

## 6.4 Hulpverlening bij de arabier met de steungreep (1)

**Hoe:** Steungreep op de bovenarmen

**Doel:** Beveiligen van een gecontroleerde landing tot stilstand



### Instructie voor de hulpverleners

Let op: Hulpverlening is DOM handelen!

#### Klaarstaan

- 1 Ga achter het steunvlak klaarstaan, aan de kant waar de beweger de handen plaatst.
- 2 Ga stevig klaarstaan: voeten op schouderbreedte en iets door je knieën gezakt. Leun eventueel iets naar het steunvlak toe.
- 3 Kijk naar de beweger.
- 4 Reik met beide handen naar de beweger. Mik op de bovenarmen.
- 5 Tel samen af.

#### Timing

- 6 Pak de bovenarmen vast zodra de beweger de handen op het steunvlak neerzet.

#### Ingrijpen

- 7 Volg de beweging nauwkeurig, maar laat de beweger zo veel mogelijk zelf doen!
  - a Als de beweger te weinig snelheid maakt en op de kast landt of terugvalt, houd je de bovenarmen vast zodat de beweger in balans blijft en gecontroleerd tot stilstand kan komen.
  - b Als de beweger te veel snelheid maakt of de handen te snel wegtrekt, houd je de bovenarmen vast zodat de beweger de voeten onder zich neer kan zetten.
  - c Als de beweger zelfstandig veilig en stabiel landt, beweeg je slechts mee.

### Einde begeleiding

- 8 Als de beweger veilig op de mat is geland en stilstaat, mag je de beweger weer loslaten. Daarna kun je wisselen.