

NIUWSBRIEF

Van de voorzitter

Alweer de laatste nieuwsbrief van dit jaar! Nog maar enkele weken en we beginnen aan het jaar 2013. Voor de KNV EHBO-Hengelo is 2013 een jubileumjaar, het jaar waarin wij als afdeling Hengelo 75 jaar bestaan. We grijpen dit heuglijke feit aan om er een speciaal jaar van te maken.

Een jaar waarbij we maandelijks aandacht besteden aan facetten van de EHBO. Helaas zijn we de afgelopen maanden opgeschrikt door ernstige ziektes van actieve leden, wij wensen hun en hun gezin veel sterkte de komende tijd. Deze week is er weer ongewenst bezoek in de Spil geweest, er zijn veel vernielingen aangericht, helaas valt er niets te verhalen.

Het bestuur begint na de noodzakelijke wijzigingen zijn vorm te krijgen ik wil dan ook iedereen danken voor hun geweldige inzet.

Natuurlijk zijn we nog steeds op zoek naar u, als vrijwilliger bij onze vereniging, wij kunnen niet bestaan zonder de inzet van onze vrijwilligers.

Met dank aan iedereen die zich heeft ingezet in 2012 voor onze vereniging wensen wij u:

Fijne feestdagen en een veilig nieuw EHBO jaar!

Data herhalingslessen Blok 2 voorjaar 2013

Om uw diploma geldig te houden moet u herhalingslessen te volgen. Dit kan in blokken van 5 avonden per jaar van 19.30 tot 21.30 uur. Dit is gratis als u het lidmaatschap hebt betaald.

Of 2 dagen herhaling per jaar incl. koffie/thee en lunch voor €100,00 p.p. van 09.00 – 15.00 uur.

Opgave via: herhalingslessen@ehbo-hengelo.nl of via onze website: www.ehbo-hengelo.nl

Blok 2 1 t/m 5	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag
1	Ma 14-01	Di 15-01	Woe 16-01	Do 17-01
2	Ma 21-01	Di 22-01	Woe 23-01	Do 24-01
3	Ma 28-01	Di 29-01	Woe 30-01	Do 31-01
4	Ma 04-02	Di 05-02	Woe 06-02	Do 07-02
5	Ma 11-02	Di 12-02	Woe 13-02	Do 14-02
Blok 2 6 t/m 10	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag
6	Ma 04-03	Di 05-03	Woe 06-03	Do 07-03
7	Ma 11-03	Di 12-03	Woe 13-03	Do 14-03
8	Ma 18-03	Di 19-03	Woe 20-03	Do 15-03
9	Ma 25-03	Di 26-03	Woe 27-03	Do 26-03
10	Ma 08-04	Di 02-04	Woe 03-04	Do 04-04

Een ieder wordt ingedeeld naar zijn/haar opgegeven voorkeur. Alleen leden die vorig jaar hun diploma hebben gehaald of zij die lid zijn geworden, moeten zich opgeven. Wijziging in de voorkeur snel doorgeven anders wordt u ingedeeld op de bij ons bekende voorkeur.

Hardlopen in de herfst en winter

Tien tips voor lopen in de gure maanden

Als de dagen korter en kouder worden, vergt het best wat discipline om te blijven hardlopen. Maar de echte fanatiekelingen laten zich natuurlijk niet weerhouden door kou, nattigheid of duisternis.

Met deze tien tips loop je veilig de winter door.



1. Kies de juiste kleding

Het is nooit te koud of te nat om hard te lopen, als je je goed kleedt op deze weersomstandigheden. Katoenen kleding neemt veel vocht op, waardoor je het snel koud krijgt. Je kunt beter kiezen voor kleding van kunststofvezels die je transpiratie afvoeren. Draag meerdere, dunne laagjes over elkaar, zodat er een isolerend luchtlaagje ontstaat.

Voor het complete verhaal:

<http://www.gezondheidsnet.nl/lopen-voor-je-gezondheid/artikelen/6844/hardlopen-in-de-herfst-en-winter>

Volg ons op:



EHBOHengelo



EHBOHengelo

NIUWSBRIEF

Uitnodiging Nieuwjaarsreceptie

Het bestuur wenst u en uw gezin een vrolijk kerstfeest en een gezond 2013. Tevens nodigen wij u en uw partner van harte uit op de nieuwjaarsreceptie

Vrijdag 4 januari 20.00 uur.



Sportverzorging

Zaterdag 10 november j.l. zijn enkele sportverzorgers aanwezig geweest bij het Herfst judo toernooi in Sporthal Veldwijk. Hieronder een reactie van een moeder van een van de judoka's"

Goedemiddag,

Langs deze weg wil ik de medewerkers van de EHBO Hengelo bedanken voor de goede zorgen die zij gaven aan mijn dochter Verena.

Ik was blij dat zij op een deskundige wijze de eerste hulp verleenden en het zekere en onzekere namen om haar te stabiliseren en de ambulance in te schakelen. Graag wil ik ook doorgeven dat het gelukkig goed is afgelopen met mijn dochter. Na onderzoek werden er geen enge dingen vastgesteld (er was een verdenking op nek-rugletsel) en ze kon dezelfde avond weer met ons mee naar huis.

Nogmaals bedankt!!!!

Thea van der Werf



Thea van der Werf

Geerdinksweg 141 | Postbus 546 |
7550 AM Hengelo

Collecte 2013

Voor reacties op of copy voor de **nieuwsbrief** kunt u mailen naar info@ehbo-hengelo.nl

Noteert u de datum voor de collecte 2013 vast in uw agenda!! **13 t/m 19 oktober 2013**

Dit is geen vakantie week, mogen wij op u rekenen?

Nieuwe collectanten kunnen zich melden via collecte@ehbo-hengelo.nl of tel: 0646221850



AED Alert heet nu: HartslagNu



Beste burgerhulpverlener.

Er gaat iets veranderen: de alarmeringssystemen AED Alert en AED Locator worden samengevoegd tot één nieuw systeem met de naam:

HartslagNu.

HartslagNu is het nieuwe alarmeringssysteem voor het inschakelen van burgers bij reanimaties. Vanaf **1 november 2012** wordt er met HartslagNu gealarmeerd en niet meer met AED Alert of AED Locator. Alle vrijwilligers die ingeschreven stonden in AED Alert en AED Locator zijn nu opgenomen in HartslagNu. De oproepen die je vanaf dat moment krijgt hebben dan als afzender HartslagNu.

Nederland kent 24 ambulanceregio's. Op de website www.hartslagnu.nl is een kaartje te vinden van de verdeling daarvan over Nederland.