



watdoeje.nl

Wil je meer weten over wat je moet doen in
noodsituaties? Kom dan naar deze
praktische cursussen en buurtbijeenkomsten.

Cursus Wat doe je in nood?

In de cursus 'Wat doe je in nood?' leer je de basis van eerste hulp, brandbestrijding en brandpreventie. De cursus bestaat uit 2 onderdelen. Een theoretisch deel op internet en een praktisch deel op de Brandweerkazerne in Amstelveen. Op www.watdoeje.nl krijg je tips en leer je enkele basisprincipes van hulpverlening. Dit kost je ongeveer 20 minuten. Op de brandweerkazerne ga je een avond (19.15 - 22.00 uur) praktisch aan de slag. Natuurlijk onder leiding van ervaren EHBO- en brandweerinstructeurs.

Bedoeld voor: Iedereen die meer wil weten over wat hij/zij zelf kan doen in noodsituaties.

Locatie: Theoretisch deel: www.watdoeje.nl
Praktisch deel: Brandweerkazerne Amstelveen. Oranjebaan 1, Amstelveen

Data: Het praktische deel wordt twee keer georganiseerd:

- **Dinsdag 6 april van 19.15 - 22.00 uur**
- **Dinsdag 20 april van 19.15 - 22.00 uur**

Opgeven: Vul de antwoordkaart in en stuur 'm op.

Kosten: Geen

Cursus Urban Survival

Wat doe je als de stroom, de water- of gasvoevoer langdurig uitvalt? En wat als je enkele dagen je huis niet uit kunt? Dan ben je op jezelf aangewezen. Geen nood, want je kunt je op zo'n extreme situatie voorbereiden via de Cursus Urban Survival. Onder leiding van Christo Motz (www.fylgjur.com), een ervaren survival-expert, leer je in 28 uur alle ins en outs van overleven in extreme omstandigheden. De Cursus Urban Survival (inclusief overnachting) vindt plaats op de Kolonel Palmkazerne in Bussum. Onderdelen zijn:

- maken van een noodplan en een overlevingspakket
- improviseren met de spullen in en om het huis
- opvangen en zuiveren van water
- voedsel bereiden zonder stromend water, gas en stroom
- elementaire eerste (zelf)hulp, hygiëne en preventieve gezondheidszorg
- gebruik van kleine blusmiddelen

Bedoeld voor: Iedereen die van avontuur houdt en die zelf wil ervaren wat het betekent om zonder de luxe van 'normale' voorzieningen te overleven.

Locatie: Kolonel Palmkazerne, Amersfoortsestraatweg 109 c, Bussum

Data: **Zaterdag 24 april van 10.00 uur t/m zondag 25 april 14.00 uur**

Opgeven: Vul de antwoordkaart in en stuur 'm op. Of via www.watdoeje.nl.
Na aanmelding ontvang je een uitgebreide informatieset.

Kosten: € 35,00 p.p.

Buurtbijeenkomsten - Risicocafé

Wat doe je als zich in Amstelveen een noodsituatie voordoet? In ieder geval bereid je je samen met je buurtgenoten voor. Op www.watdoeje.nl, maar ook door naar het Risicocafé in de buurt te komen.

In het Risicocafé ga je samen met buurtgenoten en hulpverleners het gesprek aan over mogelijke noodsituaties in jouw directe omgeving. Denk aan brand, een LPG-explosie, een gaslek of een buurman die zich ernstig verslikt. Hulpdiensten kunnen niet direct helpen. En dus ben je eerst op jezelf en elkaar aangewezen. Goede voorbereidingen en afspraken met burens en buurtgenoten kunnen dan het verschil maken. Daarnaast geven ervaren hulpverleners allerlei tips op het gebied van eerste hulp en brandpreventie en -bestrijding. En je kunt zelfs in een rookcontainer ervaren hoe het is om in een ruimte vol rook de weg naar buiten te moeten vinden.

Bedoeld voor: Iedereen die betrokken is bij zijn of haar buurt en die (samen met buurtgenoten) goed voorbereid wil zijn op mogelijke noodsituaties.

Locatie & data: • **Wijkcentrum De Bolder**, Groenhof 140, Amstelveen
31 maart van 16.00 tot 18.00 uur
• **Café Uilenstede**, Uilenstede 392, Amstelveen
12 april van 19.30 tot 21.30 uur

Opgeven: Vul de antwoordkaart in en stuur 'm op. Of meld je aan door een e-mail te sturen naar s.vanleeuwen@amstelveen.nl.
Vergeet niet je gegevens te vermelden.

Kosten: Geen

[watdoeje.nl](http://www.watdoeje.nl)

Weet wat je zelf kunt doen: www.watdoeje.nl