Zorgzame Heide-Bes buurt: "Hoe handel je in acute situatie?"

Verslag van derde thema-avond op 6 oktober 2026

Robbert Huijsman heet iedereen kort welkom. We zijn met zo'n 60 deelnemers, dat is de hoogste opkomst tot nu toe, fantastisch!
Hij geeft snel het woord aan Janet van Kampen, een van de mensen uit de organisatie van deze avond. Iedereen is heel benieuwd naar de tips en adviezen over acute situaties in huis of op straat.

Wijkbrandweerman Dirk Vat

Dirk Vat is wijkbrandweerman voor het werkgebied Prins Alexander van de Veiligheidsregio Rotterdam-Rijnmond (www.rijnmondveilig.nl; veel tips!). Hij deelde tijdens zijn presentatie praktische tips over brandveiligheid in en om het huis, het voorkomen van woningbranden en wat je dan wel of juist niet moet doen. Die kan je teruglezen in de bijgevoegde folder (zijn presentatie is helaas niet beschikbaar). Vaak voorkomende situaties en verstandige tips zijn:

- Rook is vaak gevaarlijker dan vuur. Rook bevat altijd giftige stoffen. Slechts een paar ademhalingen kunnen al leiden tot bewusteloosheid. Daarom is het belangrijk dat je weet wat je moet doen als er brand uitbreekt.
- Zorg voor goede brandmelders (rook- en koolmonoxidemelders/CO) aan plafonds op alle verdiepingen en wellicht kamers, en controleer ze ook periodiek (waar precies? https://www.brandweer.nl/onderwerpen/koolmonoxidemelder-waar-hang-je-die-op/)
- Als het alarm afgaat van de rookmelders of brandmelders, heb je door de rook nog maar maximaal drie minuten om te vluchten.
- Vlam in de pan: NOOIT blussen met een vloeistof, maar altijd afdekken met deksel. Immers, zonder zuurstof geen vuur.
- Oude stekkers en niet goed vastzittende snoertjes: vervangen!
- Check periodiek of accu's niet te warm worden, laad (fiets) liever niet binnenshuis, maar in schuurtje of garage (met rookmelder!) en hou het opladen in de gaten (als je toch even weggaat, stop dan het opladen).
- Veel te veel stekkers aan één stopcontact, soms zelfs met geschakelde stekkerdozen: niet doen, te veel belasting, alles wordt warm, en dan….
- Haal een sprayblusser in huis, eentje die ook gebruikt kan worden bij branden in vetten en (frituur)oliën, zoals in de keuken (dat wordt aangeduid als **brandklasse F**). Een goed merk is Neyfik (circa 35 euro).
- Hang vlakbij de voordeur een huissleutel aan haakje: de "vluchtsleutel".



Toch onverhoopt brand in huis: verlaat direct de woning! Waarschuw andere bewoners, sluit deuren achter je, ga naar buiten en bel 112. Ga nooit terug naar binnen voor huisdieren of spullen! Waarschuw buren en wacht op veilige afstand op de brandweer.

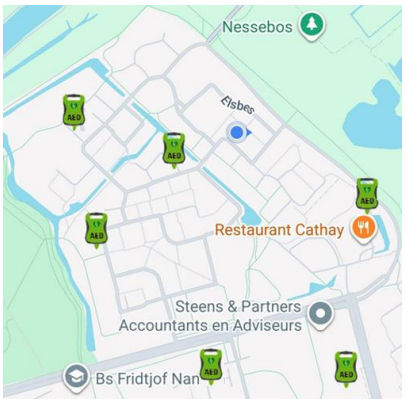
Dirk Vervat gaf zelf zijn contactgegevens aan, schroom niet: dirk.vat@vr-rr.nl of 06-42358546. En weet dat dat hij op aanvraag ook woningchecks op brandveiligheid doet, geheel kosteloos.

AED- zo werkt het door Henk van der Knoop



Henk is lid van Hartveilig Nederland en daarmee burgerhulpverlener. Eén van de AED's in de HeideBes hangt aan zijn gevel. Inmiddels is er weer eentje bij, zodat er nu drie AEDs zijn in onze HeideBes buurt:

- Struikheide 70 (Henk van der Knoop);
- Berkheide 2 (een andere type AED);
- Troostheide 3 (Rob Wander; net nieuw, ook aanwezig).



We doen een oproep voor een vierde AED in de Bes-gedeelte van onze buurt, want nu hangt alles alleen in het Heide-Deel. Een bewoonster op de Elsbes biedt zich spontaan aan (dank!), we gaan nog in gesprek met haar hoe we dat kunnen regelen (Henk kan helpen). We kunnen hiervoor een sponsoractie ("crowd funding") starten via www.buurtaed.nl. Rob Wander heeft dat slechts binnen paar weken voor elkaar gekregen, o.a. via de Ditjes & Datjes! Grandioos om te zien hoe enthousiast de buurtbewoners meegingen in de sponsoractie voor de AED op de Troostheide.

Nu nog eentje in Bes-buurt en dan is er mooie dekking over onze hele HeideBes Buurt.



Ambulance bij het incident, wat betekent dat



Onze avond-voorzitter houdt een kort vraaggesprek met ambulanceverpleegkundige Janneke Hordijk, die ook in onze buurt woont. Ze legt daarbij ook de nadruk op een aantal tips die Henk al gaf. Als de ambulance ter plekke is, nemen ze alles over van de buurthulpverleners, ze doen dringend beroep op omstanders om op enige afstand te gaan staan, en ook niet te gaan filmen en fotograferen met hun mobieltje (privacy!). Laat de ambulance-mensen hun werk doen!

Indien nodig zal het team van de ambulance een of meer omstanders vragen een bepaalde actie te ondernemen, zoals bijvoorbeeld een familielid van het slachtoffer bellen, of even te zorgen voor kinderen van het slachtoffer. Bij een serieus incident zal er overigens ook vaak politie bijkomen, luister naar svp naar! Alles is er op gericht de acute situatie voor het slachtoffer zo snel mogelijk te stabiliseren en aan te pakken.

Belangrijk voor de toeschouwers:

- Geef de hulpverleners de ruimte!

- Houd afstand! Loop niet in de weg!

- Help de hulpverleners zoveel mogelijk.

- SVP niet filmen of fotograferen!



Wat kan je zelf doen (voorbereiding)?	Wat kan je doen als buur?
▪ Medicatielijst opzoeken voordat de AMBUlance er is, ▪ Contactpersonen aangeven, ▪ Niet reanimeren ketting wel of niet aanschaffen! ▪ De 112 app installeren, je positie wordt automatisch doorgegeven. ▪ Telnrs met elkaar uitwisselen	▪ Maak ruimte, vang de AMBU crew op! ▪ Hou dieren uit de buurt en aan de lijn! ▪ Let op elkaars veiligheid

Vervolg: basiscursus reanimatie en AED

We gaan zorgen voor een aantal reaninatiecursussen, in groepjes van maximaal 12 personen. Daarvoor gaan we trainers en locaties regelen. Het kost per deelnemer circa 50 euro, maar zorgverzekeraars vergoeden dat meestal wel (aanvullend pakket; check jouw verzekeraar op https://www.rodekruis.nl/ehbo/vergoedt-jouw-zorgverzekeraar-je-ehbo-cursus/).

Deelnemers aan de reanimatiecursus krijgen een certificaat en worden geregistreerd. Ter plekke konden deelnemers aan deze thema-avond zich inschrijven, maar ook bij Rob Wander en bji Henk van der Knoop kwamen aanmeldingen binnen. We zijn bezig dit nu allemaal te stroomlijnen, de mensen die zich ergens hebben aangemeld, krijgen binnenkort bericht.

Nog meer interesse? Laat het snel weten aan Robbert Huijsman (robbert.huijsman@kpnmail.nl)

Links en filmpje:

- AED in actie | Een 3D-kijkje in het lichaam

  https://www.youtube.com/watch?v=Ypxd9mnq6_A&authuser=0

- Rode Kruis, Wat als dit je buurman is!

  https://www.rodekruis.nl/ehbo/ehbo-cursus-reanimatie-aed/

- Dit is de cursus in het klein…Stap 2 is **BEL 112!**

  https://www.youtube.com/watch?v=wMyU4DOcqJo

- BuurtAED aanschaffen (organiseren/crowd funding): https://www.buurtaed.nl
- Aanmelden als BurgerHulpverlener: www.hartslagnu.nl; ook Hoe werkt HartslagNU (video)
- www.rijnmondveilig.nl; Postbus 9154, 3007 AD Rotterdam; telefoon: 0900-8387
- Dirk Vat, Wijkbrandweerman Prins Alexander / Veiligheidsregio Rotterdam-Rijnmond

  Email: dirk.vat@vr-rr.nl; mobiel: 06-42358546