



Het belang van EHBO

Waarom EHBO denken veel mensen? Er gebeurt toch niet zoveel bij mij thuis of in de omgeving en op het werk is er BHV. Maar niets is minder waar. De meeste ongelukken gebeuren in en rond het huis. Gelukkig zijn de meeste ongelukken makkelijk met een pleister te verhelpen. Maar er gebeuren ook steeds meer 'grotere' ongelukken in onze thuis- en werkomgeving.

Denk daarbij aan botbreuken en kneuzingen van armen en benen. Hoe kun je dan het beste handelen. Moet ik nu wel of niet naar de huisarts of de huisartsenpost of moet zelfs de ambulance komen? Als je weet wat je wel of niet moet doen, dan blijf je zelf kalmer en zal ook het slachtoffer rustiger blijven.

Volg een EHBO-cursus en voorkom deze problemen!

Herhalingsles reanimatie/AED

We houden ongeveer 9 keer per seizoen een oefenavond, waarbij we de verschillende onderdelen van de EHBO oefenen, zoals:

- Benadering en omgang met slachtoffer
- EHBO bij kinderen
 - o kinderziektes
- Levensreddende handelingen.
 - o shock
 - o verslikking,
 - o bewusteloosheid,
 - o ernstig bloedverlies,
 - o ernstige onderkoeling
 - o hitteberoerte
 - o vergiftiging
 - o verbandleer



De onderwerpen van deze avonden staan ook in het Oranje kruis boekje.

Eén keer per jaar volgen alle EHBO-leden een herhaling reanimatie met AED. Er wordt dan geoefend met een 'volwassen' pop, maar er is ook een kinderpopp en een babyppop. Het zijn leerzame avonden, waarin alle handelingen weer een keer geoefend worden.

Tijdens een avond kunnen we ook gebruik maken van LOTUS slachtoffers (iemand die een slachtoffer nabootst), hierdoor kan er nog beter een situatie worden nagebootst.

Het gaat er serieus aan toe op deze avonden, maar gelukkig wordt er ook veel gelachen en mogen er fouten gemaakt worden. Daar leren we alleen maar van. Het is voor iedereen te hopen dat je het nooit nodig zult hebben, maar als het dan tóch een keer voorkomt, weet je in elk geval hoe je moet handelen. En dat is een hele geruststelling.

De 9 oefenavonden en de reanimatieavond worden gegeven op:

Donderdagavond van 20:00 – 22:00 in
Zalencentrum de Bron
Troubadourweg 2, 2402 EP Alphen aan den Rijn



Beginnerscursus



Bij voldoende aanmeldingen, starten wij een nieuwe cursus. Je leert dan de onderwerpen die in het Oranje kruis boekje staan en de 5 belangrijkste punten van de EHBO

- Let op gevaar
- Ga na wat er is gebeurd en daarna wat het slachtoffer mankeert
- Stel het slachtoffer gerust en zorg voor beschutting
- Zorg voor professionele hulp indien nodig
- Help het slachtoffer op de plaats waar hij ligt of zit

De beginnerscursus zal worden gehouden op:

Dinsdagavond van 20:00 – 22:00 in
Zalencentrum de Bron
Troubadourweg 2, 2402 EP Alphen aan den Rijn

**Veel
zorgverzekeraars
vergoeden de
cursuskosten**

De cursus bestaat uit 12 lesavonden en kost **€ 250,00** dit is inclusief boeken, materiaal, AED training, examen en koffie/thee.

Ben je geslaagd en besluit je bij de EHBO vereniging lid te worden? Het lidmaatschap wordt dan **€ 30,00** per cursusjaar.

Hulpverlening tijdens evenementen

Wanneer je een evenement organiseert, moet je hiervan een risico evaluatie maken. Tijdens deze evenementen is het vaak noodzakelijk dat er EHBO aanwezig is. Om deze evenementen mogelijk te maken, staan wij hier met een aantal vrijwilligers van de vereniging. Hierdoor doen de leden praktijk ervaring op.

We staan onder andere bij de volgende evenementen

- Zegeerplaslopen bij AVV'36
- Skeelerwedstrijd bij STC De Rijnstreek
- Alphense Boys een senioren toernooi.
- Pinkster- en Schoolkorfbaltoernooi bij KV Tempo
- Buurtcamping Weteringpark Alphen aan den Rijn
- Rijnhaven Drijf-in bioscoop
- Lichtjes in het Donker



www.ehboalphen.nl