

## NIEUWSBRIEF

### Van de voorzitter

Nog enkele weken en het jaar 2013 is weer ten einde. Een jaar vol activiteiten, een receptie en een feestavond i.v.m. ons 75 jarig bestaan. Veel dank zijn wij verschuldigd aan het Forza team en haar vrijwilligers, zij hebben een prima prestatie geleverd. De foto's zijn binnenkort beschikbaar. Mevrouw Peressoni heeft een oorkonde ontvangen als oudste lid van onze vereniging. Ze heeft haar EHBO diploma behaald in 1955 en heeft dus door de jaren heen vele veranderingen meegemaakt. Met haar 84 jaar volgt ze nog steeds trouw de herhalingslessen.



Ook zijn we opgeschrikt door het overlijden van onze gewaardeerde leden Wim Huismans en Gerard Franke, wij wensen de familie veel sterkte toe. Graag vraag ik aandacht voor de volle agenda van de sportverzorging. In de komende maanden zal er ook op u een beroep worden gedaan om te helpen bij evenementen.

### Wijziging Incassosysteem naar IBAN

Door de invoering van een nieuw Europees betalingssysteem, het IBAN systeem, zijn alle incassomachtigingen die in het verleden zijn afgegeven NIET meer geldig. Deze komen te vervallen. Willen wij doorgaan met het incasseren van de contributie dan zullen alle leden een nieuwe incassomachtiging moeten tekenen. De nieuwe formulieren zijn ter beschikking en zullen u ter tekening worden aangeboden. Wij verwachten dat velen akkoord zullen gaan met het incasseren van de contributie. Dit zal dan de penningmeester in de toekomst veel werk besparen en daarnaast zal er ook minder worden uitgegeven aan briefpapier en postzegels. De nieuwe incassoformulieren worden dus alleen gebruikt voor het incasseren van contributie. Dit geldt niet voor leden waar de nota van naar de werkgever wordt gestuurd.

Wij danken u alvast op voorhand dat u aan deze nieuwe situatie medewerking zult verlenen.

### Hamstring blessure

De hamstrings zijn de spieren aan de achterzijde van je bovenbeen. Een hamstringblessure is een beschadiging van het weefsel van een van de hamstrings. Hamstringblessures ontstaan meestal als je explosief start, sprint of als je plotseling afremt. Hamstringblessures komen voornamelijk voor bij seniorenspelers in het betaald voetbal en de top van het amateurvoetbal. Zo zijn 12% -16% van alle blessures in het betaald voetbal hamstringblessures. Van de drie hamstrings is de 2-koppige spier (de biceps) verreweg het meest geblesseerd. Voor meer informatie over de hamstring blessure zie internet:

[www.sportzorg.nl/sportblessures/hamstring](http://www.sportzorg.nl/sportblessures/hamstring)

### Data herhalingslessen Blok 2 voorjaar 2014

De herhalingslessen en diplomaverlengingen worden vanaf heden gepland door Yvonne Heino. Yvonne is bereikbaar via e-Mail: [herhalingslessen@ehbo-hengelo.nl](mailto:herhalingslessen@ehbo-hengelo.nl) Om uw diploma geldig te houden dient men herhalingslessen te volgen. Dit kan in blokken van 5 avonden per jaar van 19.30 tot 22.00 uur dit is gratis indien het lidmaatschap is betaald. Of 2 dagen herhaling per jaar incl. koffie/thee en lunch voor € 75,00 p.p. van 09.00 – 15.00 uur. Voor bedrijven zal een passende offerte worden aangeboden.

Opgave voor herhalingslessen kan bij Yvonne of via onze website: [www.ehbo-hengelo.nl](http://www.ehbo-hengelo.nl)

Blok 2 1 t/m 5	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag
SPORT	Ma 06-01	Di 07-01	Woe 08-01	Do 09-01
1	Ma 13-01	Di 14-01	Woe 15-01	Do 16-01
2	Ma 20-01	Di 21-01	Woe 22-01	Do 23-01
3	Ma 20-01	Di 21-01	Woe 22-01	Do 23-01
4	Ma 27-01	Di 28-01	Woe 29-01	Do 30-01
5	Ma 10-02	Di 11-02	Woe 12-02	Do 13-02
SPORT	Ma 17-02	Di 18-02	Woe 19-02	Do 20-02
Blok 2 6 t/m 10	maandag	dinsdag	woensdag	donderdag
6	Ma 03-03	Di 04-03	Woe 05-03	Do 06-03
7	Ma 10-03	Di 11-03	Woe 12-03	Do 13-03
8	Ma 17-03	Di 18-03	Woe 19-03	Do 20-03
9	Ma 24-03	Di 25-03	Woe 26-03	Do 27-03
10	Ma 31-03	Di 01-04	Woe 02-04	Do 03-04
SPORT	Ma 07-04	Di 08-04	Woe 09-04	Do 10-04

## NIEUWSBRIEF

### Uitnodiging Nieuwjaarsreceptie

Het bestuur wenst u allen prettige kerstdagen en een voorspoedig 2014. Wij nodigen u en uw partner van harte uit op de nieuwjaarsreceptie.

**vrijdag 10 januari 20.00 uur**



### Geslaagden Najaarscursussen

#### **Maandagavond door Yvonne Heino**

L. ter Bogt, Harmca van Tebberen, Merijn Snel, Barbara Freriks, Alice Fiechter, Chantal Adema, Gerdi Jonker, Rene Domburg, Remco Bloemen, J. Dikken, Sanne Pross en Danny Uchtmann.

Proficiat met het behalen van het EHBO diploma. De diploma's zullen tijdens de jaarvergadering van 17 april worden uitgereikt.

### **Gepeperde rekening voor redden mensenleven**

**BORSSELE** - Het redden van een leven door gebruik te maken van een hartdefibrillator (AED), kan een dikke rekening opleveren.



Foto: ANP

Een man kreeg in Borssele een hartstilstand. Vrijwilligers reanimeerden hem door hem een stroomstoot te geven met de AED die bij de plaatselijke supermarkt hangt. Maar daar blijken kosten aan te zijn verbonden: 150 euro voor het vervangen van de elektroden. De gemeente wilde dat bedrag niet betalen en

de zorgverzekering van het slachtoffer ook niet. Uiteindelijk heeft de dorpsraad het bedrag bijeengebracht door een sponsoractie, meldt de PZC.

De raad spreekt er schande van en vreest dat mensen zich voortaan wel twee keer zullen bedenken voor ze het apparaat gebruiken. De Hartstichting vindt dat de minister van Volksgezondheid moet zorgen dat het gebruik van de AED wordt opgenomen in het basispakket van de zorgverzekering.



### Opschoning gegevens database

Momenteel worden alle gegevens in HartslagNu geactualiseerd en daarbij zijn er burgerhulpverleners wiens geldigheid van het reanimatiecertificaat meer dan 6 maanden is verlopen. Waarschijnlijk wordt het wel eens vergeten deze gegevens aan te passen in het systeem of gaat men er vanuit dat dit automatisch gebeurt. Wij willen je vragen de trainingsdatum aan te passen naar de datum waarop je voor het laatst een (herhaling)-cursus hebt gevolgd. Je kunt inloggen via <https://hartsलगnusystem.nl/>

### Beste EHBO-ers

Velen van jullie kennen mij als instructeur maar daar gaat een verandering in komen. Door lichamelijke problemen ben ik noodzaak om een stap achteruit te nemen. Het is voor mij niet meer haalbaar om het instructeurs vak te kunnen voldoen als instructeur. En die keuze is verdrietig omdat ik het met veel liefde heb gedaan. Dus kijk niet vreemd op zodra jullie me bij jullie in de les zien zitten als cursist. Ik hoop dat iedereen snel gewend is aan deze verandering. Dat verwacht ik althans wel.

Met vriendelijke groet  
Tessa Steenbreker