

Dit insigne maakt deel uit van het activiteitengebied Veilig & Gezond.

Het activiteitengebied Veilig & Gezond gaat over activiteiten rondom voeding en veiligheid. Met dit insigne leer je een aantal voorzorgsmaatregelen te treffen voor Scoutingactiviteiten, enkele basishandelingen om hulp te bieden voor als het toch mis mocht gaan, maar ook hoe je veilig en gezond kunt omgaan met elkaar en je omgeving.



Opdrachten/eisen	Niveau 1	Niveau 2	Niveau 3
1. EHBO	Tijdens Scoutingactiviteiten kunnen kleine ongelukjes gebeuren. Ook kan er een pijnlijke ontmoeting zijn met planten of dieren. - Laat zien hoe je kleine snij- en schaafwondjes behandelt. - Toon aan hoe je een bloedneus stelt. - Demonstreer, met behulp van de pleisterkaart, hoe je pleisters knipt voor en plakt op de volgende plekken: vinger, vingertop, vingergewricht, duimgewricht, tussen de vingers, op een knokkel en neus. - Leg, aan de hand van afbeeldingen of in de natuur, uit wat te doen bij aanraking met de volgende planten en dieren: brandnetels, berenklauw, eikenprocessierups, tekenbeten, bijen- en wespensteken en mierenbeten.	Ook de weersomstandigheden en elementen kunnen verwondingen veroorzaken. - Beschrijf het verschil tussen een zonnesteek en een hitteberoerte en leg uit hoe je ze behandelt. - Leg uit hoe je onderkoeling herkent en hoe je hiermee omgaat. - Omschrijf de verschillende gradaties/niveaus in brandwonden, hoe je ze koelt en hoe je ze verzorgt. - Leg uit hoe je blaren op je voeten kunt voorkomen en laat zien hoe je ze behandelt. - Laat zien hoe je een splinter verwijdt en hoe je de wond verzorgt. - Leg uit wanneer je 112 moet bellen bij een ongeval en demonstreer wat je dan moet zeggen.	Ook bij Scouting kunnen er grotere ongelukken gebeuren. Het is belangrijk dat je dan weet wat je moet doen. - Demonstreer hoe je een vingerverband, drukverband en snelverband aanlegt. - Toon aan hoe je een verstuing of kneuzing koelt en verbindt. - Leg uit wanneer en hoe je rug- en buikstoten moet geven bij een ernstige verslikking en demonstreer dit (voorzichtig). - Demonstreer het gebruik van de Rautekgreep om een slachtoffer in nood te verplaatsen. - Laat zien hoe je een slachtoffer in de stabiele zijligging legt. <i>Tip: volg een EHBO-cursus bij bijvoorbeeld het Oranje of Rode Kruis.</i>

		<i>Tip: volg de cursus Scouting EHBO van Scouting Academy. (Beschikbaar voor scouts en oudere speltakken.)</i>	
2. Brand-veiligheid	Brand komt altijd onverwacht, maar je kunt wel alvast een vluchtplan maken. - Bereid jezelf voor op een mogelijke brand, door de plattegrond van het clubhuis te bekijken en vertrouwd te raken met de locaties van nooduitgangen en blusmiddelen. - Maak je eigen plattegrond waarop je de vluchtroute tekent vanuit je speltaklokaal. - Doe mee met een brandoefening in je eigen clubhuis en bespreek dit na afloop met de leiding.	Brand komt altijd onverwacht, maar je kunt je wel voorbereiden op wat te doen bij brand. - Leg uit wat er moet gebeuren bij een ontruiming, aan de hand van het calamiteitenplan van je clubhuis. - Beschrijf welke blusmiddelen geschikt zijn voor verschillende soorten branden en hoe je deze gebruikt. - Demonstreer hoe je een vlam in de pan dooft. Denk aan de veiligheid: gebruik geen echt vuur! - Laat zien hoe je in geval van brand een deur van een lokaal opent om te controleren of er nog iemand aanwezig is. - Leg uit en laat zien wat je moet doen als je in aanraking komt met brand en rook.	Brand komt altijd onverwacht, maar het ontstaat niet zomaar. - Leg uit wat de branddriehoek is. - Onderzoek de meest voorkomende oorzaken van huisbranden en hoe je deze kunt voorkomen. - Vergelijk de brandbaarheid van verschillende stoffen zoals wol, katoen, polyester, nylon, en acryl. Bepaal welke stoffen het meest brandgevaarlijk zijn en welke het meest brandwerend. Demonstreer je bevindingen aan je groep, waarbij je rekening houdt met de brandveiligheid. - Stel een brandveiligheidsplan op voor een grote activiteit of evenement van je groep waarbij vuur wordt gebruikt, waarbij je rekening houdt met zaken als blusmiddelen, vluchtroutes en stookregels.
3. Veiligheid tijdens wandeltochten	Ook tijdens wandeltochten en hikes kan er een onverwachte situatie ontstaan. - Stel een EHBO-set samen die je kunt meenemen tijdens een dagwandeling. - Leg uit wat je moet doen als je onderweg een (wild) dier tegenkomt, zoals loslopende honden, wilde zwijnen, wolven, slangen of vossen.	Een hike of wandeltocht heeft vaak een veiligheidsplan. - Stel zelf een veiligheidsplan op voor een hike of wandeltocht door Nederland. Het veiligheidsplan bevat minstens de volgende onderdelen: - voorbereiding/verkenning route - zichtbaarheid onderweg - geschikte uitrusting (schoeisel, kleding, etc.) - bescherming tegen diverse weersomstandigheden - regels bij drukke wegen en oversteekplaatsen - regels bij een ongeluk of calamiteit - contactgegevens van	Een hike of wandeltocht heeft vaak een veiligheidsplan. - Stel zelf een veiligheidsplan op voor een hike of wandeltocht door een onherbergzaam gebied in het buitenland. Het veiligheidsplan bevat minstens de volgende onderdelen: - voorbereiding/verkenning route - zichtbaarheid onderweg - geschikte uitrusting (schoeisel, kleding, etc.) - bescherming tegen diverse weersomstandigheden - regels bij drukke wegen en oversteekplaatsen - regels bij een ongeluk of calamiteit - contactgegevens van hulpdiensten

		hulpdiensten - afspraken over wel/niet alleen lopen - regels wanneer je verdwaalt - voedsel en drinken	- afspraken over wel/niet alleen lopen - regels wanneer je verdwaalt - voedsel en drinken - leer hoe je in noodgevallen kunt communiceren, bijvoorbeeld met semafoor, maritieme seinvlaggen of morse via licht- of geluidssignalen. Laat zien hoe je dat doet waarbij je een kort bericht overbrengt.
4. Veilig en gezond op kamp	Een dagje naar het strand tijdens een kamp is een leuk uitje, maar ook daarop moet je je goed voorbereiden. a. Maak een plan om met je speltak zo duurzaam mogelijk een dagje naar het strand te gaan. Denk aan vervoer, eten en het omgaan met afval. b. Leg uit hoe je veilig zwemt in zeewater. Geef aan hoe je moet omgaan met stroming door eb en vloed, en met stroming en muien. c. Vertel wat de verschillende waarschuwingsvlaggen op het strand betekenen.	Zowel voedselveiligheid als persoonlijke hygiëne moeten extra goed worden bewaakt op kamp. a. Stel een schoonmaakplan op voor tijdens het kamp, met duidelijke schoonmaaktaken, hygiëneregels en het gebruik van milieuvriendelijke schoonmaakmiddelen. b. Maak een plan of afspraken voor het hygiënisch bewaren van (overgebleven) voedingsmiddelen, zodat die langer houdbaar blijven.	Als je extreem duurzaam op kamp wil, heb je een duurzaamheidscoördinator nodig! a. Neem in overleg met je leiding het initiatief om een duurzaamheidsplan voor je zomerkamp te maken. Tijdens het kamp neem jij de rol van duurzaamheidscoördinator op je. Gebruik eventueel het spel <i>Duurzaamheidspad</i> van Scouts en Gidsen Vlaanderen als hulpmiddel: https://scoutsmap.be/artikelen/ecologis-ch-op-kamp-dat-doe-je-zo~20814
5. Sociale veiligheid	Naast fysieke veiligheid is het ook belangrijk dat je je tijdens Scoutingactiviteiten veilig voelt. a. Leg uit wat sociale veiligheid betekent. b. Geef aan wat het voor jou inhoudt om een 'goede scout' voor een ander te zijn. Stel een top vijf samen van dingen die volgens jou helpen om een goede scout voor anderen te zijn. c. Kies één punt waar jij extra aandacht aan wilt besteden om bij te dragen aan een fijne sfeer in je groep. Maak hierover een persoonlijke afspraak met de leiding van je speltak.	Binnen Scouting streven we naar een veilige omgeving voor iedereen. Het voorkomen van grensoverschrijdend gedrag is daarom enorm belangrijk. a. Zoek uit wat een vertrouwenspersoon binnen Scouting doet en maak kennis met de vertrouwenspersoon van je eigen groep (als die er is). b. Zoek uit of jouw groep vaste afspraken heeft over het omgaan met grensoverschrijdend gedrag en welke dit zijn. c. Bedenk (extra) afspraken die je met je speltak kunt maken om	Alle Scoutingvrijwilligers hebben een VOG en houden zich aan de gedragscode van Scouting Nederland. a. Lees de gedragscode van Scouting Nederland. Vertel in je eigen woorden wat de belangrijkste punten zijn en wat jij daar zelf belangrijk aan vindt. b. Verdiep je in het onderwerp sociale veiligheid en bestudeer de ' cyclus veilige groep '. c. Bedenk een aantal vragen over jouw speltak op basis van wat je hebt gelezen. Gebruik eventueel voorbeeldvragen uit het Scoutingspel <i>Power Up Your Game</i> op het gebied

		grensoverschrijdend gedrag te voorkomen en bespreek dit met je leiding.	van sociale veiligheid. Bespreek je vragen met een paar andere leden en begeleiding van je speltak. d. Presenteer de uitkomsten per vraag aan je speltak.
--	--	--	--