
Inschrijven voor de herhalingslessen

Zoals aangekondigd op de jaarvergadering in het voorjaar en in de laatste nieuwsbrief, moet u zich met ingang van dit najaar voor de herhalingslessen vooraf inschrijven.

Dit om te voorkomen dat er te weinig of te veel cursisten in een groep per onderdeel zitten. In een aparte mail krijgt u de uitleg hoe u zich moet aanmelden.

Dit najaar worden 3 herhalingslessen gegeven; het is verplicht elke les te volgen:

- Bewegingsletsels
- Ziekteklachten en kinderziekten
- Overige letsels

Elke les wordt op drie avonden gegeven en op elke avond zijn 15 deelnemers mogelijk.

Vol = vol, dus schrijf u zo snel mogelijk in.

De beschikbare lesavonden zijn:

- **maandag 17 september**
- **dinsdag 18 september**
- **maandag 24 september**
- **dinsdag 25 september**
- **maandag 1 oktober**
- **dinsdag 2 oktober**

EHBO WEETJES

Wat men bij zich moet hebben in de auto in het buitenland

In ieder land gelden andere regels, ook ten opzichte van de verplichte items in de auto. In veel landen ben je bijvoorbeeld verplicht om een EHBO-doos of gevarendriehoek mee te nemen. Check van tevoren hoe het zit op jouw bestemming en voorkom onnodig oponthoud of boetes over de grens. Op de onderstaande website kan men controleren wat men verplicht is om in de auto te hebben.

<https://www.anwb.nl/vakantie/reisvoorbereiding/verplicht-mee-in-de-auto-in-het-buitenland>

Aanbevolen voorwerpen in de verbandtas op reis zijn: pijnstillers, middelen tegen insectenbeten, dairreeremmers, ORS-preparaat, tekentang, puntige pincet, steriele gaasjes,

wondpleisters en kinderpleisters, blaarpleisters, snelverband/ gerold snelverband, ideaal zwachtel, hechtstrips, handschoenen, ontsmettingsmiddel, reddingsdeken, thermometer (digitaal), tekentang en niet te vergeten zonnebrandcrème.

Bron: hulpverleners magazine

Hulpverlening op reis

Tips voor de behandeling van een wond door een beet of krab van een dier

- * Doe plastic handschoenen aan
- * Zoek met het slachtoffer een locatie waar schoon water is of gebruik fleswater.
- * Help het slachtoffer met het schoonmaken van de wond d.m.v. water.
- * Ontsmet de wond met Chloorhexidine, Betadine of Sterilon wanneer je beslist om de wond zelf te behandelen. Ga je naar de professionele hulp dan alleen schoonmaken met water.
- * Laat het slachtoffer zo snel mogelijk bellen met alarmcentrale van zijn reisverzekering.
- * Zij kunnen adviseren over de nodige behandeling. Laat het slachtoffer zich binnen 24 uur bij een arts melden. Wijs het slachtoffer erop, dat dit essentieel is. Naast rabiës preventie zijn meestal ook antibiotica en soms tetanus vaccinatie nodig.

Verder enkele tips

- Raak nooit dode dieren aan
- Geef geen nootjes, brood of ander eten aan dieren
- Haal de dieren niet aan, maar negeer deze
- Geef kinderen duidelijke instructies over omgaan met dieren in het buitenland
- Overweeg vaccinatie voor een volgende reis
- Zorg altijd voor eigen veiligheid en die van eventuele omstanders bij het verlenen van hulp
- **Om besmetting te voorkomen met bv. Hepatitis B is het raadzaam om bij incidenten met bloed handschoenen aan te doen. Neem deze altijd mee op reis.**

- Bron: hulpverleners magazine

Ook inbrekers kijken uit naar jouw vakantie.

Eindelijk de vakantie staat weer voor de deur. Voor velen, lekker op de vakantie gaan. Echter inbrekers verheugen zich erop, voor hen hoogseizoen. Een inbreker heeft over het algemeen slechts 30 seconden nodig. Vervolgens heeft hij binnen vijf minuten het huis leeggehaald. De meeste inbraken gaan via: achterdeur 36%, ramen benedenverdieping 23%, voordeur 21% Zorg, dat uw huis een bewoonde indruk geeft en dat inbrekers niet gemakkelijk binnenkomen

7 tips voor een zorgeloze vakantie

- Plak een nee/ nee sticker op de brievenbus om bergen post te voorkomen of vraag iemand dagelijks de brievenbus te legen
- Laat bewust rommel liggen, zoals kopjes op het aanrecht, opengeslagen tijdschrift

- Plaats een tijdschakelaar op lampen op verschillende tijdstippen. Rond bedtijd in de slaapkamer een kwartier een lamp laten branden.
- Kostbaarheden opruimen in bv. Kluis
- Niets op sociaal media mededelen over uw vakantie tijdens uw afwezigheid.
- Doe de inbraakvakantietest op www.inbraakmislukt.nl. Pas de nodige tips toe.
- Alleen sloten zijn vaak niet voldoende. Anti -inbraak strips zijn een goede extra beveiliging voor ramen en deuren

Bron: hulpverleners magazine

Kwallen. Hoe was het ook alweer?

Een nare van landinwaartse wind is dat door contact kwallen het strandplezier gauw kan worden verknald. De tentakels van die levende “puddingen” bevatten netelcellen met gif. een kwallensteek is een veel voorkomend letsel. Wat te doen bij zo’n letsel?

A voorzichtig met een mesje of hard plastic voorwerp de achtergebleven netelcellen afschrappen, dompel het getroffen lichaamsdeel onder in zo heet mogelijk water dat nog net te verdragen is. Of zet het slachtoffer onder een hete douche. Is er geen heet water dan steekplaats koelen met bijvoorbeeld een coldpack of zeewater.

B voorzichtig met een mesje of hard stukje plastic voorwerp de achtergebleven netelcellen afschrappen, getroffen huiddeel afspoelen met koud kraanwater en met een doekje ertussen een coldpack erop.

C voorzichtig met zand de achtergebleven netelcellen wegwrijven en de gestoken huiddelen deppen met azijn

D voorzichtig met zand de achtergebleven netelcellen wegwrijven, huid reinigen met koel kraanwater en de getroffen huiddelen deppen met ammonia

Goede antwoord is A

Zoetwater en azijn kunnen de klachten verergeren. Ammonia kan brandwonden veroorzaken.

Bron: hulpverleners magazine

Het bestuur wenst iedereen een fijne vakantie.

Per 25 mei 2018 geldt de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG). Dit is een nieuwe Europese privacywet. Daardoor is de privacy in alle landen van de EU-gelijk. Wij, als EHBO-vereniging, hebben ook de richtlijnen aangescherpt.

U ontvangt deze nieuwsbrief, omdat u lid bent van EHBO-vereniging Coevorden. Indien u deze niet meer wenst te ontvangen, kunt u een E-mail sturen naar secretaris@ehbocoevorden.nl met de mededeling “ geen nieuwsbrief”.
