

## Cursus “Basale Reanimatie” en “Gebruik AED”

door Jan Huisman

Op zaterdag 26 november, voor mijn doen vroeg in de morgen, togen echtgenote Annelies en ik naar De Engelenbak, waar “gecertificeerd instructeur” Mieke Roeters van den Berg op ons wachtte met alle cursusmaterialen, waaronder vier oefenpoppen. Het leek wel of er in de Engelenbak een naar ongeluk met gas of zo gebeurd was. Of iets gewelddadigs met een trein, want die poppen hadden geen benen meer... En dat allemaal op de vroege morgen.

Na afhandeling van de formaliteiten door Cor Maes ging de cursus van start. Er was veel te doen, we wisten nog niet wat allemaal, maar het zou blijken dat we die vier uur echt nodig hadden.

Rustig en systematisch werden ons de stappen uitgelegd van de te volgen procedure in het geval dat iemand een acute hart- of circulatetestilstand krijgt. Een serieus onderwerp, daar waren de 10 deelnemers, allemaal op enigszins gevorderde leeftijd, zich terdege van

bewust. Door de voortdurende herhaling van de stappen en doordat je zelf moest oefenen ging de materie steeds meer leven. We konden een boekje kopen waarin de procedure in duidelijke plaatjes wordt weergegeven.

Ik kan deze cursus aan een ieder aanbevelen. Het was een intensieve, maar leuke ochtend en we hadden echt het idee dat we veel nuttige informatie opgedaan hadden. Nu moeten we wel zorgen dat we dit bijhouden, want enerzijds hoop je deze kennis nooit nodig te hebben en anderzijds moet je voorkomen dat het weer wegzakt en dan je weer niet weet hoe je moet handelen in een voorkomend geval.

Hulde voor de organisatie door de AC en voor de enthousiaste docente Mieke. Na de cursus ontvingen we een officieel certificaat. Overigens worden de kosten van de cursus door veel zorgverzekeraars uit de aanvullende verzekering geheel of gedeeltelijk vergoed.



