

# HOME PAGE

## Respectus biedt u een pagina over wonen in de sociale huursector

Huurdersvereniging Respectus komt op voor de belangen van sociale huurders in Leidschendam-Voorburg en Den Haag. We zijn gelieerd aan WoonInvest. Wij brengen u dit jaar zeven edities over onderwerpen die ons allen bezighouden als het gaat om wonen en zorg, leefbaarheid en duurzaamheid. Leest u mee? En wilt u meer weten? Wij brengen via [www.respectus.nl](http://www.respectus.nl) regelmatig actuele nieuwsberichten.

## Uitkijken naar, en in, de mooiste tijd van het jaar

Werken tijdens de feestdagen is voor ambulance- en ic-verpleegkundige Wouter Verbeek bijzonder. 'De stad en huizen zijn gezellig versierd; het is de mooiste tijd van het jaar. Maar als wij moeten komen, is er toch iets minder leuks gebeurd.' Respectus kreeg tips om gezond en veilig te blijven en laat u graag meelesen.



Verpleegkundige Wouter Verbeek staat in de nieuwjaarsnacht paraat.

Leidschendammer Wouter Verbeek (43) is al zestien jaar verpleegkundige op de intensive care van het HMC Westeinde. Sinds twee jaar werkt hij ook op de ambulance. 'Een mooie combinatie. Ervaringen die ik opdoe in mijn ene functie, kan ik vaak ook gebruiken in mijn andere.'

Als de meeste mensen 31 december feestend afscheid nemen van 2022, staan Verbeek en zijn collega's paraat. Hij weet wat hen te wachten staat: 'We zien met oud en nieuw vooral veel alcoholproblemen. Mensen die bewusteloos zijn geraakt door te veel drank, of op de fiets of scooter een ongeluk krijgen, omdat ze dachten dat ze daar beter mee konden gaan rijden dan met de auto.'

### Oogje op je glas

Voor iemand die dronken en niet meer aanspreekbaar is, hoeft niet meteen 112 te worden gebeld, zegt Verbeek. Zo iemand kan volgens hem het best op de zij worden gelegd, zodat de tong niet in de keel zakt. 'Zorg er wel voor dat terugdraaien op de rug niet mogelijk is, door te stutten met kussens bijvoorbeeld. Ook voorkom je zo dat iemand zijn eigen braaksel inademt en daarmee zijn longen beschadigt. Supersimpel, maar levensreddend.' De verpleegkundige heeft nog een tip als het om drinken gaat: houd in het

uitgaansleven een oogje op je glas. 'Let erop dat niemand er iets in doet. GHB ruik en zie je niet, maar het bedwelmt je wel.'

### Verslikken

Ook thuis kan het geen kwaad alert te blijven. Als iemand zich tijdens de kerst- of oudejaarsgourmet verslikt in het eten en niet meer kan hoesten, is het zaak dat tafelenoten in actie komen. Verbeek: 'Door vijf forse klappen tussen de schouderbladen te geven. Als het eten er niet uitschiet, dan geef je vijf buikstoten (de Heimlichmanoeuvre). De centralist van de 112-meldkamer zal instructies geven bij het enige dat je iemand daarna nog kunt geven: reanimatie.'

Bij de jaarwisseling horen ook elk jaar weer de vuurwerkletsels en verbrandingen door bijvoorbeeld heet vet. Een vuurwerkbrikl dragen en verbrande huid langdurig koelen met lauw water, zijn dingen die de schade kunnen beperken.

Het worden drukke dagen, verwacht Verbeek. 'Maar onze paraatheid is, met meer ambulances in de dienst, groter dan normaal.' Hij heeft nog een laatste tip voor als elke seconde telt: 'Huisnummers zijn vaak slecht of niet te zien. Maak ze goed zichtbaar!'

## RESPECTUS WENST U GOEDE FEESTDAGEN EN VEEL GELUK IN 2023!



Kijk voor leuke uitjes op: [www.respectus.nl/kerstspecial](http://www.respectus.nl/kerstspecial)

## Tips voor een brandveilig feestje

Met eenvoudige maatregelen zorgt u dat uw feest thuis brandveilig verloopt:



- Kies voor moeilijk brandbare versieringen (met KEMA-keurmerk). Hang ze op met ijzerdraad, dan vallen ze bij brand niet snel naar beneden.
- Gebruik bij elektrische verlichting een onbeschadigd verlengsnoer. Koppel geen verlengsnoeren aan elkaar.
- Zet kaarsen niet dicht bij een verwarming; dan kunnen ze zacht worden en ombuigen.
- Kunstkerstbomen zijn brandveiliger dan natuurlijke bomen. Toch een echte boom? Kies dan voor een boom met kluit en geef deze elke dag water.
- Zorg altijd voor twee vluchtroutes; zet een kerstboom niet in de weg.
- Houd bij het frituren een blusdeken in de buurt en bij een vuurtje buiten een emmer water.
- Blijf bij brand kalm, ga via de kortste weg naar buiten, blijf bij rookontwikkeling dicht bij de vloer en doe deuren achter u dicht. Bel buiten 112 en waarschuw burens.
- Voor meer tips van de brandweer: zie [www.respectus.nl/nieuws](http://www.respectus.nl/nieuws).

### SECRETARIAAT HUURDERSVERENIGING RESPECTUS

Bruijnings Ingenhoeslaan 138  
2273 KT Voorburg  
T 06 22 21 90 50 (ma t/m do 10-12 uur); buiten deze tijden kunt u e-mailen.  
E [secretariaat@respectus.nl](mailto:secretariaat@respectus.nl)

### Bestuursleden

Carina Mens, voorzitter  
Paul Derks, vicevoorzitter  
Laura Ibrahim, secretaris  
Annelies Oudshoorn, penningmeester  
Ton Melkert, bestuurslid  
Joyce de Brieder-Noordam, bestuurslid  
Dick Dompeling, bestuurslid



Lid worden bij Respectus?

Kijk op [www.respectus.nl](http://www.respectus.nl) (voor huurders WoonInvest).

