

*Correspondentieadres*  
Postbus 2690 • 6401 DD Heerlen

T 0900 699 0 699 (klantenservice)  
E [info@meandergroep.com](mailto:info@meandergroep.com)  
[www.meandergroep.com](http://www.meandergroep.com)

MAAKT DEEL UIT VAN MEANDERGROEP ZUID-LIMBURG

Overige producten van MeanderGroep Zuid-Limburg zijn: Meander Beschut en Beschermd Wonen, Meander Thuiszorg, Meander Kraamzorg, Meander Jeugdgezondheidszorg, Meander Voeding & Dieet, Meander Maatschappelijke Dienstverlening, Meander Wonen en een uitleenmagazijn Verpleegartikelen en Hulpmiddelen.

## Reanimatie

Meander Zorgservice is in het bezit van het kwaliteitscertificaat van de LVT

Levensreddende eerste hulp



ZOSE-FOLD-10-01-06 OKT06

# Reanimatie



Na de cursus 'Reanimatie' kunt u levensreddende eerste hulp bieden aan mensen met een hartstilstand of hartinfarct. De overlevingskans van het slachtoffer wordt daarmee aanzienlijk vergroot. U weet hoe u moet handelen in situaties waarbij reanimatie levensreddend kan zijn. Dat is een prettig idee.

## Reanimatie

Plotseling wordt een huisgenoot, een collega of een voetganger op straat onwel en raakt bewusteloos. De schrik is groot, wat moet u doen? Bij het wachten op de ambulance lijken minuten wel uren. In zo'n situatie kunt u zelf de eerste levensreddende handelingen uitvoeren. In de cursus 'Reanimatie' leert u precies hoe u in zo'n situatie moet reageren. Dat geeft een veilig gevoel.

## Reanimeren wat is dat?

Door verschillende oorzaken kan het hart plotseling ophouden met pompen. Dit kan bijvoorbeeld gebeuren door een hartinfarct. De persoon valt dan bewusteloos neer. Iemand die op dat moment in de buurt is, kan door met de hand op de borstkas te drukken, de pompfunctie van het hart tijdelijk overnemen.

Dit noemen we hartmassage. Het reanimeren bestaat uit hartmassage en mond-op-mond beademing. Deze vaardigheden leert u in de cursus.

Door te reanimeren overbrugt u de tijd die de ambulance nodig heeft om ter plekke te komen.

Zo vergroot u met elementaire reanimatie de overlevingskansen van een slachtoffer.

## Inhoud van de cursus

- Werking bloedsomloop/hartspier
- Herkenning van hartstilstand
- De wijze van beademen
- De wijze van hartmassage
- Oefenen met de reanimatie pop
- Baby- en kinderreanimatie

De cursus bestaat uit 2 bijeenkomsten van ± 3 uur en is bedoeld voor iedereen vanaf 16 jaar.

Herhalingslessen zijn uitermate belangrijk.

Ieder jaar is er een herhalingsbijeenkomst van ± 2,5 uur. Let op de einddatum van uw certificaat, voor de herhalingsles.

## Kosten

Aan deelname van deze cursus zijn kosten verbonden. De cursus is toegankelijk voor abonnees van Meander Zorgservice.

## Voor meer informatie en/of aanmelding

Meander Zorgservice is een initiatief van MeanderGroep Zuid-Limburg. Bel voor meer informatie onze klantenservice, telefoonnummer 0900 699 0 699. Zij zijn elke werkdag bereikbaar van 8.00-20.00 uur en op zaterdag van 8.00-12.00 uur.

## Informeer ook eens naar de overige gezondheidsactiviteiten

- Assertiviteit voor vrouwen
- Eerste hulp bij kinderongelukken
- Geheugentraining
- Gezond en lekker koken
- Kennismaken met yoga
- Leer weer gezond slapen
- Ontspanning
- Overgang bekijk het eens anders
- Postnatale gymnastiek
- Shantala babymassage
- Sportief afvallen
- Zelfverdediging, weerbaarheid en omgaan met agressie
- Zwangerschapsyoga