

**Lintje voor oud lid Herman Derks uit Harmelen
"Lid in de Orde van Oranje Nassau".**

Herman was actief bij de EHBO-vereniging Haarrijn. Hij was onder andere hulpverlener bij (sport) evenementen en actief als LOTUS slachtoffer. Sinds 2000 is hij bestuurslid (tot 2010) en vrijwilliger bij de toneelvereniging Harto. Als bestuurslid was hij verantwoordelijk voor de inzet en verhuur van Sint en Piet bij bedrijven en speelde zelf Hoofdpiet. Ook carnavalsvereniging De Kwakbollen kent hem goed al vrijwilliger en bestuurslid. In 2003 was hij prins Carnaval.



Herman in zijn rol als LOTUS slachtoffer.



Contributie 2021.

Het is raar géén lessen geven en wel contributie vragen. Er zij echter ook géén inkomsten van de evenementen waar we hulp verlenen. De vaste kosten gaan ook gewoon door. En we moeten als vereniging natuurlijk wel verder. Er is ook géén jaarvergadering geweest, waar de hoogte van de contributie altijd een agendapunt is. De contributie blijft daarom ongewijzigd.

Veel zorgverzekeraars zijn blij met mensen die hun EHBO diploma hebben. Afhankelijk van bij wie en hoe je verzekerd bent bestaat er soms de mogelijkheid om deze kosten te declareren.

De meeste leden hebben inmiddels betaald. Bij enkele is de email factuur misschien tussen het wal en het schip geraakt. Daarom het verzoek kijk even na of je betaald hebt en in dien niet, maak het bedrag even over. Alvast bedankt.

**Een veel gestelde vraag:
"Is mijn diploma nog geldig?"**

Je kunt dit checken op de site van Het Oranje Kruis onder de diploma checker.

Welkom bij Het Oranje Kruis

Het Oranje Kruis biedt de diplomachecker aan om organisaties in de gelegenheid te stellen te controleren of kwalificatiehouders over een diploma of certificaat beschikken en tot wanneer deze geldig zijn.

Het Oranje Kruis levert met deze diplomachecker een bijdrage aan een verantwoorde eerstehulpverlening.

Heeft u een diploma of certificaat van Het Oranje Kruis en wilt u niet vindbaar zijn via de diplomachecker stuur dan een e-mail met uw naam en kwalificatienummer naar mutaties@ehbo.nl.

Om gebruik te kunnen maken van de diplomachecker vult u het kwalificatienummer in **en** de achternaam van de kwalificatiehouder.

Voorbeeld

Kwalificatiekaart 71004797

Naam diplomahouder Dhr. J.B.C. de Rooij			
~ Kwalificatie	~ Type	Examendatum	Vervaldatum ⓘ
Eerste Hulp	Diploma	25-1-1971	1-4-2023
Eerste Hulp aan kinderen	Certificaat	1-10-2016	1-4-2023

Certificaten en Diploma's per 1 september 2020 standaard digitaal.

Per 1 september 2020 worden alle Certificaten en Diploma's van Het Oranje Kruis standaard digitaal aangeboden. De vereniging kan in de portal alle digitale pasjes downloaden als PDF en aanbieden aan de leden.

Jaarvergadering.

We hebben door de corona toestanden géén jaarvergadering gehouden. Dit is niet volgens de regels maar door corona was het niet mogelijk. We slaan dus gewoon over en behandelen de stukken in de volgende jaarvergadering. Deze zal in januari 2022 plaats vinden. Hij wordt opgenomen in het lesrooster van 2021/22.

Hulpverlening bij evenementen.

Alles bij EHBO Haarrijn lag stil door de corona, dus ook géén evenementen. En zelfs nu nog zijn sommige evenementen onzeker, zoals de Buurtcamping die uiteindelijk toch niet door ging. Maar de draad is weer opgepakt.

Zoals met het Italië Evenement Smaak & stijl bij Kasteel Haarzuilens.



Omdat de afdeling Kockengen geen mensen had zijn we twee keer ingevallen bij het Polstokverspringen. De organisatie was zéér tevreden met onze inzet.



En dan zijn er weer de vertrouwde evenementen zoals de **kindervakantie week** in Vleuten van 23 tot 27 augustus. Op onze site kun je, je hiervoor aanmelden.

Binnenkort worden er weer een aantal evenementen toegevoegd. Hou onze site in de gaten.

Extra avond voor de mensen die op evenementen hulpverleners.

Leden die regelmatig hulpverleners op evenementen hebben soms een eigen tas en/of eigen kleding. Het is zaak dat al onze tassen gevuld zijn met materialen waarvan de datum NIET is verlopen. We willen dit met z'n allen op een avond controleren.

Ook willen we kritisch naar de kleding kijken en wanneer nodig aanvullen, vervangen of nieuwe bestellen.

Het uniform indelen van de tassen zal een aandachtspunt zijn.

Ook is er aandacht voor de Veldnorm Evenementen Zorg.

Bericht hierover volgt, met het lesprogramma.



De wet bestuur en toezicht rechtspersonen



Binnen Nederland moeten steeds meer zaken geregeld worden. We zien dit bijvoorbeeld al met de Veldnorm Evenementen Zorg.

Maar er is meer;

Alle verenigingen en stichtingen in Nederland moeten vanaf 1 juli 2021 voldoen aan de nieuwe wet WBTR, de wet bestuur en toezicht rechtspersonen. Het is belangrijk dat we hierop voorbereid zijn. Het verplicht je om over een aantal bestuurszaken (nogmaals) goed na te denken. In de nieuwe wet zit een uitbreiding van de hoofdelijke persoonlijke aansprakelijkheid van bestuursleden, maar de wet gaat vooral over het reilen en zeilen binnen de vereniging

Het ministerie van Justitie en Veiligheid stelt: 'Het wetsvoorstel geeft vorm aan een professionaliseringsslag bij verenigingen en stichtingen. De noodzaak hiervan is gebleken na een aantal incidenten'. Met incidenten bedoelt men financiële problemen, zelfverrijking van bestuurders, fraude en diefstal.

De wet spitst zich toe op een aantal zaken die ook nu al belangrijk zijn om goed geregeld te hebben. Bijvoorbeeld als bestuurders tijdelijk uit beeld raken. Of wanneer een bestuurder een eigen belang heeft bij een besluit. Door hier regelgeving voor op te stellen creëert de overheid een stok achter de deur om hier over na te denken en dit vast te leggen.

Ook hiermee moet het bestuur aan de slag. Wanneer we zover zijn zullen we de leden daarover verder inlichten.



EHBO Tips; 1

Eikenprocessierups.

Een vrolijke zomerse wandeling in het bos kan eindigen in een behoorlijke domper als je de eikenprocessierups tegenkomt. Lees hieronder wat je kunt doen.



Wat stel je vast na contact met de eikenprocessierups? Irritatie van de huid, ogen en luchtwegen. Steeds heviger klachten bij elk nieuw contact.

Wat kun je doen?

- Wrijf of krab niet.
- Probeer de brandharen van de huid te verwijderen met plakband. Plak een stuk plakband op de huid en trek het er weer af. De brandhaartjes blijven aan het plakband vastzitten en komen zo los van de huid.
- Spoel de huid en/of ogen goed met lauwwater.
- Doe kleding waarin de brandharen zitten uit. Was de gedragen kleding op minstens 60° C.
- Bestrijd de jeuk met verzachtende crème op basis van aloë vera, calendula, menthol of eucalyptus.
- Contact met de brandharen van de eikenprocessierups kan in sommige gevallen voor ernstige allergische reacties zorgen. Bel of laat 1-1-2 bellen wanneer je na contact met een eikenprocessierups benauwd wordt of dikke tong, lippen of oogleden krijgt.

Veel gestelde vragen

Wanneer verdwijnen de klachten?

Doorgaans binnen twee weken. Een zachte crème met bijvoorbeeld menthol of een gel van aloë vera kan verlichting geven. Neem bij ernstige klachten contact op met je huisarts.

Moet er rechtstreeks contact met de rups zijn om klachten te krijgen?

Nee. De brandharen kunnen ook door de wind meegevoerd worden, waardoor ze op de huid of in de kleding terecht komen. De brandharen dringen met hun weerhaakjes gemakkelijk in de huid, ogen en luchtwegen. Ze kunnen ook door kleding heen gaan.

Zijn de brandharen op huid of kleding met het blote oog te zien?

Nee. Gebruik daar waar je jeuk hebt plakband of een kleefpleister of spoel de huid.

Zijn sommige mensen extra gevoelig voor de brandharen?

Er zijn geen duidelijke risicogroepen aan te geven, in principe is iedereen even gevoelig. De reactie na contact met de brandharen kan wel van persoon tot persoon verschillen.



Over de eikenprocessierups

Wat is een eikenprocessierups eigenlijk?

De eikenprocessierups is de rups van een nachtvlinder. 's Nachts gaan deze rupsen groepsgewijs – in processie dus – op zoek naar voedsel (eikenbladeren); vandaar de naam eikenprocessierups.

Waar en wanneer komen eikenprocessierupsen voor?

Op een groot aantal eikenbomen in vrijwel geheel Nederland tref je in de maanden mei, juni en juli de behaarde rupsen aan. Tot tien jaar geleden kwam de rups in Nederland hoofdzakelijk voor in de provincies Gelderland, Noord-Brabant en Limburg. De afgelopen jaren is de rups in alle provincies gesignaleerd.

Hebben dieren ook last van de eikenprocessierups?

Met name honden kunnen klachten krijgen wanneer ze in contact komen met de brandharen. Houd uw hond goed in de gaten en/of aangelijnd.

EHBO Tips; 2

Wespensteek.

Fijn, die koude limonade op een warme zomerdag! Maar plotseling cirkelt er een wesp boven je glas. Je weet dat je eigenlijk rustig moet blijven, maar toch mep je naar de wesp en heb je plotseling een wespensteek te pakken. Dit kun je doen.



Hoe herken je een wespensteek?

Je voelt vaak een plotselinge, felle pijn. Daarna volgt een branderige of jeukende rode zwelling.

Wat moet je doen?

- Koel met ijs. Hierdoor zwakt de zwelling en de pijn af. Gebruik eventueel een zalf met menthol, aloë vera of calendula tegen huidirritatie.
- Houdt de zwelling aan, neemt hij toe of twijfel je? Neem dan contact op met de huisarts.
- **Let op:** Bel 1-1-2 bij een steek in mond of keel. De zwelling kan de luchtweg afsluiten en dit kan levensbedreigend zijn.
- **Let op:** Bel ook 1-1-2 bij ernstige benauwdheid, shockverschijnselen of een allergische reactie. Heeft het slachtoffer medicijnen tegen een allergische reactie? Laat het slachtoffer dan het liefst zelf de medicijnen toedienen.

EHBO Tips; 3

Tips bij hitte.

In de zomer kan het erg warm worden en kun je last krijgen van hoofdpijn of uitdroging. Lees hier onze tips om jezelf en anderen te beschermen tegen de hitte.



Zorg voor jezelf

- **Drink veel**
Ook als je geen dorst hebt, is het belangrijk om veel te drinken. Drink bij voorkeur water. Van alcohol kun je juist beter niet te veel drinken. Deel in coronatijd geen flesjes of bekers met anderen.

- **Kleed je luchtig**

Kies voor luchtige kleding in lichte kleuren, gemaakt van materiaal dat goed 'ademt'. Katoen en linnen bijvoorbeeld.



- **Vermijd zware inspanning**

Als je graag wilt sporten, doe dit dan niet tijdens de warmste uren van de dag (van 12.00 tot 16.00 uur). Wacht liever tot het 's avonds laat wat afgekoeld is of trek 's morgens al heel vroeg je hardloopschoenen aan.

- **Doe vast boodschappen**

Zorg dat je boodschappen in huis hebt, zodat je niet op het heetste moment van de dag de deur uit moet.

- **Check je medicatie**

Sommige medicijnen beïnvloeden je temperatuurregulatie. Controleer de bijsluiter en overleg met je huisarts of apotheek of je voor jouw medicatie specifieke voorzorgsmaatregelen bij hitte moet treffen.

- **Verkoel jezelf**

Bijvoorbeeld door je polsen te koelen onder een stromende kraan, en door een ventilator neer te zetten. Gebruik in tijden van corona liever alleen een ventilator als je met personen uit je eigen huishouden bent.

- **Ga beschermd naar buiten**

Moet je toch de zon in? Smeer je dan elke twee uur in en bescherm je huid en gezicht met zonnebril of hoedje. Zoek zoveel mogelijk de schaduw op als je buiten bent.

Ben je (over)verhit, voel je je niet goed of maak je je zorgen? Neem dan contact op met je huisarts.

Zorg voor een minder hete omgeving

- Zorg voor zonwering aan de kant van je huis waar de zon op staat.
- Gebruik airconditioning of een ventilator. Zet een bevroren fles water voor de ventilator. Zo wordt de lucht voor de ventilator gekoeld. Gebruik in de coronatijd alleen een ventilator binnen als je met personen uit hetzelfde huishouden bent.
- Is het binnen koeler dan buiten? Houd dan de ramen gesloten.
- Is het binnen juist warmer dan buiten? Zet dan de ramen open.

Hittetips voor in de auto

- Heb je een auto zonder airco? Blijf er dan niet onnodig in zitten.
- Laat kinderen en huisdieren nooit alleen achter in de auto. De temperatuur in een auto loopt razendsnel op als het buiten warm is.

STOP UW HOND NIET IN DE OVEN



Zorg voor anderen

Houd mensen die extra hulp nodig hebben in de gaten. Ga bij ze langs en bied aan om te helpen, bijvoorbeeld door boodschappen te doen of regelmatig te controleren of ze voldoende water drinken. De volgende doelgroepen lopen een groter risico op uitdroging en oververhitting:

- Ouderen
- Jonge kinderen
- Mensen met overgewicht
- Chronisch zieken
- Mensen in sociaal isolement
- Daklozen
- Mensen die specifieke geneesmiddelen, alcohol of drugs gebruiken

- Sporters
- Evenementenbezoekers
- Buitenwerkers



Vakantie,

De vakantie periode is voor de meeste mensen inmiddels aangebroken.

Er zijn door de Corona nog allerlei beperkingen maar wensen iedereen een fijne vakantie.

Hopelijk zien we elkaar na de vakantie bij de herhalingslessen of bij de evenementen.

Bestuur EHBO Haarrijn

Deze nieuwsbrief is tot stand gekomen met inbreng van EHBO.NL, het Rode Kruis en internet. Foto polsstokverspringen van Melissa Smienk

Weet jij wat voor de volgende nieuwsbrief? Geef het door »» voorzitter@ehbohaarrijn.nl



Vakantie Ontspanning Vleuten-Haarzuilens