



# Motoriek in beweging

Praktijk voor kinderoefentherapie

## Calamiteitenplan Motoriek in Beweging

Calamiteitenplan

### Doel van Proces:

Duidelijkheid voor alle medewerkers van Motoriek in beweging, praktijk voor kinderoefentherapie wat te doen en wie te bellen bij calamiteiten.

Noodnummers:

### Politie - Brandweer - Ambulance

112

**Politie (geen spoed) 0900-8844**

**Meld misdaad anoniem 0800-7000**

**Slachtofferhulp Nederland 0900-**

**0101**

Buurt:

Tel dichtstbijzijnde huisarts: per locatie

Tel huisartsenpost: per locatie

Tel tandarts: per locatie

### Proces bewaking

Jaarlijks wordt door het management de calamiteitenlijst gecontroleerd op volledigheid.

### Wat te doen bij een noodsituatie?

Ook in Nederland kunnen we te maken krijgen met een noodsituatie of ramp. Het is verstandig u hierop voor te bereiden. Hieronder leest u wat u kunt doen om u voor te bereiden en wat de belangrijkste acties zijn voor bepaalde noodsituaties.

### Zorg altijd voor een noodpakket

U kunt zich voorbereiden op een noodsituatie door bijvoorbeeld een noodpakket samen te stellen of kant-en-klaar aan te schaffen. In een noodpakket zitten spullen die handig zijn in noodsituaties, zodat u zichzelf enige tijd kunt redden. Een noodpakket bevat in ieder geval: een radio op batterijen; een zaklamp; een eerste hulpdoos; lucifers in waterdichte verpakking; waxinelichtjes; warmhouddekens; een gereedschapsset; een waarschuwingsfluitje.

Kijk voor meer informatie over voorbereidingen en het noodpakket op [www.denkvooruit.nl](http://www.denkvooruit.nl)



# Motoriek in beweging

Praktijk voor kinderoefentherapie

## **Inbraak**

- ✓ Bel de politie 112 of 0900-8844

## **Grote brand**

- ✓ Overall hangen brandblussers maar denk vooral aan veiligheid. Eerst patiënten naar buiten, maar blijf goed je eigen veiligheid in de gaten houden.
- ✓ Volg de route op de situatietekeningen
- ✓ Kunt u niet meer door de rook kijken? Blijf dan laag bij de grond en volg de verlichte nooddeurbordjes
- ✓ Kunt u het gebouw niet meer verlaten? Ga dan voor een raam staan waar de brandweer u kan zien.
- ✓ Ga nooit terug een brandend gebouw in.
- ✓ Volg een BHV cursus en weet wie er BHV –er is. (hang een lijst in de keuken op)
- ✓ Houd de reanimatie cursus up-to-date

## **Terroristische aanslag**

- ✓ Ga naar een open plek, uit de buurt van grote gebouwen.
- ✓ Geef (mobiele-telefoon) foto's die u gemaakt heeft aan de politie.
- ✓ Ga niet kijken op de plek van de aanslag.

## **Ziektegolf**

- ✓ Gebruik altijd papieren zakdoekjes die u na gebruik meteen weggooit.
- ✓ Was vaak uw handen.
- ✓ Blijf thuis als u een besmettelijke ziekte heeft.
- ✓ Zorg voor desinfecterende handgel in de praktijk en gebruik dit regelmatig

## **Instortingsgevaar**

- ✓ Blijf laag bij de grond, schuil onder zwaar meubilair of een deurpost, blijf daar stil zitten en bescherm uw hoofd en nek met uw armen.
- ✓ Gebruik geen liften.
- ✓ Als u bedekt onder puin ligt, blijf dan zo stil mogelijk liggen en maak zo mogelijk geluiden op pijpen of buizen. Schreeuw alleen als het niet anders kan.

## **Extreem weer**

### **Bij extreem slecht weer:**

- ✓ Ga niet de weg/het water op als dit wordt afgeraden of als een weeralarm is afgegeven.
- ✓ Als u toch de deur uit moet, neem genoeg eten, water, dekens en warme kleding mee.

### **Bij een hittegolf:**

- ✓ Drink per dag twee liter water.
- ✓ Blijf binnen tussen 12:00 en 16:00 uur.



# Motoriek in beweging

Praktijk voor kinderoefentherapie

## **Uitval stroom, gas, water of telefoon**

- ✓ Luister naar de rampenzender op uw radio op batterijen.
- ✓ Doet de telefoon het nog? Bel dan niet onnodig om overbelasting van het net te voorkomen.
- ✓ Doet de stroom het nog? Kijk dan op de website van uw gemeente of op **www.crisis.nl**. Als crisis.nl niet is ingezet, wordt u op een andere manier geïnformeerd.

## **Glasschade:**

- ✓ Meet de ruit van te voren op, bel praktijkeigenaar op. Telefoonnummer: per locatie

## **Overstroming**

- ✓ Wordt verwacht dat het water tot uw huis komt? Schakel gas en elektriciteit uit.
- ✓ Zorg voor een noodpakket (radio op batterijen, zaklamp, batterijen, medicijnen, belangrijke documenten, eten en drinken, kleding en dekens).
- ✓ Als u niet weg kunt: luister naar de regionale rampenzender op uw draagbare radio.

## **Kernongeval**

Blijf binnen of ga naar binnen en sluit deuren en ramen en alles wat voor ventilatie dient, zoals afzuigkap, ontluchtingskoker, muur- en toiletrooster.

- ✓ Gebruik en drink geen kraanwater, geen regenwater, geen bladgroenten of moeilijk schoon te maken etenswaren.
- ✓ Houd huisdieren binnen en raak geen mensen en dieren aan die buiten zijn geweest.
- ✓ Bent u toch buiten geweest? Kijk in het dossier straling van het Ministerie van VROM wat u dan moet doen.

## **Gevaarlijke stoffen**

- ✓ Blijf binnen of ga naar binnen en sluit deuren en ramen en alles wat voor ventilatie dient, zoals afzuigkap, ontluchtingskoker, muur- en toiletrooster.
- ✓ Luister naar de rampenzender en kijk op **www.crisis.nl**.
- ✓ Ga naar een goed af te sluiten kamer waar het niet tocht, liefst midden in het huis of gebouw.
- ✓ Bent u buiten? Loop dwars op de wind in met een doek voor uw neus en mond