



Praktijk voor Oefentherapie Cesar & Kinderoefentherapie

CALAMITEITENPLAN

Wat te doen bij brand:

1. Bel direct 112 (het duurt even voor de brandweer er is, des te eerder je belt, des te eerder zijn ze er).
2. Waarschuw je collega's met de kreet ALARM.
3. Begeleid bezoekers naar de uitgangen.
4. Verlaat bij explosies of rookontwikkeling zelf ook het pand. Sleep in dat geval ook geen slachtoffers naar buiten maar blijf aan de straat staan om de brandweer te informeren over het aantal en de vermoedelijke locatie van slachtoffer in het pand.
5. Bij kleine gelokaliseerde brand zonder noemenswaardige rookontwikkeling kan je op afstand blussen. Brandblusser bevindt zich in de toiletruimte.
6. Bewaar kalmte en voorkom paniek. Geef anderen korte instructies, ga geen gesprekken aan en ga zeker geen discussies aan. Laat duidelijk merken dat jij de leiding hebt.
7. Er is een plaats waar zich een explosie kan voordoen: Bij de verwarmingsketel in de toiletruimte.

Wat te doen bij een ongeval:

1. Bel de dienstdoende huisarts of bel 112.
2. Laat het slachtoffer liggen en pas eerste hulp toe:
 - Maak knellende kleding los ten behoeve van de luchtwegen.
 - Controleer of de luchtweg vrij is (mondcontrole)
 - Volg het ABC (Ademhaling, Bloedsomloop, Cerebrale functies)
 - Reanimeer alleen bij ademstilstand en geen pols (dus nooit bij hartfibrilleren)
3. Blijf bij het slachtoffer en spreek er geruststellend mee.
4. Indien het slachtoffer braakt leg hem dan in de stabiele zijligging.
5. Voor je eigen veiligheid: wees voorzichtig met bloedcontact (HIV/Hepatitis)
(Bij het winkelcentrum hangt ook een AED apparaat)

Wat te doen bij een elektrische schok:

1. Schakel altijd eerst de stroom uit, gebruik hiervoor de aardlekschakelaars in de meterkast.
Plaats van de meterkast: boven de boekenplank achterin de ruimte
2. Volg daarna de instructie zoals bij een ongeval.