

INTRO

Beste VVW-Duiken lid,

U leest de vernieuwde nummers van de VVW-Duiken Nieuwsbrief.

Deze elektronische nieuwsbrief wordt verstuurd naar alle VVW-Duiken leden.

Met de BUDDY-lijn willen we u op de hoogte houden van alle belangrijke informatie die niet specifiek bedoeld is voor clubbesturen of instructeurs, maar voor elke VVW-Duiker en -Duikster.

De BUDDY-lijn verschijnt enkel wanneer de actualiteit dat vereist.

Veel leesplezier,

De redactie.

AGENDA

Vrijdag 01/10/21 tot Zondag 03/10/21 **opleidingsweekend Instructeur Trainer**. Inschrijven kan via de Duiken-link.

Medische Commissie



VVW-Duiken.

Beste leden, Buddy's,

Er zijn onlangs door de diverse regeringen in ons land weer versoepelingen aangekondigd. Zo kunnen wij vanaf nu terug clubactiviteiten organiseren.

De RvB liet ons in naam van de Medische Commissie volgende tekst geworden.

Beste duiker,

Na de recente Covid-maatregel versoepelingen van 09 juni door de federale overheid heeft de medische commissie besloten om ook de restricties, opgelegd door VVW-Duiken te versoepelen.

Dit houdt in dat alle opleidingen, zowel theoretisch in een lokaal, als openwater vaardigheden opnieuw mogen opgestart worden.

Belangrijk is wel dat:

Dat de huidige algemene Covid-richtlijnen, opgelegd door de federale overheid van toepassing blijven. Dit omdat nog niet alle duikers gevaccineerd zullen zijn.

Hou ook rekening met de adviezen en richtlijnen van het BVOOG m.b.t. "duiken na vaccinatie" (zie vorige Buddylijn) en de gewijzigde CPR richtlijnen.

Wij wensen jullie allen veel succes toe met de heropstart van jullie opleidingsprogramma's.

Nieuwe richtlijnen CPR

In 2021 werden nieuwe internationale reanimatierichtlijnen gemaakt, deze dragen bij aan de "culture of excellence" in de keten van overleven na en circulatiestilstand. De richtlijnen van 2021 schelen weinig ten opzichte van de richtlijnen uit 2015.

Aandachtspunten:

- vroegtijdig herkennen van bewustzijnsveranderingen;
- extra aandacht voor herhaaldelijke controles van vitale functies op mogelijke verslechtering van een slachtoffer dat (weer) circulatie heeft.

Preventie van Circulatiestilstand

Indien slachtoffer zich onwel voelt kan dat wijzen op stoornis van het hart of de circulatie. Denk dan aan:

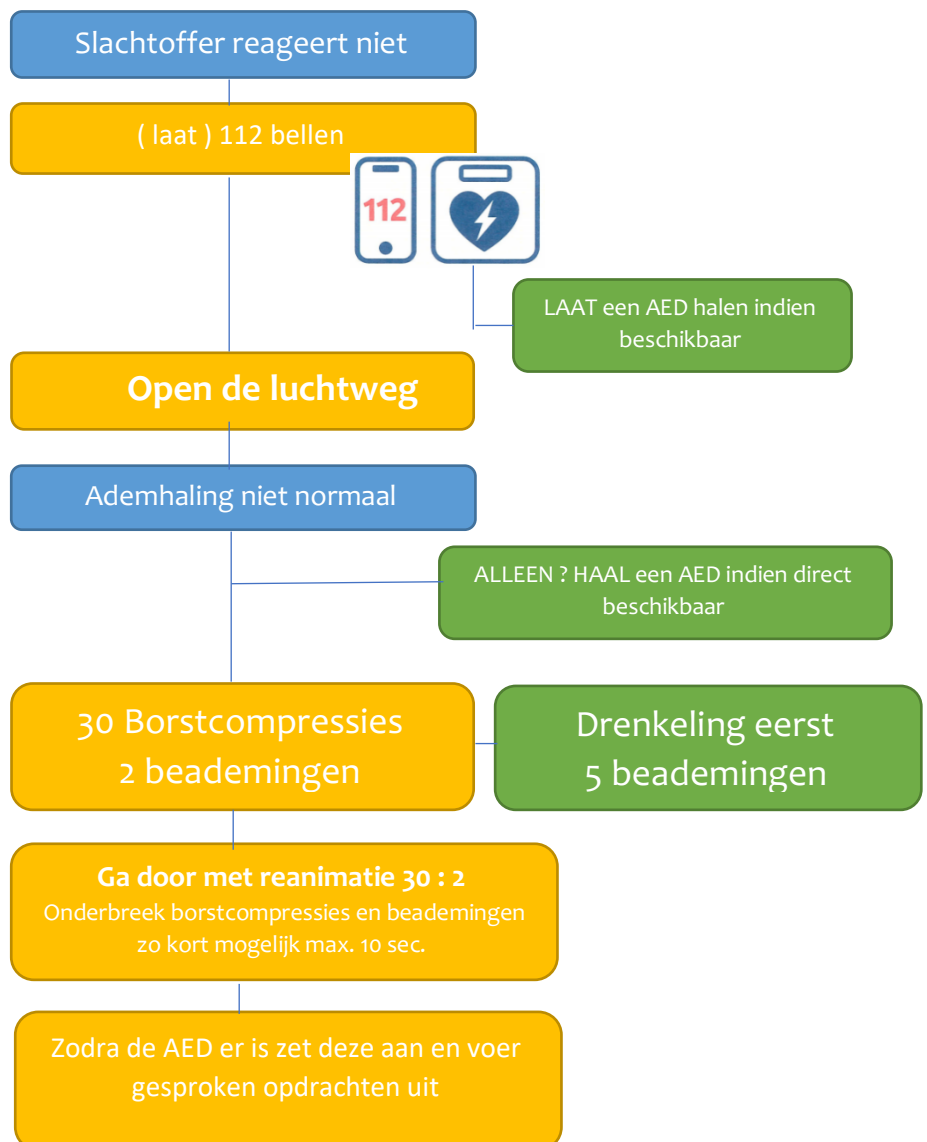
- een drukkende pijn op de borst
- uitstralende pijn naar de armen, schouderbladen, hals, kaak of maagstreek
- zweten
- misselijkheid of braken

Minder duidelijke signalen:

- pijn bovenbuik, kaak, of nek of tussen de schouderbladen, zonder pijn op de borst
- kortademigheid
- extreme vermoeidheid
- duizeligheid
- onrustig gevoel of gevoelens van angst
- snelle ademhaling

Bij meerdere van deze signalen of twijfel bel dan 112

Volgorde van handelen basis reanimatie van volwassenen



Volgorde van handelen

1. Zorg ervoor dat uzelf, omstaanders en het slachtoffer veilig zijn.

2. Kijk of slachtoffer reageert:

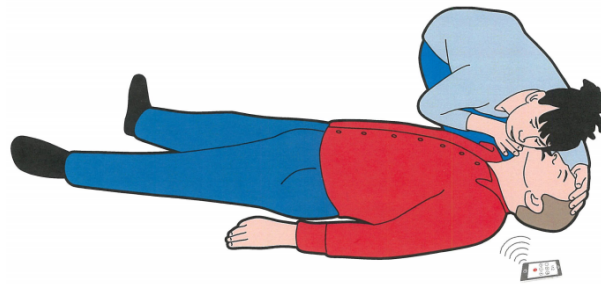
- Schud voorzichtig aan zijn schouders en vraag luid "gaat het?"

A. Als het slachtoffer reageert:

- Laat het slachtoffer in de houding waarin u hem aantreft, mits er verder geen gevaar dreigt;
- Probeer te achterhalen wat er aan de hand is en zorg zo nodig voor hulp EHBO;
- Blijf het bewustzijn controleren, het slachtoffer kan alsnog verslechteren.

B. Als het slachtoffer Niet reageert:

- Vraag een omstaander een ambulance te bellen via 112 en vraag om een AED toestel te brengen, mits beschikbaar;
- Als u alleen bent, bel dan zelf 112 en zet de telefoon bij voorkeur op luidspreker, zodat u de aanwijzingen van de hulpdiensten kan horen, terwijl u de handen vrij hebt;
- Draai het slachtoffer op zijn rug en maak de luchtweg open met de kinliftmethode.



3. Hou de luchtweg open en kijk, luister en voel maximaal 10 seconden naar normale ademhaling:

- **Kijk** of de borstkas omhoog komt;
- **Luister** ter hoogte van mond en neus of u ademhaling hoort.
- **Voel** met uw wang of oorlel of er luchtstroom is.
- Stel vast of de ademhaling normaal, niet normaal of afwezig is. Bij twijfel handelt u zoals bij niet-normale ademhaling.

Let op! In de eerste minuten na ontstaan van de circulatiestilstand kan het zijn dat het slachtoffer af en toe een trage, happende adembeweging maakt, of onregelmatig en/of luidruchtig naar lucht hapt: dit noemt men "gaspings". Dit is geen normale ademhaling.

A. Als het slachtoffer wel normaal ademt:

Leg hem op zijn zij, in stabiele houding

- controleer continu het bewustzijn en de ademhaling. Het slachtoffer kan verslechteren.

B. Als het slachtoffer niet ademt of niet normaal ademt

Alleen als een AED binnen uw bereik is, pakt u de AED, laat het slachtoffer zo nodig even alleen.

- Als de AED niet binnen u bereik is, start dan borstcompressie als volgt:

Probeer slachtoffer op een harde ondergrond te leggen maar verlies hier geen tijd mee.

- kniel naast het slachtoffer ter hoogte van de bovenarm.
plaats de hiel van uw ene hand op het midden van de borstkas, plaats de hiel van uw andere hand boven op de eerste. `

Haak de vingers in mekaar. Positioneer uzelf met gestrekte armen loodrecht op de borstkas en duw met gestrekte armen de borstkas 5 centimeter in maar niet meer dan 6 centimeter.

Laat de borstkas geheel omhoogkomen zonder het contact ermee te verliezen. Herhaal deze handeling met een frequentie van 100 tot 120 keer per minuut.

4.a Combineer borstcompressies met mond-op-mondbeademingen.

Maak na 30 borstcompressies de luchtweg open met de kinliftmethode. Neem een normale ademteug, plaats uw lippen op de mond van het slachtoffer en zorg voor een luchtdichte afsluiting.

Blaas rustig in gedurende 1 seconde zoals bij een normale ademteug. Als de borstkas omhoog komt heb je correct beademt.

Haal uw mond van het slachtoffer en kijk of de borstkas naar beneden gaat. Geef op zelfde manier een tweede beademing.

Onderbreek het geven van borstcompressies max. 10 seconden om 2 beademingen te geven.

Onderbreek de reanimatie niet, behalve als het slachtoffer (goed) bij bewustzijn komt, zich beweegt, zijn ogen opent en normaal begint te ademen.

4.b reanimatie zonder beademing.

Als u geen beademingen kunt geven of wilt geven, geef dan alleen ononderbroken borstcompressies.

5. Zodra AED er is.

Zet de AED aan, sommige AED's starten automatisch na openen. Voer de gesproken opdrachten uit.

Ontbloot de borstkas.

Bevestig de elektroden op de borstkas volgens de afbeelding op de elektroden.

Als er reeds een hulpverlener aanwezig is, onderbreekt deze alleen de borstcompressies voor zover noodzakelijk voor het aansluiten van de AED.

Als de AED vraagt het slachtoffer niet aan te raken, raak dan ook de draden van de elektroden niet aan.



A. AED geeft schokopdracht:

Zorg dat niemand het slachtoffer aanraakt.

Druk op de schokknop zodra de AED dit aangeeft. Een volautomatische AED geeft de schok zelf.

Volg de gesproken/visuele opdrachten van de AED direct op. Start direct met borstcompressies.

B. AED geeft geen schokopdracht:

Volg de gesproken/visuele opdrachten van de AED direct op. Start direct met borstcompressies.

6. ga door met reanimatie totdat:

Professionele zorgverleners zeggen dat u mag stoppen.
Het slachtoffer bij bewustzijn komt, zich beweegt, ogen opent en normaal begint te ademen; of je uitgeput bent; of je een niet reanimeren verklaring vindt, die bij het slachtoffer hoort.

Laat eenmaal aangebrachte elektroden zitten en laat de AED aan !!! Wees erop bedacht dat de AED kan aangeven dat er beweging wordt waargenomen

Algemene leden vergadering VVW-Duiken

Op 19 juni 2021 vond de algemene ledenvergadering van VVW-Duiken plaats, deze heeft op een later tijdstip plaatsgevonden dan normaal, wegens de geldende corona maatregelen.

De algemene ledenvergadering is de uitgelezen kans om meer te weten te komen over het reilen en zeilen van VVW-Duiken vzw. Het is dan ook belangrijk dat elke duikclub (school) wordt vertegenwoordigd. Hier kun je een antwoord krijgen op jouw eventuele vragen en nog belangrijker je leert als duikclub ook andere kennen en onderling van gedachten wisselen.

De Voorzitter Dion D'hoop verwelkomt de aanwezige clubs en opent de vergadering. Hij bedankt de clubs voor hun geleverde inspanningen tijdens deze moeilijke periode.



Voorzitter aan het woord



Vertegenwoordiging van de verschillende duikclubs



VW-Duiken verwelkomt ook een nieuwe duikclub, wij wensen hun veel succes en plezier binnen onze duikfederatie. Diveplus is een duikschool die vooral opleidingen organiseert voor duikers met een beperking.

De vergadering leert ons ook dat wij als VW-Duiken nog financieel gezond zijn, ondanks de moeilijke periode zonder enige subsidies. Door de coronacrisis is er ook een lichte terugval van het aantal leden te melden. Daar het vanaf nu terug mogelijk wordt om in clubverband te sporten hopen we dat we de leden via de clubs terug kunnen motiveren. Tijdens het agendapunt allerlei, komt boven dat communicatie een belangrijk item blijft, er zijn al heel wat inspanningen gedaan om die communicatie te verbeteren, maar het is duidelijk dat dit item continue moet geëvalueerd worden op de noden van het moment.

Jubilerende clubs 2021

De raad van bestuur houdt zich eraan om elk jaar de jubilerende duikclubs in de bloemetjes te zetten.

15 jarig bestaan: **Duikschool MOBY DICK TIENEN** uit Tienen

20 jarig bestaan: **HYAC DIVING** uit Hasselt

25 jarig bestaan: **PELAGOS** uit Aalter

45 jarig bestaan: **KDUK** uit Bertem

WAREGEMSE DUIKERSCLUB uit Waregem





Voorzitter Dion D'hoop met Caestecker Gina PELAGOS
en David Vangoidsenhoven MOBY DICK Tienen

Verkiezing Raad van Bestuur

De leden van de Raad van Bestuur hebben een mandaat voor 3 jaar. De hervierkiezing of vervanging van de uitredende bestuurders gebeurd door stemming, door de aanwezige club vertegenwoordiging.

Dit jaar waren er 2 vacante mandaten met 3 kandidaten:

- Stijn Capan uitredend, maar stelde zich niet meer hervierkiesbaar
- Filip Craey van Scuba Diving Team Oostende
- Stijn Delauré van The Frogmen



Telbureau in actie

De Raad van Bestuur bestaat nu uit vijf leden, die de week na de verkiezingen tijdens hun eerste vergadering, de functies hebben besproken.

Voorzitter: Dion D'hoop
Penningmeester: Tom Smeulders
Secretaris: Filip Craey
PR: Dirk Duplessis
Bestuurder: Stijn Delauré



Delauré Stijn



Duplessis Dirk



Craey Filip



Smeulders Tom



Dion D'hoop

Voorstelling van de Juridische commissie

In de derde editie van de buddylijn hebben we al besproken wat de functie van de Juridisch commissie binnen het VVW-Duiken inhoud. Het was dringend nodig dat deze commissie werd versterkt om op tal van vernieuwingen binnen de vzw wetgeving een gepast antwoord te kunnen geven. De oproep via dit kanaal heeft zijn effect niet gemist en de juridische commissie bestaat nu uit 5 leden.



Mangelschots Frank



Witkowski Alain



Samyn Laurent



Ducatteeuw Carlo



Voorzitter: Verachtert Patrick

Oplossing Logikwis vorige editie

Jos zou een goede duiker worden. Met vallen en opstaan en met jullie hulp is hij daar uiteindelijk goed in gelukt. Meerdere oplossingen hebben ons bereikt. De uiteindelijke winnaars zijn geworden:

- **Jan Leybaert** van PELAGOS
- **Johan Claesen** van ORCA Bilzen
- **Jurgen Hermans** van TORTUGADIVERS

Zij mochten een VVW-Duiken hemd ontvangen.

Oplossing:

Jos is **maandag** gaan duiken **met Willy**, tijdens de vordering “Buddy Breathing” heeft hij een **“longoverdruk”** opgelopen.

Jos is **dinsdag** gaan duiken **met Jan**, heeft er de vordering **“diepe duik”** mee gedaan en heeft daar een **“decompressieongeval”** opgelopen.

Jos is **woensdag** gaan duiken **met Patrick**, tijdens zijn **“dieptekwalificatie”** heeft hij **“shock”** opgelopen.

Jos is donderdag met Kristoff gaan duiken, met de vordering **“redding +50m slepen”** heeft hij **“stikstofnarcose”** opgelopen.

Jos is **vrijdag** gaan duiken **met Karl**, tijdens het **oplaten van de OSB**, liep hij een **barotrauma van het oor** op.

De redactie wil iedereen bedanken voor zijn deelname !!!

Oproep redactie:

Het is onze bedoeling om van elke activiteit die plaats vindt onder VVW-Duiken vlag, een verslag te maken en dit verslag dan onder de vorm van een nieuwsbrief aan iedereen te kunnen melden. De redactie is ook nog op zoek naar enthousiastelingen om mee te werken aan de uitbouw van deze nieuwsbrieven en roepen we tevens alle leden op om verslag met eventuele foto's te willen maken van hun activiteit.

Contact redactie: redactie@vww-duiken.be



Beatrijslaan 25 | 2050 Antwerpen
Tel (03) 219 69 69

secretariaat@vww-duiken.be | www.vww-duiken.be