een wonde door te kruipen, de wonde wordt dan ook zeep. Ontsmettingsmiddelen willen zichzelf echter ook graag zoveel mogelijk vermenigvuldigen om de strijd tegen de bacterie aan te binden. Ieder stuk zeep dat zij tikken, verandert in ontsmettingsmiddel. De vieze bacterie ten slotte, wil zoveel mogelijk wonden creëren en bindt de strijd aan met het ontsmettingsmiddel. Als de vieze bacterie een ontsmettingsmiddel

tikt, dan wordt die laatste een wonde. De vieze bacterie blijft heel het spel in dezelfde rol. Je kan het spel laten eindigen als alle wonden verzorgd zijn.

Impuls

Info

- Voor 10 - 20 spelers
- Vanaf 10 jaar
- Duurt 15 minuten

Materiaal

- Voor dit spel heb je geen materiaal nodig.

Je verdeelt de groep in kleinere groepjes van 4 of 5 spelers. Elke ploeg vormt een zelfstandig zenuwstelsel bestaande uit 1 stel hersenen en een aantal zenuwen. De zenuwen zijn geblinddoekt. Alle spelers van een ploeg leggen de handen op de schouders van de voorganger. De hersenen zijn niet geblinddoekt en staan achteraan in het stelsel. Ze geven de zenuwen impulsen om vooruit te wandelen en te draaien. Links is een klopje op de linkerschouder, rechts is een klopje op de rechterschouder, enzovoort. De zenuwen geven deze klopjes door naar de eerste zenuw in de rij, die de bevelen uitvoert. Het doel van het spel is om de andere zenuwstelsels te ontmantelen. Dat doe je door telkens je voorste zenuw 'af te vuren' op een ander zenuwstelsel. Het afvuren gebeurt wanneer de hersenen met beide handen op de schouders van de zenuw voor hem klopt. Wanneer de impuls aankomt bij de voorste zenuw moet die recht vooruit lopen, los van de rest van de groep. Met een beetje geluk raakt die zenuw een ander stelsel. Als het lukt, breekt het andere zenuwstelsel op de plaats waar het geraakt werd. De zenuwen die niet meer verbonden zijn met de hersenen vallen af. De afgevuurde zenuw is ook buiten strijd. De ploeg die alle zenuwen van de andere stelsels kan uitschakelen, wint.

Zieke in huis

Info

- Voor 10 speler
- Vanaf 13 jaar
- Duurt 15 - 30 minuten

Materiaal:

Een vierkant met 100 vakjes (dat je afbakent met krijt). Een vakje moet zo groot zijn dat er 1 persoon in kan staan. In elk vakje leg je een blad waarop vooraan in het rood O₂ (zuurstof) en onderaan in het blauw CO₂ (koolstofdioxide) staat.

Elke speler kiest een vakje uit (willekeurig of vakje aan de zijkant). Alle spelers zijn slimme rode bloedcellen die zichzelf zo strategisch mogelijk proberen te verplaatsen. Iedere bloedcel moet zich om de beurt verplaatsen naar een aangrenzend vakje. Ze kunnen zich enkel verplaatsen naar vakjes met O₂. Het vakje waar de bloedcel vandaan komt, verandert in CO₂. Als alle zuurstofdeeltjes geleidelijk aan opgeraken, zijn er steeds minder vakjes beschikbaar. Het is de bedoeling om zolang mogelijk te overleven. Wie zich niet meer kan verplaatsen, valt uit!

Zwarte dood

Info

- Voor 10 - 15 spelers
- Vanaf 16 jaar
- Duurt 30 minuten (of langer)
- Rustig binnenspel

Materiaal

- Evenveel kaartjes als er spelers zijn. Op één kaartje staat

bacterie, op één kaartje vaccin en op alle overige kaartjes witte bloedcel.

Alle spelers zitten in een kring. Elke speler krijgt een kaartje dat hij even bekijkt en dan met de tekst naar beneden voor zich legt. Niemand toont zijn eigen kaartje aan de andere spelers. Op dit kaartje staat of de speler een bacterie, vaccin of witte bloedcel is.

- Er is maar één bacterie. Die moet proberen alle andere spelers te doden door hen te besmetten en zelf zo lang mogelijk te overleven.
- Er is ook slechts één vaccin. Dat moet proberen om de bacterie op te sporen en te verklikken.
- Alle andere spelers zijn witte bloedcellen. Ze proberen samen met het vaccin te ontdekken wie de bacterie is voordat alle witte bloedcellen gedood zijn.

1. DE NACHT

- De spelleider vertelt: "Het is avond. Het lichaam is moe en gaat slapen".
- Alle spelers sluiten de ogen.
- De spelleider gaat verder: "Het lichaam slaapt. Het hart gaat trager kloppen en de ademhaling wordt rustiger. Plots duikt er een bacterie op die het lichaam binnendringt."
- De speler met de functie 'bacterie' mag de ogen openen en mag vervolgens iemand aanduiden. Stel dat de bacterie Bert, een witte bloedcel, aanduidt.
- De spelleider legt het kaartje van Bert met de tekst naar boven.
- De spelleider vertelt: "De bacterie is tot diep in het lichaam gedrongen waar hij een witte bloedcel tegenkomt en besmet. De witte bloedcel verliest de strijd tegen de bacterie en sterft. De bacterie die uitgeput is van het gevecht, verbergt zich in het lichaam om uit te rusten."
- De bacterie sluit opnieuw de ogen. Als het vaccin al gedood is, sla je de volgende fase over. Het wordt dan meteen dag.
- De spelleider leest: "Het vaccin schiet opeens wakker. Het heeft iets gehoord en vermoedt dat er een bacterie het lichaam binnengedrongen is. Het vaccin gaat op zoek naar de bacterie."
- De speler met de functie 'vaccin' mag de ogen openen en iemand aanduiden.
- De spelleider toont aan het vaccin het kaartje van de aangeduide speler en legt daarna het kaartje weer met de functie naar beneden en dus verborgen terug.
- De spelleider zegt: "Het vaccin heeft de hele nacht gezocht, maar niets gevonden. Het merkt dat het bijna ochtend wordt en besluit om het zoeken verder over te laten aan de witte bloedcellen. Het vaccin gaat slapen."
- Het vaccin sluit weer de ogen.

2. DE DAG

- De spelleider vervolgt: "Het is ochtend en het lichaam ontwaakt. Het lichaam voelt zich wat slapper vandaag. Het voelt zich een beetje ziek. Alle witte bloedcellen in het lichaam ontwaken en gaan weer aan het werk. Allen, behalve Bert, want Bert is vannacht gedood door een bacterie."
- Alle spelers (ook de bacterie en het vaccin) mogen hun ogen opendoen. Bert is gedood en speelt niet meer mee.
- Alle spelers (dus ook de bacterie en het vaccin) moeten in overleg iemand wegstemmen van wie zij denken dat deze persoon de bacterie is en dus een gevaar voor het lichaam betekent. (Ze kunnen niet echt weten wie de bacterie is, maar misschien heeft er iemand iets gehoord toen de bacterie een andere speler moest aanduiden of misschien is er iemand die beweert het vaccin te zijn en te weten welke speler de bacterie is...)
- De weggestemde speler is dood en zijn kaartje wordt omgedraaid. Wie gedood wordt, kan niet meer meespelen: Sterft een witte bloedcel, dan heeft de groep een foute speler gedood. De bacterie is nog steeds in leven. Het wordt weer nacht en het spel gaat voort vanaf punt 1. Sterft het vaccin, dan heeft de groep ook nu een foute speler gedood en geraakt het lichaam wel erg verzwakt. Het vaccin mag niet meer meespelen en kan de witte bloedcellen dus niet meer

helpen in de zoektocht naar de bacterie. Het wordt opnieuw nacht en het spel gaat voort vanaf punt 1. Sterft de bacterie, dan geneest het lichaam en is het spel afgelopen. Meer bacteriën en vaccins maken dit spel nog spannender. Tijdens de nachtelijke ronden beslissen de spelers uit deze groepen samen welk kaartje ze laten omdraaien. Ssst!

Steunspel

Materiaal

-Eerstehulpvoorwerpen (snelverband, kousverband, driehoeksverband,...)

Laat de groep in een kring staan. De spelleider fluistert bij iedereen twee eerstehulptributen in het oor waarvan één voor iedereen hetzelfde is maar dit wordt niet verteld). Bv. schaar-ontsmettingsmiddel, pincet-ontsmettingsmiddel, wondpleister-ontsmettingsmiddel...

Als bij iedereen alles is ingefluistert, worden de armen stevig in elkaar gehaakt. De spelleider toont één eerstehulptribut. De kinderen die dit voorwerp ingefluistert kregen, mogen even gaan hangen (benen optrekken). De twee burens moeten hun hangende zijbuur goed ondersteunen want de voeten mogen de grond niet raken. Niemand mag vallen! Elk genoemd voorwerp wordt getoond zodat iedereen eens kan hangen. Op het einde van het spel toont de spelleider een ontsmettingsmiddel en... de groep valt op de grond.

