

BHV, daar red je levens mee!



10 TIPS voor jouw eigen Dag van de BHV **09**

.....

Uit de praktijk - 'Voor het echie' **10**

.....

Uit de praktijk - 'BHV blijft doorlopend leerproces' **14**



03 VOORWOORD

Sylvester Bennema, voorzitter bestuur Stichting Dag van de BHV

04 COLUMN

“Het kan iedereen gebeuren. Het kan overal gebeuren.”

05 SER

Handreiking arbeidsveiligheid

06 UIT DE PRAKTIJK

Intersnack - ‘Hoe strak samenwerken een leven redde’

08 HARTSLAGNU

Bij een hartstilstand telt elke minuut

09 10 TIPS

voor de organisatie van jouw eigen Dag van de BHV

10 UIT DE PRAKTIJK

PostNI - ‘Voor het echie’

12 SOCIALS

Wall of fame

14 UIT DE PRAKTIJK

Prorail - ProRail stuurt aan op zelfredzaamheid

17 STEL, HÈ, STEL..

Wat kan jij voor je (BHV) collega's doen?

18 PARTNERS AAN HET WOORD

20 UIT DE PRAKTIJK

Politie - Ankie Westra

22 BHV... MIJN LUST EN MIJN LEVEN?!

24 TOP 3 BROODJES BHV

25 ‘BHV’ER VAN HET JAAR’

10 JAAR! 



Sylvester Bennema, voorzitter bestuur Stichting Dag van de BHV

‘BHV, daar red je levens mee’

Een mijlpaal! Voor het tiende achtereenvolgende jaar vindt dit jaar op de eerste maandag van november de Dag van de BHV plaats. Een bijzonder moment om extra bij stil staan. Want waarom doen we dit ieder jaar weer opnieuw? Waarom vragen we één dag per jaar speciale aandacht voor al die ‘vrijwillige’ hulpverleners. Het antwoord op die vraag ligt zo voor de hand; dit zijn de mensen die als jou of mij iets overkomt als eerste ter plaatse zijn, als eerste moeten beoordelen wat de situatie is en direct handelend op moeten treden. Reden genoeg dus voor alle niet BHV’ers om hier even bij stil te staan. Vanaf dag 1 is het motto geweest; de BHV’er is er niet voor zichzelf maar juist voor jou. 10 jaar Dag van de BHV was niet mogelijk geweest zonder alle partners, sponsors en natuurlijk alle deelnemende bedrijven.

Zoals ieder jaar heeft ook Dag van de BHV in dit jubileumjaar weer een passend thema. Het thema sluit aan op dat waar Dag van de BHV voor staat: besef, waardering en support. De niet-BHV’er is onze doelgroep. We proberen hen te laten beseffen hoe waardevol de bedrijfshulpverlener is. Voor het bedrijf, voor iedere collega en voor iedere bezoeker, cliënt of patiënt. We vragen waardering voor de inzet van de BHV’er maar ook voor de noodzakelijke ondersteuning die de BHV’er nodig heeft om zijn of haar taken naar behoren en met vertrouwen uit te kunnen voeren. Het thema voor dit jubileumjaar is dan ook “BHV, daar red je levens mee”.

Het is inmiddels al weer ruim anderhalf jaar geleden dat Nederland voor de eerste keer op slot ging. Thuiswerken werd de nieuwe norm op dringend advies van de overheid. Onder andere BHV-opleidingen konden geen fysieke doorgang vinden en dus kwamen praktisch trainen en oefeningen volledig stil te liggen. BHV organisaties en de BHV’ers in het bijzonder werden geconfronteerd met nieuwe dilemma’s; Hoe borg je de BHV bezetting in je organisatie als de meeste collega’s thuiswerken? Hoe zorg je dat je competent blijft en de handelingen die je moet ver-

richten in geval van een calamiteit vertrouwd blijven? Hoe kun je veilig hulp verlenen, zowel voor het slachtoffer als voor de hulpverlener? Op al deze vragen bestond en bestaat geen pasklaar antwoord.

Daar ligt dan ook meteen de uitdaging voor de toekomst. Het Hybride werken gaat het nieuwe normaal worden. Dit vraagt van ons allemaal inventiviteit en flexibiliteit om de hulpverlening door de BHV organisatie in geval van een calamiteit te borgen. Maar nog belangrijker, te zorgen dat al die bedrijfshulpverleners getraind en geoefend blijven, om die o zo noodzakelijke eerste hulp te kunnen bieden. Dat verdienen deze helden.

Ons boegbeeld Henk van Essen is als korpschef van de nationale politie zeer bewust van het belang van de noodzakelijke eerste hulp door burger- en bedrijfshulpverleners bij calamiteiten. Die extra hulp en extra ondersteuning in die eerste minuten kunnen van levensbelang zijn. Het thema “BHV daar red je levens mee” ondersteunt dit nog eens extra.

Namens de organisatie, partners, sponsors en het bestuur wens ik u een geweldige dag!

Colofon

Magazine - Dag van de BHV
maandag 1 november 2021

Crisicom Amersfoort
Initiator en organisator Dag van de BHV
November 2021 - 26 blz. - 29,7 x 21 cm

Concept & design
Etienne Staal, Amersfoort

Copywriting
Attsje Wassink, Amersfoort

Alle teksten zijn intellectueel eigendom van Dag van de BHV. Overname met bronvermelding is toegestaan. Foto's mogen niet gekopieerd/gebruikt worden zonder schriftelijke toestemming.

Wij bedanken onze Partners en Business Sponsors en Henk van Essen, korpschef van politie voor hun ondersteuning.

Dag van de BHV
Postbus 1772, 3800 BT Amersfoort
communicatie@dagvandeBHV.nl
www.dagvandeBHV.nl

©Dag van de BHV, 2021

“Het kan iedereen gebeuren. Het kan overal gebeuren.”

Ambassadeur Henk van Essen,
korpschef politie

Miljoenen televisiekijkers zagen hoe de Deense voetballer Christian Eriksen op het veld werd gereanimeerd tijdens de EK-wedstrijd tussen Denemarken en Finland. Binnen enkele minuten. Waarschijnlijk heeft deze snelle reanimatie en het gebruik van de AED zijn leven gered.

Snel handelen is essentieel als iemand een hartstilstand krijgt. Binnen zes minuten starten met reanimatie is belangrijk om de overlevingskansen van het slachtoffer te vergroten en blijvende schade te voorkomen. Het kan iedereen gebeuren. Het kan overal gebeuren. Elke dag krijgen 35 mensen in ons land een hartaanval buiten het ziekenhuis. Bedrijfshulpverleners zijn vaak als eerste ter plekke en kunnen van levensbelang zijn. Binnen, maar ook buiten hun eigen organisatie. Op straat, in de winkel, op het sportveld.

Maar BHV'ers zijn niet alleen belangrijk om te helpen als iemand een hartaanval krijgt, een slagaderlijke bloeding of bij een beginnende brand. Ook preventief verrichten zij vaak een belangrijke taak om de veiligheid in hun eigen organisatie te helpen vergroten. Bijvoorbeeld door alert te zijn op gevaarlijke situaties, zoals obstakels die de nooduitgang blokkeren.

Binnen de politie beschikken we inmiddels over zo'n 8.000 BHV'ers door het hele land, dat is ongeveer 1 op de 8 politiemensen. Uiteraard krijgen zij jaarlijks herhalingsopleidingen. Daarnaast blijven we binnen de politie nieuwe BHV'ers werven. In elk politiebureau is de bedrijfshulpverlening zo georganiseerd, dat we altijd hulp kunnen bieden in acute noodsituaties.

De Dag van de BHV wordt mede mogelijk gemaakt door een aantal partners waaronder grote organisaties als PostNL, ProRail en RDW. Hoe meer organisaties in ons land bedrijfshulpverlening goed georganiseerd hebben, hoe veiliger we het maken als elke seconde telt. Met elkaar voor elkaar. Want BHV, daar red je levens mee

Henk van Essen,
korpschef politie



De SER stelt binnenkort de 'Handreiking arbeidsveiligheid' beschikbaar. Deze handreiking is met name bedoeld voor mkb-bedrijven. In de handreiking staan praktische richtlijnen voor het opzetten van een **Veiligheidsaanpak**.

Handreiking arbeidsveiligheid

SER

Arbeidsveiligheid en de rol van bhv

Bedrijfshulpverlening (bhv) heeft een taak bij het bevorderen van arbeidsveiligheid op de werkvloer. Ook bij organisaties in het midden- en kleinbedrijf (mkb). Bedrijfshulpverleners (bhv'ers) zijn mannen en vrouwen die getraind zijn om hun collega's te hulp te schieten bij calamiteiten op de werkvloer. Een bhv'er die adequaat handelt kan het verschil maken tussen leven en dood.

De regels en kaders uit de [handreiking arbomaatregelen bedrijfshulpverlening](#)¹ bieden werkgevers, werknemers en bhv'ers de juiste ondersteuning voor het voeren van goed beleid op bedrijfshulpverlening. Daarmee kunnen de bhv'ers hun taken goed (blijven) uitvoeren.

SER-handreiking Arbeidsveiligheid | Aanpak voor betere veiligheidsprestaties

De nieuwe **SER-handreiking Arbeidsveiligheid** die binnenkort verschijnt biedt de helpende hand bij het groeien in arbeidsveiligheid. Een helpende hand bij het starten, doorgaan en doorgroeien naar een veilig werkende arbeidsorganisatie. **Oók aan bhv'ers.**

Het voorkomen van arbeidsongevallen

In deze handreiking beperken we arbeidsveiligheid tot het voorkomen van arbeidsongevallen; dat wil zeggen ongevallen op het werk die ontstaan door mechanische, chemische, biologische of fysieke oorzaken. Veiligheid is een belangrijk onderwerp dat iedere werkgever en werknemer aangaat. Iedereen wil tenslotte weer heel thuiskomen.

¹ De handreiking bedrijfshulpverlening kwam in 2020 tot stand in opdracht van de Sociaal Economische Raad en de Stichting van de Arbeid aan NIBHV.



‘Hoe strak samenwerken een leven redde bij Intersnack’



Pindakaas op brood of een zak POM-BÄR bij de televisie: de kans is groot dat je met regelmaat een van de producten van Intersnack nuttigt. Bij Intersnack produceren, verpakken en verkopen hartige snacks waar pinda's in verwerkt zijn, zowel voor merken als huismerken. Voedselveiligheid staat uiteraard hoog op de prioriteitenlijst. Haarnetjes en beschermende kleding zijn dan ook verplicht in de productieomgeving, zodat wij als consument veilig kunnen genieten van onze nootjes. En hoewel medewerkers omringd zijn met voedsel, ze eten en drinken niet in de productieomgeving. Alleen water is toegestaan.

De voedselveiligheid is dus goed geregeld, maar hoe zit het met de medewerkersveiligheid? Daar is Intersnack duidelijk over: de medewerkers komen altijd op de eerste plaats! Hun veiligheid is daarom net zo goed geregeld. Alle (bijna-)incidenten worden zorgvuldig geregistreerd, bij een incident wordt de productie meteen stopgezet. Een kwart van het personeel is BHV-opgeleid. Dit moet ook wel, de productie draait 24 uur per dag door, vijf dagen in de week. Medewerkers werken in ploegendiensten en er wordt actief bewaakt dat er op elk moment van de dag voldoende BHV'ers aanwezig zijn.

Waardering

Sinds een paar jaar besteedt Intersnack aandacht aan de Dag van de BHV. Elke eerste maandag van november als de sirenes gaan weet iedereen: het gebak staat klaar! Maar bij Intersnack hebben ze meer te vieren,

want dankzij het kordate optreden van vier BHV'ers leeft hun collega Laurens nog. We spraken BHV'ers Annie, Jody, Murat en Erkan over veiligheid op de werkvloer en natuurlijk over die bewuste dag.

Annie: "het gebak op elke eerste maandag van de maand is een leuke attentie! We worden hier echt gewaardeerd als BHV'er. Zo kregen we ook een bedankje van de directeur." Collega Jody vult aan dat ook de medewerkers het op prijs stellen wat ze doen en zich veilig voelen in het bedrijf.

Murat: "als BHV'ers zijn we goed op elkaar ingespeeld, we kunnen altijd op elkaar terugvallen. We zijn voor elkaar en onze collega's goed herkenbaar aan onze felgroene haarnetjes. Als er hulp nodig is, zijn we dus snel te vinden. Daarnaast zorgt onze technische dienst voor schriftelijke instructies



Annie Reindsen, Jody Elburg, Murat Karabulut en Erkan Ozdemir

en registratie van alle aanwezigen, ook de externen. Zo zorgen we samen voor strenge naleving van de veiligheidsprotocollen."

Het incident dat de vier BHV'ers hebben meegemaakt was een intense ervaring. Ze willen deze ervaring graag delen. Met elkaar, maar ook met andere BHV'ers.

Concentreren op wat je hebt geleerd

Erkan begint te vertellen: "onze collega Laurens gaf aan dat het niet goed met hem ging. Al snel ging hij onderuit. Gelukkig kon ik hem opvangen en hem in stabiele zijligging leggen. Toen ging alles razendsnel. We hebben 112 gebeld en hebben collega's gewaarschuwd." Murat: "ik zag vanuit de verte dat het niet goed ging met Laurens en ben naar hem toe gerend. Ik had gelijk het idee dat het wel eens ernstig kon zijn. Ik zag Laurens op de grond liggen en moest toen achterhalen wat er aan de hand was. Maar eerst moest ik streng optreden naar alle omstanders. Ik heb ze weggestuurd."

Gelukkig was ook Annie erbij, met haar 25 jaar ervaring als EHBO'er. Zij hield Laurens zijn hoofd vast en zag samen met Murat dat Laurens wegviel, zijn ogen draaiden weg. Ze twijfelden heen moment: tijd voor actie. Murat startte hartmassage terwijl

ondertussen overleg plaatsvond met de hulpdiensten. "We gaven aan dat Laurens een snurkende ademhaling had, daarop bevestigde 112 dat we met hartmassage het juiste aan het doen waren. Ik twijfelde wel even of ik het goed deed, maar al snel concentreerde ik me op wat ik had geleerd. Uit de training weet ik nog dat ik goed hard moest drukken. Laurens had achteraf een gekneusde borstkas, gelukkig heb ik verder niks beschadigd" vertelt Murat opgelucht.

Ondertussen bracht een collega de AED en arriveerden ook politie en ambulance. Zij namen de regie over. Ook waren er wel 15 mensen aanwezig die een appje van HartslagNu hadden ontvangen en klaarstonden om te helpen. Erkan en andere BHV-collega's vingen iedereen op.

Annie: "we hebben dit echt als team gedaan, collega's erbij gehaald, politie en ambulance opgevangen, maar waarom we zelf de AED niet hebben gepakt? We hadden er gewoon geen tijd voor, we waren zo druk met de reanimatie."

Snelle actie was de redding van Laurens

Het BHV team kreeg al gauw uit het ziekenhuis het goede nieuws dat het snel opstarten van hulp en de reanimatie Laurens goed



Laurens

hebben gedaan. Een week na het incident kwam hij al op kantoor om te bedanken.

De vier BHV'ers hebben elk een eigen beleving over het incident. Waar de een het eindeloos vond duren, vond de ander het heel snel gaan. Ze vinden steun bij elkaar en vinden het, ook nu, weer fijn om er met elkaar over te praten. Vanuit het bedrijf is er ook veel aandacht geweest voor het na traject. De BHV'ers kregen de mogelijkheid om over het incident en hun beleving te praten. Ook de trotse woorden van de directie en mails van collega's hielpen hen. Toch heeft het incident nog vaak door hun hoofd gespeeld. Zo had Murat een paar dagen last van terugblikken. En Annie geeft aan dat het wachten veel indruk maakte: "toen Laurens eenmaal was meegenomen was het uit onze handen, maar het grauwe gezicht bleef op mijn netvlies staan. Je vraagt je toch steeds af hoe het met hem is. Gelukkig liet zijn vrouw 's nachts al weten dat hij in het ziekenhuis in goede handen was. En na twee dagen belde Laurens zelf om te vertellen dat het goed met hem ging."

Het team kijkt met een dankbaar gevoel terug, blij dat ze iemand hebben kunnen helpen en belangrijker: dat het allemaal goed is afgelopen!

Bij een hartstilstand telt elke minuut



Elke dag krijgen circa 40 mensen in Nederland buiten het ziekenhuis een hartstilstand. Bij een hartstilstand telt elke minuut. Als je direct 112 belt, binnen 6 minuten start met reanimeren en een AED inzet, is de overlevingskans van het slachtoffer het grootst. Elke minuut later dat een AED wordt ingezet, verlaagt de overlevingskans met 10%. Gemiddeld doet een ambulance er in Nederland tussen de 8 en 12 minuten over om ter plaatse te komen. Snelle hulp van mensen in de buurt is daarom ontzettend belangrijk.

Landelijk reanimatie oproepsysteem

Daarom is er in Nederland HartslagNu, het landelijk reanimatie oproepsysteem. Belt iemand 112 bij het vermoeden van een hartstilstand dan roept HartslagNu automatisch burgerhulpverleners op in de buurt van het slachtoffer. Zij krijgen een oproep op hun mobiel met de vraag om direct naar het slachtoffer te gaan om te reanimeren of om eerst de dichtstbijzijnde AED op te halen.

Burgerhulpverleners zijn vrijwilligers die kunnen reanimeren en zich hebben aangemeld bij HartslagNu. Ook AED's zijn bij het oproepsysteem aangemeld.

Wie kan burgerhulpverlener worden?

Iedereen van 18 jaar en ouder die een erkende reanimatietraining heeft gevolgd, kan zich als burgerhulpverlener bij HartslagNu aanmelden. Een BHV-certificaat volstaat ook.

Samenwerken aan een 6-minzone

HartslagNu wil dat alle slachtoffers van een hartstilstand buiten het ziekenhuis binnen 6 minuten de juiste hulp krijgen. Om dit te bereiken werken wij samen met diverse organisaties in Nederland, zoals de Hartstichting, aan een dekkende 6-minutenzone. Voor een dekkende 6-minutenzone zijn voldoende getrainde burgerhulpverleners en dag en nacht beschikbare AED's nodig, die door het reanimatie oproepsysteem kunnen worden opgeroepen.

In een 6-minutenzone wordt in het geval van een hartstilstand binnen deze minuten:

- 1 112 gebeld,
- 2 de reanimatie gestart,
- 3 een AED ingezet.



Bekijk de animatie met meer uitleg over HartslagNu



Bron: HartslagNu

MELD JE OOK AAN

Kun jij reanimeren? Meld je dan aan als burgerhulpverlener en kom in actie bij een hartstilstand bij jou in de buurt. Ga naar www.hartslagnu.nl

10 Tips voor de organisatie van jouw eigen Dag van de BHV



TIP 1

Wie zet jij centraal op de deze Dag? Combineer het bedankje aan jouw BHV'ers voor hun inzet door juist aan de niet-BHV'ers te weten hoe belangrijk BHV eigenlijk is!



TIP 2

Krijg inspiratie van de originele ideeën van anderen: Laat BHV'ers rondgaan met vlammetjes als traktatie op deze Dag, organiseer een quiz over de BHV-kennis van je medewerkers, laat BHV'ers een workshop organiseren waarin ze laten zien waarvoor zij er zijn...



TIP 3

Registreer jullie deelname via de campagne 'wij doen mee' en kleur de landkaart van Nederland met deelnemende organisaties. Je ontvangt dan het speciale logo dat je kan gebruiken voor de website, intranet of social media.



TIP 4

Iets lekkers bij de lunch? De beste Broodjes BHV staan op de website. Kies uit het Ontruimingspuntje, de Driedekker of de Mississippi.



TIP 5

Maak gebruik van de toolkit met gratis promotiemateriaal om je medewerkers op de hoogte te brengen van de Dag van de BHV. Narrowcasting, posters, leaflets... er is van alles beschikbaar!



dagvandeBHV.nl/organiseer-je-dag



TIP 6

Stuur een digitaal kaartje aan al je BHV'ers om ze te bedanken of geef ze een Dag van de BHV speldje om te laten zien dat zij gewaardeerde BHV'ers zijn. Op de Dag van de BHV publiceren we ook het gratis Magazine met leuke artikelen over bedrijfshulpverlening: stuur de link naar alle medewerkers.



TIP 7

Volg de landelijke verkiezing 'BHV'er van het Jaar': verdient één van jullie BHV'ers ook een nominatie? Misschien krijgt jouw BHV-collega volgend jaar wel deze eretitel?



TIP 8

Extra aandacht voor jullie eigen BHV-team? Maak gebruik van je eigen foto's om de posters van de Dag van de BHV persoonlijk te maken en aan te kleden met bekende gezichten en jullie eigen logo.



TIP 9

Geen BHV'ers genoeg in je organisatie? Maak gebruik van de wervings-leaflet uit de toolkit en overtuig vandaag alle medewerkers van het belang van bedrijfshulpverlening.



TIP 10

Deel met #DvdBHV je foto's en ervaringen op social media en verdien een plekje in onze Wall of Fame



Peter van der Sman, Procesmanager Depot Den Hoorn en Walter van Krieken, Procesmanager Depot Den Hoorn

‘Voor het echie’

levert twee medewerkers van PostNL een eervolle tweede plaats op in de verkiezing voor ‘BHV’er van het Jaar’ 2020.



PostNL verwerkt in hun depot in Hoorn dagelijks zo’n 45.000 pakketten, die door 40-50 vaste chauffeurs en de inzet van een flexibele schil uitgereden worden. In piekperiodes, zoals rond de feestdagen, wordt dit aantal nog verder uitgebreid. PostNL vindt bedrijfshulpverlening op de locaties van groot belang en leidt daarom bijna elke procesmanager en fulltime planbalie-medewerker op tot BHV’er. De keuze voor het opleiden in gemixte samenstelling, uit alle disciplines van de locatie, leidt tot een prachtig percentage van 90% BHV-getraind personeel.

Veiligheid voorop

Walter: “PostNL geeft echt prioriteit aan veiligheid. Er is alle ruimte voor trainingen

en aanschaf van materialen. Omdat er veel BHV’ers op onze locatie zijn kan er snel gereageerd worden, het geeft een veilig gevoel dat er altijd iemand in de buurt is. Elk kwartaal lopen we met alle procesmanagers door middel van een RI&E onze processen na. Onze rolcontainers met pakketten bijvoorbeeld, die wegen met gemak 100 kilo. We kijken dan naar de fysieke belasting van onze collega’s, maar ook naar de risico’s bij verplaatsen. Als zo’n rijtje containers eenmaal in beweging is, stop je die niet zomaar. Ook het rijden met pakketheffers krijgt elk kwartaal volle aandacht. We willen mensen scherp houden. In de praktijk worden er altijd wel risico’s genomen, maar we spreken de mensen daar echt op aan. We leggen uit wat het belang

“Al deze handelingen hebben we geleerd tijdens onze trainingen, het was heel spannend om het nu op een echt persoon toe te passen”

is van veilig werken, want onze veiligheid staat op nummer één. En het doel? Dat we als BHV’ers niet meer ingezet hoeven worden!”

Een verdiende prijs

Dat dit belangrijk is, dat hebben Peter van der Sman en Walter van Krieken, beiden procesmanager bij PostNL, vorig jaar ervaren. Een medewerker op hun locatie werd getroffen door een hartstilstand. Samen met andere BHV-collega’s pasten zij eerste hulp toe. De medewerker is inmiddels gelukkig volledig hersteld en de inzet van de mannen leverde hen vervolgens ook nog een prachtige tweede plaats op tijdens de verkiezing BHV’er van het jaar 2020. Een verdiende positie!

Een grote verrassing

Tot hun nominatie vorig jaar, hadden beide mannen niet eerder gehoord van de Dag van de BHV. De nominatie kwam dan ook als een grote verrassing. Walter: “dat was heel gek, je doet iets uit persoonlijke overtuiging, niet voor een nominatie. En belangrijk om te zeggen: we deden het niet alleen, er waren veel meer collega’s bij betrokken. Met z’n tweeën hadden we het niet gered. Er waren ook BHV’ers die omstanders weghielden, die de ambulance begeleidden of andere hulp boden. We deden het echt met z’n allen!”

Wat is er gebeurd?

Walter: “een van onze collega’s is op het toilet in elkaar gezakt. We zijn over het toilethokje heen geklommen en zijn direct gestart met de reanimatie. En uiteraard hebben we de hulpdiensten ingeschakeld. Op instructie van hen hebben we ook de AED ingezet. Stom dat we daar niet eerder

aan dachten.” Peter vult aan: “al deze handelingen hebben we geleerd tijdens onze trainingen, het was heel spannend om het nu op een echt persoon toe te passen. Je werkt echt op de automatische piloot en vergeet bijna dat dit ‘voor het echie’ is. Gelukkig werden we telefonisch ondersteund door de hulpdiensten en konden zij bevestigen dat we goed bezig waren.”

De mannen hebben samen gereanimeerd tot de hulpdiensten ter plaatse waren. De medewerker is ademend en met hartslag door de brandweer uit het pand gehaald en met een ambulance naar het ziekenhuis gebracht. De oorzaak bleek zijn aorta te zijn, die op knappen stond. De collega is geopereerd en inmiddels volledig hersteld.

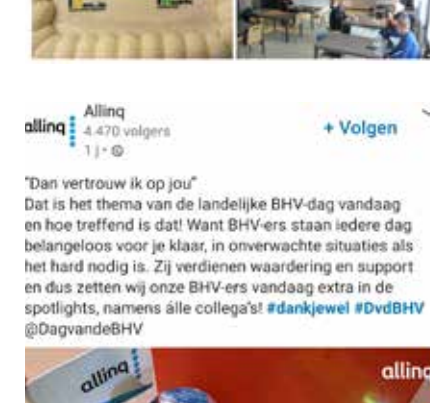
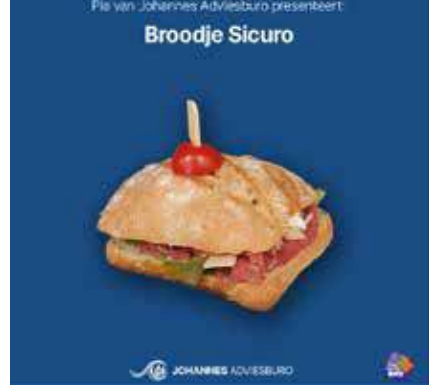
Emoties

Achteraf kwamen de emoties los, gelukkig vonden de BHV’ers steun bij elkaar. “Het was echt erop of eronder, hij zag helemaal blauw en we waren bang dat hij het niet zou redden” verteld Peter. “Het besef dat je bezig was met een mens van vlees en bloed, dat komt op dat moment pas. We hebben met het hele betrokken team alles goed doorgesproken en mensen die daar behoefte aan hadden konden vanuit PostNL hulp krijgen.” Walter vult aan: “dat het slachtoffer het heeft overleefd helpt ook bij het verwerken van de ervaring. Dat is de mooiste prijs! En binnenkort gaan we gewoon weer op herhalings training, gemotiveerder dan ooit. Deze ervaring nemen we mee, daar kunnen anderen ook weer van leren. En zonder de ervaringen die we in de trainingen hebben opgedaan, hadden we dit nooit zo kunnen doen.”



Wall of Fame

In deze wall of fame vind je een overzicht van een aantal initiatieven en activiteiten die deelnemende organisaties in 2020 online hebben gedeeld. **#dvdbhv #dagvandeabhv**



Tips & Inspiratie

Noteer maandag 7 november 2022 alvast in je agenda! Op www.dagvandeabhv.nl vertellen we meer over de Dag en geven we je alvast verschillende tips en adviezen om deze Dag tot een succes te maken.

Deel ook jullie activiteiten en gebruik daarbij de hashtag **#dvdbhv #dagvandeabhv**



ProRail stuurt aan op zelfredzaamheid



De Inktpot, hoofdkantoor ProRail in Utrecht



Waar bij het treinverkeer de gemiddelde Nederlander meteen NS roept, is ProRail als spoorwegbeheerder net zo met het vervoer per trein verweven. Zij zijn verantwoordelijk voor het onderhoud, de vernieuwing, de uitbreiding en de veiligheid van ons gehele spoorweganet. En dat zijn wel 7.000 kilometers aan spoor! Dat maakt ProRail na Rijkswaterstaat ook eigenaar van de meeste grond in Nederland.

ProRail

Dat het een grote organisatie is, blijkt wel uit de 40 vestigingen door het land met meer dan 4100 medewerkers. Naast de hoofdvestiging in Utrecht en regionale vestigingen, zijn er locaties waar verkeersleiding en incidentenbestrijding gehuisvest zijn en zijn er projectlocaties. Dat maakt bedrijfshulpverlening een complexe puzzel. De Locatiecoördinatoren van Human Facility Management beheren de locaties en organiseren samen met de hoofdgebruikers de BHV. Er zijn maar liefst 865 BHV'ers, waarvan iets meer dan de helft van verkeersleiding en incidentenbestrijding.

Corona en daarna

In coronatijd was – zoals in heel Nederland –

de boodschap: als je thuis kunt werken, kom je niet op kantoor. Daar heeft ProRail zich als organisatie op aan moeten passen door snel en adequaat om te schakelen naar digitaal werken. Thuiswerken en digitaal vergaderen was het coronanormaal. Bij hoge uitzondering kreeg kantoorpersoneel toestemming om op kantoor te werken. Het bleef dus belangrijk om de BHV-organisatie in stand te houden. Door medewerkers van tevoren in te laten schrijven en door een check terplekke, was bekend hoeveel mensen er op locatie aanwezig waren.

Voor een aantal functies is het echter noodzakelijk dit op locatie uit te voeren. Een verkeersleider kan het treinverkeer bijvoorbeeld

niet vanachter zijn bureau op zolder in goede banen leiden. En een incidentenbestrijder moet ook ter plekke zijn/haar taak uitvoeren. Op verkeersleidingsposten en locaties van de incidentbestrijders was de BHV dan ook tijdens deze periode goed geregeld, ondanks dat op deze locaties geen maatwerktraining verzorgd mocht worden vanwege de coronamaatregelen. Door gebruik te maken van e-learning werd de kennis en de vaardigheden van de BHV'ers op niveau gehouden en nu het weer kan, worden trainingen bij G4S gegeven. Vanaf 2022 worden de trainingen weer bij ProRail georganiseerd, omdat gebouwkennis een belangrijk onderdeel is van de trainingen.

Sinds het advies om thuis te werken is versoepeld en steeds meer collega's op kantoor aanwezig zijn, wordt gezorgd voor in ieder geval een minimale BHV-bezetting. Dit gebeurt voornamelijk via de inzet van de receptie en beveiliging.

Het nieuwe normaal heet hybride

Terug naar het oude kantoorwerken als standaard is bij ProRail niet meer aan de orde. Er

wordt gewerkt aan de invulling van hybride werken. Kantoorruimtes zijn aangepast naar verschillende soorten werk, met AV-middelen om het thuis- en kantoorwerk beter te kunnen combineren. Zo kunnen teams deels thuis en deels op kantoor werken. Echt hybride: teams kunnen volledig digitaal samenwerken, een groepje op kantoor en deels thuis inbelloend op scherm, of het gehele team op kantoor. ProRail laat medewerkers zelf, in overleg met het team, besluiten of ze thuis of op kantoor werken. Eigen verantwoordelijkheid en het belang van het werk en het team, is leidend.

“BHV blijft een doorlopend leerproces”

BHV inbedden in het hybride werken

Sjon van Steenberghe, Michiel de Bruijn, Prince de Kraaij, Frank van der Meer en Marian Krook houden zich vanuit de landelijke organisatie bezig met het project om BHV in te

bedden in het hybride werken. Een ingewikkelde zoektocht waarbij de hulp en ervaring van andere organisaties wordt ingeschakeld. De uitgangspunten voor ProRail zijn een aangepast beleid voor de BHV in relatie tot de nieuwe hybride werkomgeving, eventueel gebruikmakend van technische oplossingen. Daarnaast wordt ingezet op het optimaal inzetten van voorlichting aan niet-BHV'ers.

Marian vertelt: “Bij hybride werken is het een uitdaging te weten voor hoeveel mensen de BHV georganiseerd moet worden. De vraag is dagelijks of er voldoende BHV'ers zijn voor de aanwezige risico's.” Michiel vult aan: “In de afgelopen maanden was het opvallend, dat BHV'ers zelf met deze vraag naar de organisatie kwamen. De verantwoordelijkheid wordt daar echt gevoeld. De betrokkenheid is groot.”

Innovaties

Frank vertelt dat er ook over innovaties wordt nagedacht. Sinds eind van de zomer inventarisatie bij hoeveel mensen daadwerkelijk naar kantoor komen en hoeveel BHV'ers de portofoon ophalen en dus inzet-



baar zijn. ProRail denkt erover een BHV-app aan te schaffen, waarmee de beschikbaarheid van BHV'ers op de locatie veel beter inzichtelijk wordt.

Waar nu nog een rooster wordt gemaakt om voldoende BHV'ers in te plannen op het verwachte aantal medewerkers, wordt ook hier over innovatie gedacht. "Met de mogelijke inzet van sensoren kun je meten hoeveel aanwezigen in pand zijn, zodat je weet hoe groot de BHV-bezetting moet zijn om de responstijd te kunnen borgen."

Beide vernieuwingen geven management-informatie die ProRail voor de planning kan gebruiken. Er wordt overwogen om op dagen dat de bezetting laag is, delen van een kantoor te sluiten, zodat deze niet ontruimd hoeven te worden bij een incident.

Voorlichting aan niet-BHV'ers

Voorlichting geven aan niet-BHV'ers speelt een belangrijke rol. ProRail stuurt aan op de zelfredzaamheid van de medewerkers. De BHV-pagina op intranet krijgt binnenkort een update; de bewustwording rondom calamiteiten wordt met voorlichting ver-

der verbeterd. Sjon licht toe: "We nodigen medewerkers uit om als ze weer op kantoor komen, even een rondje te lopen in het pand. Waar zijn ook al weer de nooduitgangen en waar hangt de AED? Weet ik welk nummer ik moet bellen in geval van nood? In geval van een ontruiming vragen we collega's samen te werken met de BHV'ers. Hiermee wordt het besef van niet-BHV'ers en de bewustwording van het belang daarvan extra gestimuleerd: een BHV'er kan bij een calamiteit een beroep doen op een niet geschoolde collega en deze om hulp vragen."

Daarnaast wordt ingezet op het op niveau houden van de BHV-organisatie. Diegenen die niet thuis kunnen werken, wordt gevraagd om tot de BHV-organisatie toe te treden. Ook wordt in facilitaire aanbestedingstrajecten de aanwezigheid van BHV'ers opgenomen.

Wat vanaf 2022 ook weer wordt opgepakt, zijn de ontruimingsoefeningen! De toets om in de praktijk uit te zoeken waar de knelpunten zitten en wat verbeterd kan worden, blijft van groot belang. Zeker in de nieuwe situatie moet iedereen wennen; BHV blijft een doorlopend leerproces.



Marian Krook

Marian, wat geef je mee aan andere organisaties?

Zoek binnen een verzamelpand de samenwerking op met de andere gebruikers, zodat je er niet alleen voor staat. Kijk "met vreemde ogen" naar de risico's binnen je bedrijf:

- Check je nooduitgangen, die wellicht geblokkeerd zijn.
- Let op het plaatsen van spullen, waardoor je brandveiligheid op orde is.
- Vooral: zorg dat je voorlichting op orde is, zodat iedereen weet wat ze moeten doen.
- Kijk eens door de bril van een minder valide; hoe verlaat ik dan veilig het pand?

Wat kan jij voor je (BHV) collega's doen?

Stel, hè, stel.,

dat je toch een keer flauw valt, stekende pijn op de borst voelt, een vervelende val van de trap maakt? Of, dat je rook ruikt in de ruimte waar je werkt, of misschien zelfs wel vuur ziet?

Wist je dat je in dergelijke situaties kan rekenen op je BHV-collega's? Zij komen in actie als jou iets overkomt! Bedrijfshulpverleners hebben geleerd hoe ze moeten handelen in de essentiële eerste minuten totdat de professionele hulpverlening arriveert. Zij zijn degenen die naast de theorie, minstens zo belangrijk, in de praktijk hebben geoefend en dit regelmatig herhalen. Dit doen zij niet voor zichzelf, maar juist voor de ander!

Wat kan jij voor je (BHV) collega doen? Zorg dat je het antwoord weet op de volgende vragen:

- ✚ Weet je wie de BHV'er(s) is/zijn?
- ✚ Weet je welk nummer je moet bellen in geval van een calamiteit?
- ✚ Weet en kén je jouw vluchtweg in geval van brand en ontruimen? (Let op! Vaak een heel andere dan waar je 's ochtends binnenkomt)
- ✚ Weet je waar de verzamelplaats is?
- ✚ Weet je bij wie je een gevaarlijke situatie meldt? Denk bijv. aan een blokkade bij een vluchtweg, of defecte noodverlichting.

Goed voorbereid zorgen we samen voor de veiligheid op de werkvloer.



Zet jij je ook graag in voor de veiligheid van de ander en spreekt een rol als BHV'er je aan? Maak dit kenbaar bij HR of je BHV-collega!



Bekijk en download het speciale leaflet uit de toolkit via www.dagvandebehv.nl



Partners Dag van de BHV



ProRail

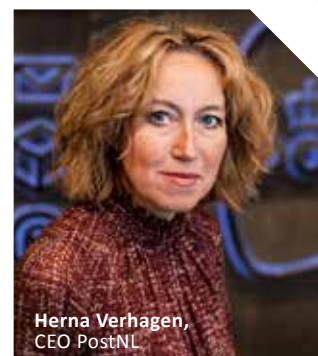
“Als Partner van Dag van de BHV pakken wij onze maatschappelijke rol om een voorbeeld te zijn voor alle andere bedrijven in Nederland.”

“Bij ProRail staat veiligheid altijd op 1. Een trein over het spoornetwerk van ProRail is in Nederland de meest veilige manier om van A naar B te komen. Daar werken we met meer dan 4.100 medewerkers, die door het hele land verspreid zitten, iedere dag keihard aan. ProRail vindt het een plicht om haar eigen medewerkers ook in een veilige omgeving te laten werken. Omdat bij calamiteiten juist de eerste seconden van levensbelang kunnen zijn, zorgen we ervoor dat onze medewerkers ook in die eerste seconden van de juiste zorg kunnen worden voorzien. Als partner van de Dag van de BHV pakken wij onze maatschappelijke rol om een voorbeeld te zijn voor alle andere bedrijven in Nederland. Hiermee hopen we ook dat BHV'ers de waardering krijgen die ze verdienen”.



Peter Spaan,
Unitmanager
Veiligheid & beveiliging FB

“RDW ondersteunt de Dag van de BHV van harte. Er kan nooit genoeg aandacht zijn voor de veiligheid van mensen-medewerkers enerzijds en de veelal belangeloze inzet van de BHV'ers anderzijds. Door dit op deze wijze onder de aandacht te brengen, zal het besef dat het ieders verantwoordelijkheid is in deze geest te handelen en de meerwaarde groeien”.



Herna Verhagen,
CEO PostNL

“PostNL is een van de grootste werkgevers van Nederland. Zonder al onze collega's is er geen PostNL: zij maken ons bedrijf tot een succes. Daarom zorgen we voor een aantrekkelijke en veilige werkomgeving. De inzet van onze BHV'ers helpt daarbij. De functie van BHV'er is vrij onzichtbaar maar ontzettend belangrijk voor de veiligheid van het bedrijf. PostNL werkt daarom graag mee aan het landelijke initiatief om BHV'ers in het zonnetje te zetten”.



Sylvester Bennema,
Directeur Crisicom

“BHV'ers zijn mensen met een verantwoordelijkheidsgevoel voor veiligheid”

“Sinds 2007 richt Crisicom zich op het begeleiden van organisaties bij het inrichten en in stand houden van de BHV-organisatie. Het opleiden, trainen en oefenen moet daarbij leiden tot een competente bedrijfshulpverlener. Iemand die weet wat er tijdens een calamiteit moet gebeuren en dit ook zonder nadenken doet. Met zelfvertrouwen optreedt, zeker is van zijn vaardigheden en handelingen. Maar zijn wij ons daar wel voldoende van bewust? Wat verwachten wij van de BHV'er bij een calamiteit? Het is tenslotte niet zomaar iets waar een BHV'er voor kan komen te staan. Vooral dit signaal, die bewustwording, willen we uitdragen naar niet alleen de naaste collega's van de BHV'er, maar ook naar alle beleidsmakers en besluitvormers. U ondersteunt hiermee uw BHV'er en diezelfde BHV'er doet het uiteindelijk voor u. Bedrijfshulpverlening, of breder, een veilige en gezonde werkplek, is wat je samen doet, is iets dat ons allemaal aangaat en waar we ons allen bewust van moeten zijn.

Daarom heeft Crisicom inmiddels 10 jaar geleden het initiatief genomen voor Dag van de BHV. Een jaarlijks terugkerende campagne op de eerste maandag van november.

De gevolgen van Covid-19 met betrekking tot BHV-organisaties worden steeds duidelijker. Nieuwe uitdagingen rondom het hybride werken, vragen om nieuwe inzichten, advies en ondersteuning bij het aanpassen van de BHV-organisatie. Het competent houden van de BHV'ers en veilig hulp kunnen verlenen vraagt betrokkenheid met én ondersteuning van de BHV-organisatie. Hier ligt de toegevoegde waarde die niet alleen wij als Crisicom maar ook al onze collega's kunnen bieden. **Doet u ook dit jaar weer met ons mee?**”

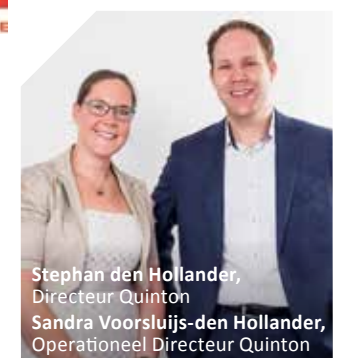


Henk van Essen
Korpschef Politie

“De nabijheid, alertheid en professionaliteit van BHV'ers, kan het verschil betekenen tussen leven en dood”

“Quinton is al 25 jaar actief in het opleiden van Bedrijfshulpverleners. Bedrijfshulpverleners zijn niet meer weg te denken binnen welk bedrijf dan ook. In de Arboret staat dat bedrijven verplicht zijn om doeltreffende maatregelen te nemen op het gebied van Bedrijfshulpverlening. Iedere werkgever moet voorbereid zijn op ongevallen, brand en ontruiming in het bedrijf. De werkgever wijst een of meerdere werknemers aan die de rol van Bedrijfshulpverlener vervullen. Vaak realiseren we niet wie de Bedrijfshulpverleners zijn en welke taken zij uitvoeren.

Bedrijfshulpverleners zijn medewerkers die naast hun dagelijkse werkzaamheden ook nog eens als Bedrijfshulpverlener optreden tijdens een calamiteit. Zij doen dit voor hun collega's maar ook voor alle bezoekers binnen het bedrijf. Zonder de bedrijfshulpverleners is de Bedrijfshulpverlening (BHV) organisatie niet compleet en mogen zij dus zeker onder de aandacht gebracht worden. Door middel van de Dag van de BHV kunnen we met elkaar, alle bedrijfshulpverleners in het land, in het zonnetje zetten en onze waardering en respect uitspreken”.



Stephan den Hollander,
Directeur Quinton
Sandra Voorstuijs-den Hollander,
Operationeel Directeur Quinton

Ankie Westra,
Bedrijfsvoeringspecialist | Specialist (Hoofd)
Bedrijfshulpverlening Eenheid Den Haag/Staf
KL Politie

“Je kunt als BHV’er met je generieke kennis altijd wel wat doen.”

We spreken met Ankie Westra, waar het blauwe bloed door de aderen stroomt. Ankies vader werkte bij de Politie en zij is als 19-jarige bij de meldkamer van de politie gaan werken. Inmiddels heeft ze diverse kanten van deze organisatie gezien. Ankie vertelt: “Ik werkte destijds in het gebouw waar op eerste kerstdag 1987 brand uitbrak in het arrestantencomplex. Hierbij zijn 2 brandweermannen en een arrestant omgekomen. Dat heeft zoveel indruk gemaakt!” Deze gebeurtenis is voor het politiekorps Haaglanden de aanleiding geweest om een professionele BHV organisatie op te zetten en voor Ankie om met haar belangstelling voor BHV hieraan een bijdrage te leveren.



Speciale oorkonde

Als waardering voor haar betrokkenheid en inzet heeft Ankie in 2019 een speciale oorkonde gekregen van Stichting Dag van de BVH. Op dat moment waren Partners van Dag van de BHV uitgesloten van deelname aan de verkiezing ‘BHV’er van het Jaar’.



De korpsleiding Haaglanden gaf Ankie destijds de opdracht om voor het korps een BHV organisatie op te zetten. Na de transitie van de 24 korpsen naar één Nationale Politie is gestart met een landelijke BHV uitvoeringsregeling.

Het BHV-beleid is in 2019 uitgerold, om overall aandacht voor veiligheid en BHV te kunnen waarborgen. Natuurlijk is hierbij uniformiteit belangrijk, maar maatwerk is wel vereist! Op basis van locatie-eigenschappen en de functie van de panden worden procedures afgestemd. Maar ook regionaal is er verschil in aanpak. Waar in Den Haag regelmatig demonstraties zijn, spelen elders weer andere specifieke zaken. Ankie ziet een uitdaging in deze diversiteit. Ze houdt zich met diverse BHV thema’s bezig en vindt het leuk om verbinding te zoeken tussen de afdelingen en processen, om te zorgen dat alles goed verloopt. Inmiddels levert VGW (Veilig, Gezond Werken) specialisten BHV aan alle eenheden binnen de Nationale Politie en werken deze als team samen.

Preventie

Afstemming en verbinding zoeken is duidelijk een grote kracht van Ankie. “Preventie is voor ons als organisatie een tweede natuur. Je denkt van te voren goed na over wat de mogelijke risico’s zijn en speelt daarop in. Je bereidt je voor op dergelijke scenario’s en probeert dat te voorkomen. Als er dan toch iets gebeurt, dan weet je ook beter wat je moet doen. Natuurlijk zoek je daar

de verbinding met andere afdelingen. Je wilt het vooraf goed regelen!” In overleg met de projectgroep Fysieke integrale beveiliging, waar beveiligingsplannen worden opgesteld, zorgt Ankie er voor dat de samenwerking met BHV gewaarborgd wordt.

BHV en de professionele hulpdienst: hoe werkt dat?

Binnen de politieorganisatie zijn er locaties waar alleen niet-executief personeel werkt, locaties waar alleen executieve collega’s werken en uiteraard ook combinatie tussen collega’s in uniform en de het zogenoemde burgerpersoneel. In alle situaties zorgen we voor een goede balans in het BHV team. We vertrouwen er allemaal op dat bij de politie het ‘in het bloed zit’ om handelend op te treden. Hoe zit dat bij het niet-executieve/ burgerpersoneel? Ankie vertelt dat de cultuur en saamhorigheid tussen de collega’s een positieve invloed hebben op de bereidheid om ook BHV’er te worden.

“Er zijn veel BHV’ers, die het heel fijn vinden om ook in het publieke domein iets te kunnen betekenen. De meesten hebben zich opgegeven voor de app van HartslagNu.nl zodat ze opgeroepen kunnen worden voor een reanimatie. De grootste motivatie ligt in het gevoel van veiligheid: veiligheid voor je collega’s kunnen bieden en weten wat je moet doen als er iets aan de hand is.”

“Mijn drijfveer is om aandacht te blijven houden voor de veiligheid van de eigen collega’s. Ik merk dat collega’s bij hun handelend optreden vaak vergeten om ook de eigen veiligheid te waarborgen.”

Waardering

Ankie is trots op de BHV’ers van de politie en dat straalt de organisatie ook uit. Op de Dag van de BHV krijgen alle BHV’ers een bedankbrief van de Korpschef Henk van Essen en een presentje als dank voor hun inspanning. Dit jaar krijgen alle BHV’ers een rookmelder, met het oog op de verplichting die er komt om een rookmelder in huis te hebben. Op de Dag organiseren de locatie coördinatoren BHV een koffiemoment, kantoorverkenning of oefening om op de Dag van de BHV aandacht voor BHV te vragen. Er wordt volop gebruik gemaakt van het promotiemateriaal: de posters worden per locatie opgehangen en dit jaar worden ook de bedankkaartjes verspreid. De politie is niet voor niets een trouwe Partner van ‘Dag van de BHV’!

BHV... mijn lust en mijn leven?!

In Nederland dragen circa 500.000 bedrijfshulpverleners zorg voor de veiligheid en gezondheid op de werkvloer. Waar BHV soms als lastig en verplicht nummer wordt gezien belichten we graag de andere kant. Zoals cabaretier Herman Finkers ooit zong 'EHBO is mijn lust en mijn leven'. Hoe zit dat in de praktijk, wat drijft men om zich in te zetten als EHBO'er of BHV'er? Om daar een goed beeld te krijgen van te krijgen hebben we bedrijfshulpverleners door het hele land om hun persoonlijke motivatie, tips en adviezen gevraagd.

"Ik ben ruim 25 jaar BHV'er in hart en nieren. Heb veel incidenten meegemaakt... van gaslek tot branden, van pleister plakken tot reanimaties. Wat voor incident dan ook, het geeft een goed gevoel iets voor een ander te kunnen doen. Inmiddels probeer ik als instructeur mijn ervaring en enthousiasme over te brengen op nieuwe BHV'ers. Want... bedrijfshulpverleners zijn zo belangrijk!" Wim-Frank Kolk

"Het brengt een zelfverzekerd gevoel om mensen écht te kunnen helpen. Je vaardigheden in kunnen zetten op het moment dat dit nodig is voelt fijn."

"Hoe fijn is het dan dat je weet dat je niet zuinig moet zijn met het geven van de klappen op de rug, omdat je daarmee hebt geoefend! En ook bij het scooterongeluk dat ik zag gebeuren. Daar weet ik dan hoe je een veilige omgeving moet creëren en iemand rustig in een stabiele zijligging moet laten liggen. Weten wat je moet doen, maar ook: wat je niet moet doen totdat de hulpverleners er zijn."

"Ik doe het vooral omdat ik het leuk vind, dus het is geen opgave. Ik wil het liefst alles dichtgetimmerd hebben, maar ik weet ook dat dit niet kan. Dus wil ik ervoor zorgen dat alles zo goed mogelijk geregeld is. Ik zet mijn contacten en mijn kennis in om voor elkaar te krijgen dat iedereen zo veilig mogelijk is. Het commitment voor elkaar, voor elkaar willen zorgen, dáár wil ik aan bijdragen. Elkaar vinden in de samenwerking."

"Ik vind het fijn dat ik weet wat ik moet doen, dat ik door de training niet in paniek raak. Ik kan daardoor rustig blijven en handelingsgericht, ook als iemand wegvalt. De erkenning en dank van mensen is heel fijn. Wel is het soms lastig om vertrouwen te hebben, omdat je relatief weinig oefent. Het kan altijd beter!"
Murat – 10 jaar ervaring als BHV'er



"Besef dat een noodsituatie zich altijd en overal kan voordoen: dan wil je er op voorbereid zijn en dan wil je mensen hebben, die weten hoe te handelen. Het trainen van de vaardigheden en het oefenen geeft zoveel meer zekerheid."

"Ik doe het vooral omdat ik het leuk vind, dus het is geen opgave. Ik wil het liefst alles dichtgetimmerd hebben, maar ik weet ook dat dit niet kan. Dus wil ik ervoor zorgen dat alles zo goed mogelijk geregeld is. Ik zet mijn contacten en mijn kennis in om voor elkaar te krijgen dat iedereen zo veilig mogelijk is. Het commitment voor elkaar, voor elkaar willen zorgen, dáár wil ik aan bijdragen. Elkaar vinden in de samenwerking."

"Ik vind EHBO het belangrijkste, het verzorgende zit echt in me. Ik vind het mooi dit voor een ander te kunnen doen. Ervaringen en trainingen helpen, hoe vaker je iets hebt gedaan, hoe makkelijker het gaat. Al blijft nabespreken met z'n allen altijd belangrijk." Annie - 25 jaar ervaring als EHBO'er

"Als iemand het fijn vindt om iemand te helpen, dan is een rol als BHV'er echt wat voor je. Je wil als organisatie ook kunnen rekenen op medewerkers die kunnen ingrijpen. Vaak is het onwetendheid en onzekerheid, die verdwijnt na een cursus."

"Ik leef nog dankzij de hulp van een BHV'er..."

"Ik vind het zo fijn dat je – als er iets gebeurt, een brand, iemand wordt onwel of een ongeluk – dat je dan ook echt handelend kan optreden. Je kunt als BHV'er met je generieke kennis altijd wel wat doen. Je staat niet met je mond vol tanden en met je handen in de lucht: je weet wat je moet doen. En het is heel handig voor thuis: als er iets gebeurt met je kind of je moeder of je man. Dat je dan weet wat je moet doen, dat heeft echt meerwaarde! Je hebt de tools en de handvatten om hulp te bieden."

"Het geeft zelfvertrouwen dat je weet dat je kunt handelen als er iets gebeurt. Je raakt er niet van in paniek als er om je heen iets gebeurt. Dat is niet alleen in de werkomgeving, maar ook in de thuissituatie en in het publieke domein. Je weet dat je de skills hebt om in te schatten wat er moet gebeuren. De jaarlijkse herhaling van de training is heel geruststellend; er zijn altijd nieuwe dingen te leren, soms zijn er nieuwe tools of nieuwe inzichten, die je verrassen en die je meeneemt." Marian

"Kijk eens door de ogen van een hulpverlener".

"Bij kleine ongelukjes hulp verlenen. Geeft mij voldoening om te weten dat ik iemand kan helpen."

"Dat je per direct behulpzaam bent. Overal iets vanaf weet. Het blijft interessant voor jezelf en de omgeving. Zeker bij calamiteiten."

"Je moet ook zorg hebben voor de BHV'er zelf: sommigen zijn bang van bloed of zijn bang om te reanimeren. Maar er zijn zoveel taken als BHV'er! Je zoekt voor de verzamelplaats coördinator een heel ander type als voor degene die het voortouw neemt bij een reanimatie. Je hebt ze allebei nodig. Elk persoon heeft iets om bij te dragen."



TOP 3 BROODJES BHV

IN DE AFGELOPEN JAREN BEDACHTEN CREATIEVE CHEFS HÚN RECEPT VOOR HET BROODJE BHV, DAT OP DE 1E MAANDAG VAN NOVEMBER TIJDENS DE "DAG VAN DE BHV" DE LUNCH WERD VAN DUÍZENDEN MEDEWERKERS IN HEEL NEDERLAND. TER ERE VAN HET 10-JARIG JUBILEUM DELEN WE DE TOP 3 VAN DEZE RECEPTEN... VOLKOREN, VEELKOREN... UITVERKOREN!



1. ONTRUIMINGSPUNT-JE - 2020

Ingrediënten

- Focaccia (kan evt. vervangen worden door triangel broodje)
- Creamy pesto rosso sauce (Hellman's)
- Handje rucola
- Flinterdunne salami plakjes, ca. 50 gr
- Grove flakes Parmezaanse kaas
- 6 kerstomaatjes in plakjes gesneden (+ een halve voor bovenop)
- 4 seizoenen peper

Ontruimingspunt-je vegetarisch

- vervang de salami voor Quorn vegetarische pepperoni

Ontruimingspunt-je vis

- vervang de salami voor stukjes tonijn op water (uit laten lekken)

Bereidingswijze:

Bak de focaccia desgewenst af en snij de focaccia open. Smeer beide helften in met creamy pesto rosso sauce. Beleg een helft met rucola. Strooi de helft van de kaas flakes er over en sprenkel er nog wat saus op. Verdeel de helft van de salami en de kleine plakjes tomaat er over en bestrooi dat met versgemalen 4-seizoenen peper. Herhaal dit nog eens met kaas flakes, salami, tomaatjes en een beetje peper. Leg de andere helft op de focaccia. Garneer met een beetje rucola en spies een feestelijke prikker met een half tomaatje in de punt.

XINDAO®

Ingrediënten

- 4 sneetjes bruin brood
- Yoghurtmayo
- Peper en zout naar smaak
- Lange saté- of bamboeprikkers

Driedekker 1

- 2 Plakjes pastrami*
- Honingzuurkool

Driedekker 2

- 2 plakjes (boerderij)kaas
- 4 plakjes tomaat

Driedekker 3

- Scharrel ei in plakjes
- Mesclun sla

*Vega; Vervang de pastrami/honingzuurkool door plakjes seitan.

Bereidingswijze:

Besmeer de sneetjes licht met de yoghurt-mayo. Beleg de sneetjes afzonderlijk met de pastrami/honingzuurkool, met de kaas en tomaat en met het ei en wat ijsbergsla. Voor de visliefhebber kan je aan het ei en de ijsbergsla nog wat losgemaakte tonijn toevoegen.

Aan elkaar rijgen aan een lange pin et voilà: de Dag van de BHV Driedekker. Uiteraard kan je ze ook apart serveren of ook nog een keer overdwars doorsnijden.



2. DRIEDEKKER - 2019

Ingrediënten

- Waldkorn carré (of een ander lekker hard broodje)
- Sla naar keuze
- Roomkaas
- Mierikswortel
- Runderrookvlees ("ook erg lekker met pastrami!")
- Amsterdamse uitjes

Voor de visliefhebber: vervang het runderrookvlees of de pastrami door gemarineerde gamba's (met French herb marinade) of door gerookte makreel. De Amsterdamse uitjes door wakamé en sesamzaadjes.

Voor de vega: vervang de vis door in ketjap gemarineerde tofu.

Bereidingswijze:

- Broodje naar keuze
- Onderste deel met roomkaas besmeren
- Slasoort naar keuze erop
- Plakjes (dun gesneden) runderrookvlees
- Mierikswortel, hoeveelheid naar smaak (pas op, scherpe smaak!)
- Garneren met gehalveerde Amsterdamse uitjes.

eet smakelijk

3. MISSISSIPPI - 2017

'BHV'er van het Jaar' 2020

De vakjury heeft zich ook in 2020 weer een keuze gemaakt uit alle unieke en prachtige nominaties, die geheel geanonimiseerd bij hen waren aangeleverd. Zij kenden onafhankelijk van elkaar punten toe aan de nominaties, die resulteerden in een winnaar met stip: Rob de Ruijter!



Als de cijfers zijn verwerkt, zien we een prachtige Top 5, met een winnaar die in punten heel stevig bovenaan staat. Er is geen twijfel mogelijk: Rob de Ruijter, makelaar en bedrijfshulpverlener bij Ymere in Amsterdam mag zich 'BHV'er van het Jaar 2020' noemen.

Rob de Ruijter BHV'er van het Jaar

Rob de Ruijter, werkzaam als bedrijfsmake-laar bij Ymere, is verkozen tot BHV'er van het Jaar 2020. Hij redde onder werktijd het leven van twee mensen: zo viste hij met collega's een dame en haar hondje uit het IJ en reanimeerde met succes een fietser na een hartstilstand.

"Ik doe gewoon waarvoor we zijn getraind."

Voorbeeld voor anderen

Voorzitter Ton Baas van de Stichting Dag van de BHV mocht met inachtneming van

alle coronamaatregelen toch persoonlijk de prijs uitdelen. De jury was unaniem in haar oordeel. "Rob heeft zeer alert gereageerd bij meerdere incidenten op straat. Niet alleen binnen, maar ook buiten het bedrijf heeft hij zijn kennis, vaardigheden gebruikt die veel verschil maken", citeert Baas het juryrapport. "Rob is een voorbeeld voor anderen. Door zijn alertheid, nabijheid en professionaliteit zet hij alle BHV'ers in de schijnwerpers. Op Rob kun je vertrouwen. Daarom is Rob de Ruijter de BHV'er van het Jaar."

Met een speciale videoboodschap sprak de ambassadeur van Dag van de BHV de winnaar toe. "Jij hebt laten zien dat je als BHV'er het verschil maakt!", zei Henk van Essen, korpschef van de Nationale Politie. "De samenwerking kan op je bouwen. De titel BHV'er van het jaar heb je meer dan verdiend!"

Veilig gevoel

Onder het trotse toezien oog van zijn echtgenote nam Rob naast de bossen bloemen, een mooie glazen wisseltrofee, oorkonde, en fraaie geldprijs in ontvangst nemen. Dory Louwerens, Ymere-directeur verhuur en wonen, is supertrots op superman Rob. "Sommige mensen bevriezen van vluchten. Rob komt in actie. Iedereen wil graag een held zijn, jij bent er één. Je hebt 2 levens gered. En daarmee geef je ons allemaal een heel veilig gevoel. Dank je wel."

Brandwonden Ziekenhuis

De cheque van € 1.000,- voor het goede doel was voor het Brandwonden Ziekenhuis in Beverwijk waar Rob een deel van zijn opleiding heeft gedaan. Zijn betrokkenheid begon al 20 jaar geleden, toen hij als 19-jarige als stagiair bij de technische dienst van het RKZ begon. Hij herinnert zich een geweldige tijd, waarin hij voor reparaties het hele ziekenhuis

bezoekt. "Ik heb daardoor alle afdelingen en complexen gezien en dat vond ik indrukwekkend. Vooral de (kinderafdeling van) het brandwondencentrum en destijds de oude zusterflat die werd gebruikt als logeeradres voor ouders, hebben indruk gemaakt. Hoe ze daar naast de goede zorg, die kids ook mooie afleiding geven tijdens hun verblijf, vond ik erg mooi. Ik ben er best vaak langs gelopen, ook zonder werkbond. Als stagiair mag je ook gezellig met die ukken kletsen en dat heb ik dan ook best veel gedaan. Ondanks dat het lang geleden is en er veel veranderd is, geloof ik dat ze nog steeds de prachtige zorg verlenen en ik hoop dat de bijdrage vanuit De dag van de BHV iets bijdraagt om nog iets extra's te kunnen doen voor de kinderen. Dat zou mooi zijn."



Rob de Ruijter liet weten dat hij heel veel aandacht heeft gekregen. "Het zijn zo veel lieve berichten en je ziet echt dat (vooral) collega's het heel leuk vinden om dit positieve nieuws te lezen. Ook was veel aandacht voor BHV en hulpverlening in het algemeen en dat is goed. Het belang van enige opleiding voor het verlenen van hulp staat weer extra in de aandacht en zet mensen aan het denken."

Wij steunen Dag van de BHV, u ook?



www.dagvandebehv.nl

TIP: NOTEER ALVAST IN
JE AGENDA. MAANDAG
7 NOVEMBER 2022 -
DAG VAN DE BHV

Initiator:



Partners:



POLITIE

ProRail



RDW

QUINTON

