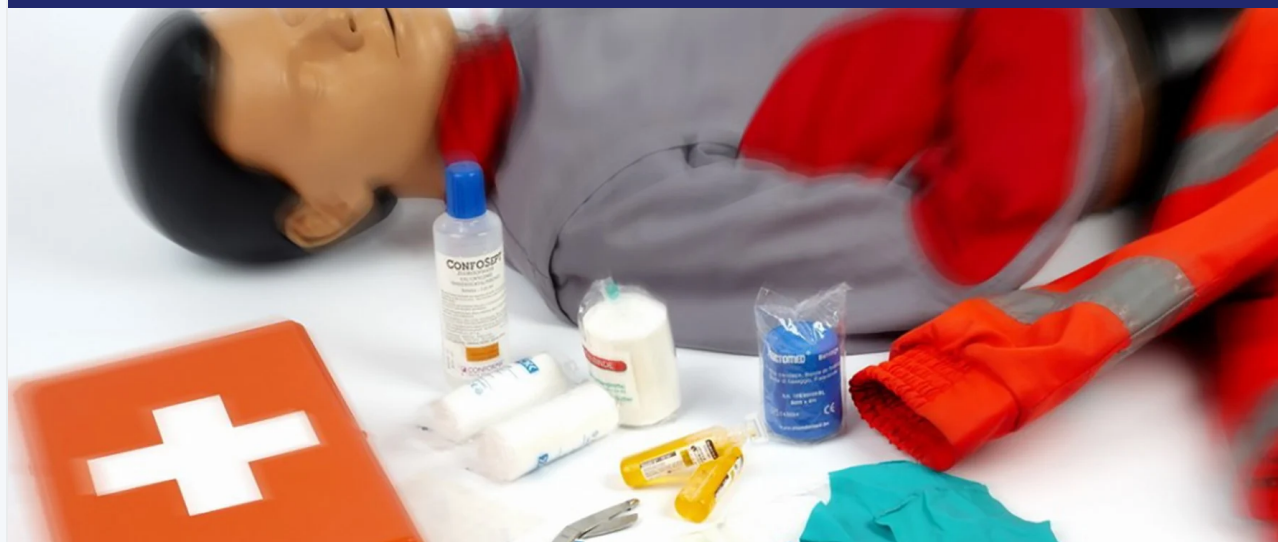


[Contact opnemen](#)

🔥 Thema van de maand: Burgerhulpverlening, omdat elke seconde telt 🔥

Deze maand delen we graag informatie over burgerhulpverlening, een onderwerp dat letterlijk levens kan redden. Sinds 2017 is EHBO Heemstede trotse partner van HartslagNu en zetten wij ons samen met de Gemeente Heemstede actief in om onze gemeente hartveiliger te maken. In dit themanummer nemen we je mee in de wereld van burgerhulpverlening: hoe het werkt, waarom het zo belangrijk is en hoe jij zelf ook het verschil kunt maken tussen leven en dood. Want geloof ons... burgerhulpverleners zijn helden in stilte, zij zijn de eerste schakel in de keten van overleven.

Lees mee. Leer bij. En wie weet... red jij ooit iemands leven. 💕

[Aanmelden als Burgerhulpverlener](#)



Wat is burgerhulpverlening precies?

Goede vraag!

Een onmisbare schakel in de keten van overleven. Stel je eens voor: iemand in jouw straat zakt plotseling in elkaar. Een hartstilstand. Geen tijd te verliezen. Maar de ambulance is er nog niet. Wat gebeurt er dan? Dan komt burgerhulpverlening in beeld. Burgerhulpverleners zijn gewone mensen zoals jij en ik uit de buurt die zich hebben aangemeld bij HartslagNu. Op het moment dat iemand in hun omgeving een hartstilstand krijgt, ontvangen zij een melding op hun telefoon. Soms worden ze gevraagd om direct naar het slachtoffer te gaan. Soms eerst om een AED op te halen. In beide gevallen zijn zij vaak als eerste ter plaatse en kunnen ze beginnen met reanimeren nog vóórdat de ambulance arriveert. En juist die eerste minuten maken het verschil tussen leven en dood. Want hoe sneller iemand begint met

reanimatie, hoe groter de overlevingskans. Zonder hulp daalt die kans met elke minuut. Maar met de inzet van burgerhulpverleners stijgt de overlevingskans van zo'n vijf procent naar ruim een kwart. Dat is niet zomaar een verschil. Dat is een leven dat wordt gered. Want reanimeren, dat doe je niet alleen. Dat doen we samen. Sinds de tijd (2017) dat EHBO Heemstede aangesloten is bij HartslagNu hebben we al veel mensen opgeleid tot burgerhulpverlener. Wil jij hier bij aansluiten? Klik op onderstaande link voor meer informatie over burgerhulpverlening.

Meer informatie over burgerhulpverlening



Waarom elke seconde telt bij een hartstilstand

Snelle actie kan echt het verschil maken

Een hartstilstand gebeurt vaak uit het niets. Iemand zakt in elkaar, ademt niet meer en reageert nergens op. Vanaf dat moment telt

elke seconde. Zonder zuurstof raken de hersenen al na een paar minuten beschadigd.

En dat gaat sneller dan je denkt. Na vier tot zes minuten zonder hulp is de kans op herstel minimaal. De ambulance is dan vaak nog onderweg, gemiddeld duurt het acht tot tien minuten voordat die ter plaatse is.

Daarom is de inzet van burgerhulpverleners zo belangrijk.

Zodra 112 wordt gebeld en de meldkamer vermoedt dat het om een hartstilstand gaat, wordt het netwerk van HartslagNu geactiveerd.

Vrijwilligers in de buurt krijgen direct een oproep en gaan in actie. Vaak zijn zij er eerder dan de ambulance.

Door meteen te starten met reanimatie en tevens een AED te gebruiken helpen zij om het hart en de hersenen van het slachtoffer in leven te houden tot de professionals het overnemen.

Dat kan het verschil maken tussen leven en overlijden.

Wist je dat de overlevingskans kan oplopen tot wel 70 procent als binnen zes minuten gestart wordt met reanimatie én een AED wordt ingezet?

En dat de meeste hartstilstanden gewoon thuis of in de straat gebeuren?

Jij kunt dus écht het verschil maken – gewoon in je eigen buurt.

 *Bron: Radboudumc, Ambulancezorg Nederland, Hartstichting, PubMed (Koster et al. 2017)*

Meld je aan als burgerhulpverlener

Zo werkt een alarmering via HartslagNu

Wanneer elke seconde telt, maakt het systeem van **HartslagNu** het verschil. Als iemand in Heemstede (of elke andere gemeente) 112 belt voor een mogelijke hartstilstand, wordt niet alleen een ambulance op pad gestuurd, maar *tegelijkertijd* ook een signaal naar beschikbare burgerhulpverleners in de buurt.

Dat gaat razendsnel:

 **Stap 1** – 112 ontvangt een melding van een mogelijke hartstilstand. De centralist beoordeelt de situatie.

 **Stap 2** – Binnen enkele seconden krijgen alle beschikbare burgerhulpverleners in een straal van circa 1000 meter via de

HartslagNu-app of SMS een melding.

 **Stap 3** – De helft wordt gevraagd om direct naar het slachtoffer te gaan en te starten met reanimatie.

 **Stap 4** – De andere helft haalt onderweg een AED op, op basis van realtime locatie-informatie uit het systeem.

 **Stap 5** – De burgerhulpverleners zijn vaak al binnen 3 tot 4 minuten ter plaatse en starten met levensreddende hulp, *voordat de ambulance arriveert*.

Elke minuut telt bij een hartstilstand. . Dankzij HartslagNu is hulp snel ter plaatse en neemt de overlevingskans significant toe.

In Heemstede zijn inmiddels ruim 390 burgerhulpverleners actief. Samen vormen zij een onmisbare schakel tussen leven en dood. Wij zijn bijzonder trots op dit mooie aantal burgerhulpverleners, wat inmiddels 1.4% is van de Heemsteedse bevolking. Met onze ambitie dit te verhogen naar 2% kunnen we nog zeker 166 extra burgerhulpverleners gebruiken.

Nog geen burgerhulpverlener? MAAK NU HET VERSCHIL en geef je snel op!



Avondvierdaagse De Ark: lopen, lachen en gezond bewegen

Van 24 tot en met 27 juni liepen de leerlingen van basisschool De Ark in Heemstede vol enthousiasme mee met de jaarlijkse avondvierdaagse. Vier avonden lang legden meer dan 160 kinderen, samen met ouders en begeleiders, dagelijks vijf kilometer af. Onderweg was het vooral gezellig, met veel geklets, lol en mooie routes.

EHBO Heemstede liep uiteraard mee voor de veiligheid. Gelukkig bleef het bij een paar pleisters en geen grote incidenten. Maar ook bij zo'n vrolijk evenement is het fijn om te weten dat er mensen klaarstaan die weten wat ze moeten doen als er iets gebeurt.

En dat is precies waar het deze maand om draait: burgerhulpverlening. Want of je nu een EHBO'er bent tijdens een schoolactiviteit, of als burgerhulpverlener via HartslagNu in actie komt bij een noodsituatie, het draait allemaal om snel kunnen handelen en er zijn voor een ander, op het moment dat het echt nodig is.

Tijdens de avondvierdaagse ging het gelukkig vooral om lopen en lachen. Maar het idee dat er altijd iemand in de buurt is die weet wat te doen als het misgaat, geeft net dat beetje extra rust.

Ook dat hoort bij zorgen voor elkaar.

Meld je aan als burgerhulpverlener



Veelgestelde vragen

Ik heb een EHBO-diploma, of een BHV- of reanimatiecertificaat. Heeft het zin om mij aan te melden als burgerhulpverlener?

+

Zeker weten. Als je kunt reanimeren en weet hoe je een AED gebruikt, ben je van grote waarde als burgerhulpverlener. Je kennis en ervaring kunnen het verschil maken in die eerste cruciale minuten na een hartstilstand. Via HartslagNu kun je je eenvoudig aanmelden. Bij een noodsituatie in jouw buurt ontvang je dan een oproep op je telefoon. Je hoeft geen professional te zijn — juist mensen zoals jij, die snel kunnen handelen en weten wat ze doen, zijn onmisbaar. Dus ja, als je een geldig certificaat hebt, is het absoluut zinvol om je aan te sluiten. Zo help je mee aan een netwerk dat letterlijk levens redt.

EHBO Heemstede

Haringvlietplantsoen 12,
2105ZD Heemstede

Je ontvangt deze e-mail omdat je je hebt aangemeld op onze website.

[Uitschrijven](#)

