

Van de voorzitter

Het jaar 2015 nadert haar eind, weer is er een jaar voorbij. Een jaar waarin we weer een voltallig bestuur samen hebben kunnen stellen.

Wij zijn blij dat we samen de vereniging kunnen besturen. Al valt het niet mee om het iedereen naar zijn / haar zin te doen.

Vanaf nieuwsbrief 1, december 2005, vragen wij u om ons te helpen bij de sportverzorging of de collecte. Uw medewerking in deze is minimaal, graag zien wij hierin verandering.

De collecte is een belangrijke bijdrage in de onkosten, denk aan het aanschaffen en/of vervangen van reanimatiepoppen en AED trainingsapparatuur. Het is voor u toch een kleine moeite om 1 avond per jaar te collecteren voor UW vereniging.

Opgave via collecte@ehbo-hengelo.nl

De vrijwilligersavond was een geslaagde avond, onder het genot van een hapje en een drankje werd onderling over diverse zaken gesproken. Ook werden we vermaakt door Entertainer FredRic Schrijvers, zijn goochelkunsten blijven onverklaarbaar.

Uitnodiging Nieuwjaarsreceptie

Het bestuur wenst u en uw gezin een vrolijk kerstfeest en een gezond 2016.

Tevens nodigen wij u en uw partner van harte uit op onze Nieuwjaarsreceptie

vrijdag 8 januari 20.00 uur.



EHBO diploma Een Veilig gevoel

Data herhalingslessen Blok 2 voorjaar 2016

Om uw diploma geldig te houden dient u 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 € 100,00 p.p. van 09.00 – 15.00 uur. Voor bedrijven zal een passende offerte worden aangeboden.

Het ene jaar volgt u les 1 t/m 5 en het andere jaar les 6 t/m 10.

Dus volgt u in het najaar 2015 blok 1, les 1 t/m 5, dan volgt u komend najaar 2016 blok 1, les 6 t/m 10.

Opgave voor herhalingslessen kan bij Wendy herhalingslessen@ehbo-hengelo.nl of via onze website: www.ehbo-hengelo.nl

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

Een ieder wordt ingedeeld naar zijn/haar opgegeven voorkeur. Wijziging in de voorkeur z.s.m. doorgeven anders wordt men ingedeeld op de bij ons bekende voorkeur.

Presentiekaarten

De presentiekaarten zijn geldig gedurende de verlengingsperiode van uw diploma. De nieuwe presentiekaarten worden meegestuurd met de diplomaverlenging. Aan het eind van een verlengingsperiode dient uw kaart dus vol te zijn. Bij verlies kunt u een vervangende kaart aanvragen, de reeds gevolgde lessen zullen hierop voor u worden ingevuld. Er liggen geen kaarten meer in de Spil.

Sportverzorging

Hallo allemaal,

Wat hebben we weer veel evenementen mogen begeleiden afgelopen jaar. Om aan alle aanvragen te kunnen blijven voldoen hebben we echt uw hulp nodig, meld u aan als u het leuk vindt om een als EHBO-er bij een evenement aanwezig te zijn.

Wat staat er op de kalender:

Zaalvoetbal Nachttoernooi 09-01 t/m 30-01-2016

35^e editie AA Drink FBK Games 22 mei

Enschede marathon 17 april 2016

Avondvierdaagse 31 mei t/m 3 juni

Nacht van Hengelo 4 juni 2016

Opgave via sportverzorging@ehbo-hengelo.nl

Nieuwsbrief

Wij vragen uw mening over onze nieuwsbrief:



- Ik lees hem altijd
- Ik lees hem nooit
- Ik heb een alternatief
- Ik wil wel helpen met het samenstellen

Uw reactie graag naar info@ehbo-hengelo.nl

Mutaties

Elk lid van onze vereniging dient een verandering in zijn NAW door te geven aan het secretariaat. De NAW gegevens worden gebruikt voor het versturen van de diplomaverlengingen en de nieuwsbrief naar het privé adres.

Verbandmaterialen

Wist u dat u als lid ook uw privé verbanddoos aan kunt vullen of vervangen? Dit is tegen kostprijs. Laat het u niet overkomen dat u de verbanddoos nodig heeft en blijkt dat deze leeg of over datum is. Aanvullen kan op 1^e dinsdag van de maand om 19.00 uur met uitzondering van de maanden juli en augustus. U dient contant te betalen.

Is uw vereniging Hartveilig?

Deze actie gaat binnenkort van start in Hengelo.



Bent u een "HART VEILIGE"

Sportvereniging!

VOLG EEN AED CURSUS

Cursussen en deelcertificaten

EHBO cursus start 11 januari 2016

AED cursus 29 januari, 26 februari

Eerste Hulp aan Kinderen 30 januari 2016

Sportongevallen in overleg

Wandelletsel in overleg.

Bloedvaten 100.000 Kilometer lang

Slagaders, aders en haarvaten



Een volwassen mens heeft 5 tot 6 liter bloed in zijn lichaam. Dit wordt rondgepompt door het hart in een bloedvatensysteem. In rust circuleert het bloed in ongeveer 1 minuut door ons lichaam, bij zware inspanning duurt dit 20 seconden. Hoe ziet dat bloedvatensysteem er eigenlijk uit? Voor het complete artikel zie: <http://www.gezondheidsnet.nl/bloed/bloedvaten-100000-kilometer-lang>