

Calamiteitenkaart voor aan boord van de Arie en de Marie

Wat te doen bij calamiteiten en noodsituaties?

- Blijf rustig, zorg dat duidelijk is wie de leiding neemt en stabiliseer de ontstane situatie. Denk daarbij aan jezelf, het team en de boot;
- Bij levensgevaar of ernstig letsel: bel 112 of gebruik de rode noodknop in de KNRM Helpt-app. Geef door: de naam van de boot, de aard van het incident, het aantal betrokkenen, de positie en de afgesproken plaats waar de ambulance kan komen.
- Bij overige calamiteiten:
 - Marifoon (voorkeur) kanaal 22 of 69 (Nieuwe Meersluis) of 16 (ruimere wateren);
 - Nieuwe Meersluis 0900-93 94 of 06-21 69 04 72
 - Noodsignaal: 2 gekruiste riemen omhoog zetten
- Let bij extreme weersomstandigheden op signalen van onderkoeling en oververhitting en neem tijdig maatregelen (opwarmen, koelen, stoppen);
- Meld incidenten en (bijna) ongevallen bij de roeicommissie en op de website veiligroeien.nl

Hoe doe ik een noodoproep via de marifoon?

- Schakel naar kanaal 22 of 69 (Nieuwe Meersluis) of 16 (ruimere wateren)
- **MAYDAY MAYDAY MAYDAY HIER DE Marie/Arie: (Mike), Alfa, Romeo, India, Echo**
- **MIJN POSITIE IS ... (plaats t.o.v. bekend punt)**
- **WIJ HEBBEN ... (wat is het noodgeval, MOB, gewonden, boot maakt water enz.)**
- **IK VERZOEK ... (wat voor hulp is nodig)**
- **HET AANTAL OPVARENDEN IS ...**
- **OVERIGE INFORMATIE ... (alles wat verder belangrijk is)**

Mogelijke aanlegplaatsen

Waar kunnen we veilig aanleggen en kan een ambulance de locatie goed bereiken?

1. Aanlegsteiger Nieuwe Meer Sluis: Jaagpad 61, 1182 DB Amsterdam
2. Boothelling rechts van Amsterdam Windsurfing: Riekerweg 40, 1066 BT Amsterdam
3. Aanlegplaats rechts van Paviljoen Aquarius: Anton Schleperspad 10, 1066 BV Amsterdam
4. Hotel Lake / Dumphal Bungener: Nieuwemeerdijk 326 & 330, 1171 NT Badhoevedorp
5. Restaurant de Pelikaan: Nieuwemeerdijk 447, 1171 PA Badhoevedorp
6. Steiger veerpont zuidkant (achter Boerderij Meerzicht): Meerkade Amsterdamse Bos
7. Zwemsteiger Amster Deck: Boeierspad 26, 1081 KE Amsterdam



Mogelijke calamiteiten

Bewusteloosheid

- Controleer of de persoon reageert en normaal ademt.
- Reageert de persoon niet, maar ademt hij of zij wel normaal? Leg de persoon, indien mogelijk, in de stabiele zijligging en bel 112.
- Is er geen normale ademhaling? Bel direct 112 en volg de aanwijzingen van de meldkamer. Start zo snel mogelijk met reanimatie op een zo hard en stabiel mogelijke ondergrond (3 riemen op de bankjes): 30 borstcompressies, 100–120 per minuut, afgewisseld met 2 beademingen. Laat, indien mogelijk, een AED halen.

Oververhitting

- Kenmerken: veel zweten, bleek of rood, hoofdpijn, duizeligheid, flauwvallen, braken, spierkrampen, ernstige vermoeidheid, “fouten” maken.
- Ga naar de kant, zoek een koele schaduwrijke omgeving, rusten, koelen; isolatiedeken boven het slachtoffer houden met de zilveren kant naar de zon.
- Laat de persoon kleine hoeveelheden water drinken, maar alleen als deze volledig aanspreekbaar is.

Onderkoeling (bij kou, wind en neerslag of bij te water raken)

- Kenmerken: hevig rillen, agitatie, koud & bleek, versneld hartritme & ademhaling, vermoeidheidsgevoel, hongerklop; later een dalend bewustzijn, blauwe lippen, oren en vingers
- Voorkom verdere afkoeling: breng de persoon uit wind en regen, verwijder indien mogelijk natte kleding en dek het hele lichaam, inclusief het hoofd, met een isolatiedeken met de gouden kant naar buiten (of wat dan ook, bv jassen toe. Bel direct 112 bij sufheid, verwardheid, verminderd bewustzijn of ernstige klachten. Geef een suf of verminderd aanspreekbaar slachtoffer niets te eten of te drinken.

Persoon te water:

- Kan een cold shock veroorzaken; koud water leidt tot versnelde ademhaling, inname van water, paniek & verdrinking;
- Haal de persoon z.s.m. uit het water, m.b.v. een lijn aan 2 vaste punten en zelf aan boord klimmen of boot hellen door gewicht aan een kant en persoon horizontaal aan boord te trekken.
- Iemand die mogelijk water heeft ingeademd, moet medisch worden beoordeeld, ook wanneer er aanvankelijk weinig klachten zijn. Bel bij benauwdheid, hoesten, sufheid of verslechtering direct 112.

Omslaan boot:

- Blijf bij de boot en gebruik de boot en riemen als drijfmiddel.
- Zwem alleen naar de kant wanneer deze direct en aantoonbaar veilig bereikbaar is en bij de boot blijven meer gevaar oplevert.
- HELP-houding: maak je zo klein mogelijk & blijf stilliggen.