

JOUW SPREEKBEURT OVER DE REDDINGSBRIGADE



**WORD ZWEMVEILIG
EN ZWEM VEILIG!**
P. 8 - 9



**DE NATIONALE
REDDINGSVLOOT P. 19**



Wat leuk dat jij jouw spreekbeurt over
de Reddingsbrigade gaat houden!
Dat is natuurlijk best wel spannend.

Waar moet je beginnen?! Geen
zorgen, wij geven je alle informatie die
je hiervoor nodig hebt.

INFORMATIE OVER DE REDDINGSBRIGADE

Wat doet de Reddingsbrigade?	5
Hoe is de Reddingsbrigade ontstaan?	6 - 7
Word zwemveilig en zwem veilig!	8 - 9
Opleidingen	10 - 11
Strandvlaggen	12 - 13
Getijden en muien	14 - 15
Waterhulpverlening	16 - 17
Nationale Reddingsvloot	19
Lifesavingsport	20 - 21
Jouw spreekbeurt	22

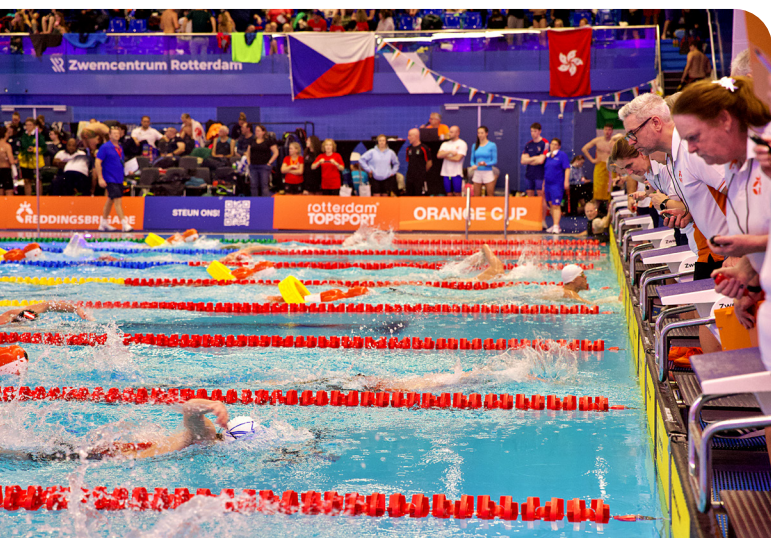


DIT BOEKJE IS VAN...

Jouw naam:

School:

Groep:



WAT DOET DE REDDINGSBRIGADE?

De Reddingsbrigade is een organisatie die bestaat uit Reddingsbrigade Nederland plus 148 reddingsbrigades. Dat zijn verenigingen, met in totaal ruim 21.000 leden. Reddingsbrigades vind je aan de kust (vlakbij zee), in het binnenland (vlakbij een meer of een plas) en in het zwembad. Op het hoofdkantoor van de Reddingsbrigade, het Landelijk Bureau in IJmuiden, worden allerlei dingen geregeld waar die reddingsbrigades wat aan hebben. Denk aan: boten, waterscooters, kleding, reddingsmiddelen, opleidingen, het werven van donateurs en het organiseren van sportevenementen.

Het doel van de Reddingsbrigade

Ons doel is: meer veiligheid in, op en langs het water. Zoveel mogelijk mensen moeten ervan kunnen genieten! Wat wordt hiervoor allemaal gedaan?

Voorlichting - De Reddingsbrigade geeft informatie over hoe je veilig kunt genieten in, op en langs het water. Daarbij wordt veel verteld over de risico's van open water. Lifeguards hangen bijvoorbeeld waarschuwingsvlaggen op en staan altijd klaar om vragen te beantwoorden.

Opleidingen - Bij sommige reddingsbrigades kun je de diploma's van het Zwem-ABC behalen. Bij de meeste kun je ook hele leuke andere zwemlessen en opleidingen volgen, zoals Junior Redder, Zwemmend Redder, Lifesaver en Junior Lifeguard. Met die diploma's op zak kun jij jezelf in het water redden en zelfs anderen helpen die in het water in de problemen zijn gekomen.

Toezicht en hulpverlening - De lifeguards van de Reddingsbrigade verzorgen toezicht en hulpverlening aan de kust, bij meren en plassen, en in zwembaden. Maar ook tijdens evenementen bij en op het water zoals sinterklaarklaasintochten, nieuwjaarsduiken en sportevenementen. Een lifeguard is een vrijwilliger die hiervoor is opgeleid. Als iemand tijdens het zwemmen in de problemen raakt, dan kan een lifeguard hulp verlenen.

WIST JE DAT...

een lifeguard bijna altijd een vrijwilliger is die niet betaald krijgt voor zijn brigadewerk? Lifeguards gaan ook nog naar school of hebben een baan. Ze werken bijvoorbeeld overdag op een kantoor en geven in 's avonds zwemles. Lifeguards besteden veel van hun vrije tijd en vakantiedagen aan het brigadewerk!

Nationale Reddingsvloot (NRV) - Als er een overstroming in Nederland is, zorgt de Reddingsbrigade samen met de brandweer ervoor dat alle mensen en dieren in het overstroomde gebied geholpen worden, door gebruik te maken van speciale boten en hulpverleners.

Lifesavingsport - Bij de Reddingsbrigade kun je de sport lifesaving doen. Door bij trainingen en wedstrijden deel te nemen aan verschillende onderdelen blijven lifeguards fit en scherp voor het echte hulpverlenings- en reddingswerk.

HOE IS DE REDDINGSBRIGADE ONTSTAAN?

Vroeger konden maar weinig mensen goed zwemmen. Daarom kwam een verdrinking best vaak voor, bijvoorbeeld doordat iemand in een gracht viel. Sommige mensen wilden iets doen om drenkelingen te kunnen helpen, maar dat konden ze niet alleen.

1908

In 's-Hertogenbosch werd de eerste reddingsbrigade opgericht. De leden daarvan hadden het doel om drenkelingen te redden en wilden in die stad zorgen voor genoeg reddingsmiddelen. De leden konden meedoen met wedstrijden om nog fitter en beter te worden. Ook gaven ze zwemlessen. De jaren erna werden steeds meer reddingsbrigades opgericht.



1917

Alle reddingsbrigades bedachten een eigen manier van lesgeven en redden. Dat was niet wenselijk. Om daarover te praten, kwamen ze in 1917 bij elkaar. De reddingsbrigades besloten toen dat het beter was om te gaan samenwerken in een grote vereniging. Zo konden ze met z'n allen de beste manier bedenken om zwemlessen te geven en mensen te redden. Op 16 september 1917 werd de Nederlandse Bond tot het Redden van Drenkelingen, de NBRD, opgericht.



De eerste reddingsbrigade is in 1908 opgericht!



1950-1952

In 1950 werd Prins Bernhard beschermheer van de NBRD. Op 4 oktober 1952 kreeg de organisatie daarom een andere naam: Koninklijke Nederlandse Bond tot het Redden van Drenkelingen (KNBRD). Zo heet de organisatie officieel nog steeds, maar om het makkelijk te maken, zeggen we meestal Reddingsbrigade Nederland.



1953

In 1953 vond de Watersnoodramp plaats, de grootste Nederlandse natuurramp van de 20ste eeuw. Een zware storm veroorzaakte heel hoog water, wat de dijken niet konden tegenhouden. Daardoor overstromden gebieden in de provincies Zeeland, Zuid-Holland en Noord-Brabant. Het water drong vele huizen binnen, waardoor mensen en dieren in de problemen kwamen.

Reddingsbrigades besloten om met hun boten naar de rampgebieden te gaan om mensen en dieren te redden. De bange bewoners waren erg blij dat deze helpers kwamen. Daarna werd er geld ingezameld om te zorgen dat er altijd reddingsboten zouden zijn. Zo is de Nationale Rampenvloot ontstaan.



2012

De Nationale Rampenvloot wordt hernoemd naar Nationale Reddingsvloot.

WORD ZWEMVEILIG EN ZWEMVEILIG!

Als je gaat zwemmen, moet dat veilig gebeuren. Er zijn dingen die je zelf kunt doen om ervoor te zorgen dat je niet in de problemen komt. Haal eerst het Zwem-ABC! Pas dan ben je zwemveilig! Zwemveilig zijn betekent dat je in en om het water kunt overleven en daar op een veilige manier kunt bewegen en recreëren. Zwemveiligheid wordt bepaald door jouw vaardigheden in het water, door wat je aan het doen bent en door de omstandigheden. Heb je het Zwem-ABC en heb je daarna nog gezwommen en geoefend? Dan pas is het verstandig om buiten het zwembad te gaan zwemmen. Als je dit wilt, is het heel belangrijk om naar een plek te gaan waar je mag zwemmen en waar toezicht is! Ga nooit in je eentje zwemmen!

Dus:

- 1 Leer zwemmen
- 2 Zwem waar toezicht is
- 3 Zwem nooit alleen

TIP!

Er zijn ook reddingsbrigades waar je het Zwem-ABC kunt halen!



Wat als je toch in de problemen raakt?

Je bent aan het zwemmen en je raakt in de problemen, bijvoorbeeld omdat je te ver bent afgedreven en het niet lukt om terug te komen. Wat moet je dan doen? Ga eerst op je rug drijven om rustig te worden. Als je iets bij je hebt dat drijft, bijvoorbeeld een luchtbed of een voetbal, gebruik dat dan om je aan vast te houden. Roep en zwaai om hulp. Blijf dan rustig wachten, totdat iemand je komt helpen.

Dus:

- 1 Raak niet in paniek
- 2 Ga op je rug drijven of gebruik iets om te drijven
- 3 Roep en zwaai om hulp

TIP!

Bij de Reddingsbrigade kun je lessen volgen waarin je leert hoe je jezelf kunt redden in het water en wat je moet doen als er iets misgaat.

Wat moet je doen als je iemand in de problemen ziet?

Je ziet een persoon in het water in de problemen. Wat moet je dan doen? Roep eerst zo snel mogelijk naar iemand anders die jou kan helpen, bijvoorbeeld een ouder. Bel dan 112. Als het mogelijk is: gooi iets in het water wat blijft drijven zoals een bal, een reddingsboei of een reddingslijn. Je kunt ook iets naar hem of haar uitsteken wat kan worden vastgepakt zoals een tak of een stuk hout. Het is heel belangrijk dat je niet zelf het water ingaat! Als je dat doet, is er een grote kans dat jij ook in de problemen komt. Houd goed in de gaten waar de drenkeling in het water is of vraag iemand anders dat te doen, totdat de drenkeling hulp krijgt.

Dus:

- 1 Roep om hulp
- 2 Gooi iets wat blijft drijven of steek iets uit wat gepakt kan worden
- 3 Praat iemand naar de kant
- 4 Ga nooit zelf het water in!

Bekijk onze flyer met tips voor zwemmen in open water!

TIP!

Bij de Reddingsbrigade kun je lessen volgen waarin je leert hoe je zwemmend anderen kunt redden!



OPLEIDINGEN

Bij sommige reddingsbrigades kun je de Nationale Zwemdiploma's A, B en C behalen. Maar je kunt bij de Reddingsbrigade nog veel meer diploma's scoren! De Lifesaving-opleidingen zijn bedoeld voor kinderen. Plezier hebben staat voorop!

Welke diploma's kun je behalen?

Junior Redder (1 tot en met 4) voor 6-9 jaar - Na het Zwem-ABC kun je beginnen met de lessen voor Junior Redder. Het belangrijkste doel hierbij is om spelend te leren hoe je jezelf kunt redden als je in het water in de problemen komt. Je leert te reageren in bijzondere situaties en je maakt kennis met reddingsmiddelen.

Zwemmend Redder (1 tot en met 4) voor 9-12 jaar - Hierbij leer je hoe je zwemmend anderen kunt redden. Het gaat vooral over het vervoeren van iemand in het water. Je werkt ook samen met andere kinderen.

Lifesaver (1 tot en met 3) voor 12-16 jaar - Hierbij leer je hoe je jezelf nog beter kunt redden in het water. Je leert ook hoe jij in je eentje iemand kunt helpen die in het water in de problemen is gekomen én hoe je eerste hulp moet verlenen.

Lifeguard vanaf 15 jaar - Vanaf 15 jaar kun je aan een van de Lifeguarding-opleidingen beginnen. Om aan een Lifeguarding-opleiding te beginnen, heb je niet eerst een van de Lifesaving-diploma's nodig, al is dat natuurlijk wel handig! Als je een lifeguarddiploma hebt behaald, dan mag je als lifeguard werken.



Meld je aan bij een **reddingsbrigade** bij jou in de buurt!



Wil je ook een diploma halen bij de Reddingsbrigade? Dan kun jij je aanmelden bij een reddingsbrigade bij jou in de buurt. Scan de QR-code voor een overzicht!



STRANDVLAGGEN

LIFEGUARDS AANWEZIG

Deze vlag geeft aan dat de reddingspost is geopend en dat er toezicht wordt gehouden door lifeguards.



PAS OP MET ZWEMMEN! GEVAARLIJK!

Deze vlag geeft aan dat het gevaarlijk is om het water in te gaan. Als je wel gaat baden, zwemmen of watersporten moet je extra voorzichtig zijn.



NIET ZWEMMEN! ZEER GEVAARLIJK!

Deze vlag geeft aan dat het heel gevaarlijk is om het water in te gaan. Het wordt streng afgeraden om te baden, zwemmen of watersporten.



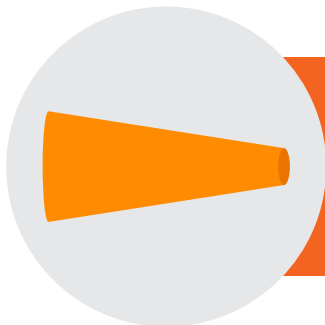
BADEN EN ZWEMMEN VERBODEN!

Twee rode vlaggen onder elkaar geven aan dat het verboden is om daar te baden of zwemmen. Als je toch het water ingaat, kun je een boete krijgen.

KIND GEVONDEN!

Deze vlag geeft aan dat er een kind is gevonden dat de ouders of verzorgers kwijt is. Wie een kind mist, wordt verzocht om snel naar de reddingspost te komen.





PAS OP MET ZWEMMEN! GEEN DRIJFMIDDELEN GEBRUIKEN!

Deze windzak geeft aan dat de wind richting de zee blaast, waardoor het gevaarlijk is om met drijfmiddelen zoals een luchtbed het water op te gaan.

GEVAARLIJKE (ZEE)DIEREN EN/OF ONGEDIERTE IN HET WATER!

Deze vlag geeft aan dat er sprake is van gevaarlijke (zee)dieren en/of ongedierte in het water. Het wordt afgeraden om er te zwemmen.



EERSTEHULPPERSONEEL AANWEZIG OP DE REDDINGSPOST

Deze vlag geeft aan dat er eerstehulpers aanwezig is op de reddingspost.

WATERSPORTGEBIED

Deze vlag wijst op een watersportgebied. Tussen twee van deze vlaggen is het toegestaan om te watersporten.



Reddingsbrigades hebben allerlei vlaggen om te waarschuwen. Het is belangrijk dat je weet wat deze betekenen.



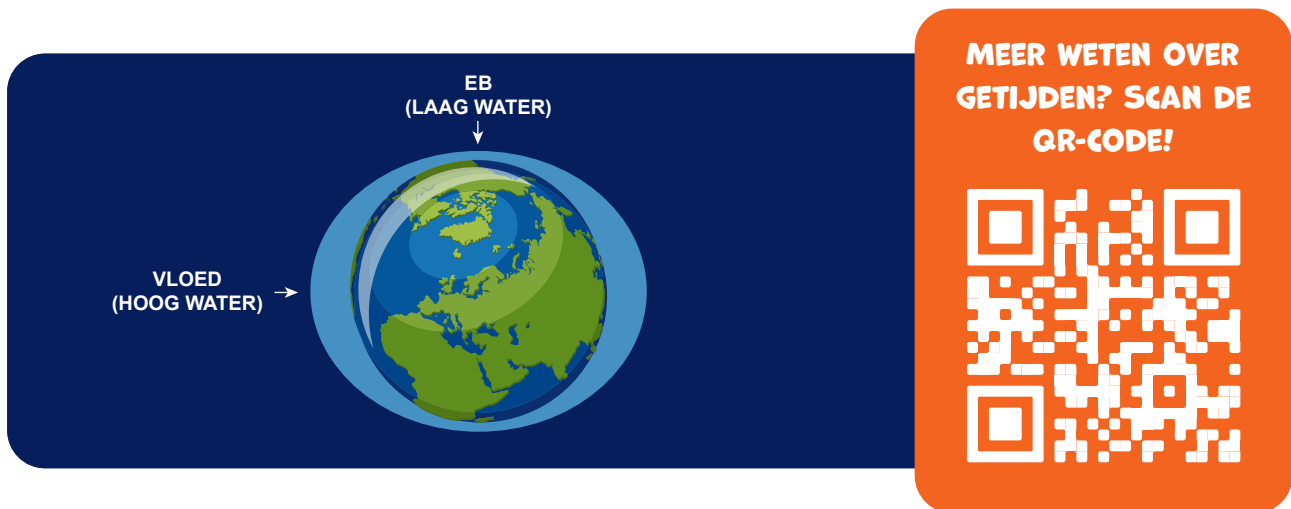
GETIJDEN EN MUIEN

Om veilig te kunnen zwemmen in de zee is het belangrijk om te weten wat getijden en muien zijn.

Wat zijn getijden?

Als je weleens een hele dag op het strand bent geweest, dan heb je het vast gezien: het strand kan groter of kleiner worden. Die veranderingen komen door iets wat het getij heet. De zee stijgt en daalt steeds. Als het water stijgt, noemen we dit vloed. Als het water daalt, noemen we dit eb.

Het getij ontstaat doordat de maan, de zon en de aarde elkaar aantrekken. Dat veroorzaakt stroming van water. Maar er kunnen meer dingen gebeuren zoals het ontstaan van gevaarlijke muien!



Wat is een mui?

Voor de kust liggen zandbanken. Tussen twee zandbanken bevindt zich een mui. Daar stroomt het water terug de zee in (bij laagwater, eb) of juist richting het strand (bij hoogwater, vloed).

Muien zijn gevaarlijk. Dat komt doordat de stroming in een mui soms heel sterk is. Als je in de zee aan het zwemmen bent en je komt in een mui, dan kun je verder van het strand af getrokken worden. Als de stroming sterk is, kun je daar niet tegenin zwemmen.

Kom je in een mui terecht, dan kan dat best wel eng zijn. Als dit gebeurt, is het belangrijk dat je niet in paniek raakt. Onthoud goed dat een mui je nooit onder water kan trekken. Zwaai rustig met je armen om aandacht van anderen te krijgen en zorg dat je blijft drijven. Laat je met de stroming meevoeren tot achter de zandbanken en probeer vooral niet tegen de stroming in te zwemmen. Dan raak je vermoeid en dat vergroot de kans dat je in grote problemen raakt! Wacht tot de stroming minder wordt en je weer kunt zwemmen. Zwem dan schuin weg om uit de stroming te komen en zwem daarna terug naar het strand.



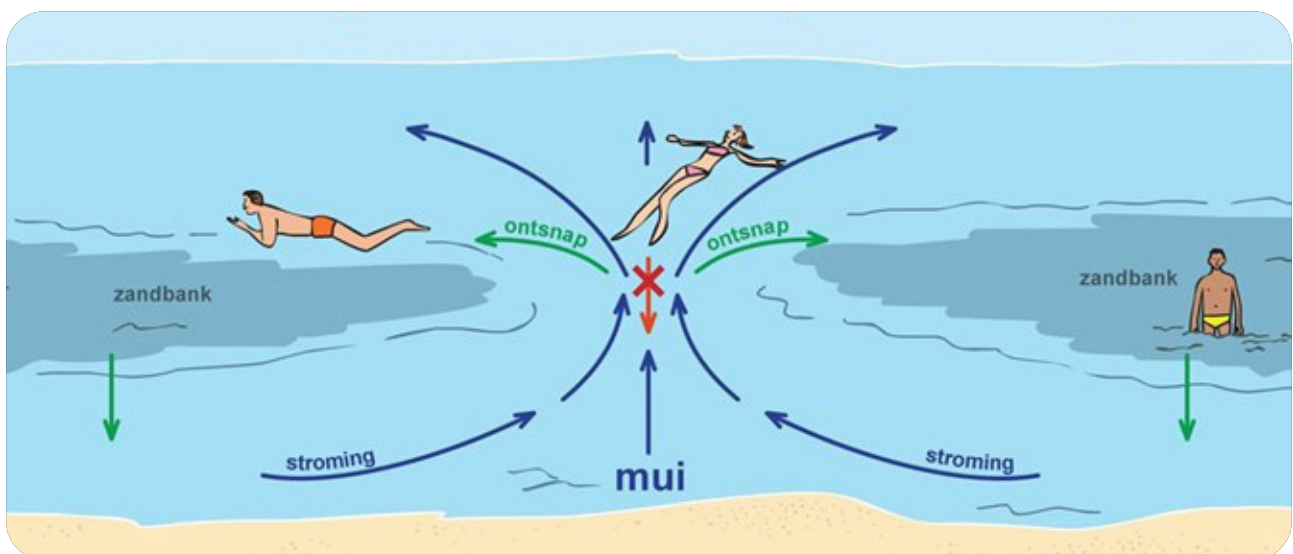
Wat moet je doen als je in een mui terechtkomt?

Wel doen

- Blijf rustig.
- Roep om hulp.
- Rustig blijven drijven op je rug. Als je iets drijvends hebt (zoals een luchtbed of bal) kun je je daaraan vasthouden.
- Laat je rustig meevoeren, totdat de stroming afneemt.
- Zwem als de stroming is afgenomen schuin weg om eruit te komen en zwem daarna terug naar het strand.

Niet doen

- In paniek raken.
- Tegen de stroming in zwemmen.
- Hard gillen en spartelen.



WATERHULPVERLENING

Lifeguards hijsen strandvlaggen om mensen te waarschuwen voor gevaarlijke situaties. Ze houden toezicht op iedereen in, op en langs het water. Lifeguards letten op vanuit hun reddingspost, waar ze tegelijkertijd over allerlei onderwerpen zoals het weer en de zee spreken. Ze lopen soms hele stukken over het strand, maar kunnen bij hun brigadewerk bijvoorbeeld ook een reddingsboot, waterscooter of reddingswagen gebruiken. Lifeguards dragen daarbij altijd opvallende kleding in de kleuren geel en rood, zodat ze overal in de wereld gemakkelijk te herkennen zijn. Ze helpen mensen die in de problemen zijn gekomen en als het nodig is, verlenen zij eerste hulp. Het zijn allemaal goed opgeleide vrijwilligers, die zich inzetten omdat ze dit graag doen. Lifeguards krijgen weinig of niet voor hun brigadewerk betaald. Het zijn echte helden! De Reddingsbrigade is dus sterk in waterhulpverlening.

Welke taken heeft een lifeguard?

- **Voorlichting geven** - Lifeguards kunnen uitleggen waarop je moet letten als je veilig in open water wilt zwemmen.
- **Toezicht houden** - Lifeguards letten goed op strandbezoekers, baders, zwemmers en watersporters.
- **Strandvlaggen hijsen** - Lifeguards hijsen speciale strandvlaggen om mensen te waarschuwen voor gevaarlijke situaties.
- **Hulp verlenen** - Lifeguards verlenen hulp aan mensen die in de problemen zijn gekomen. Het kan om iets kleins gaan, bijvoorbeeld een splinter of een beet van een kwal, maar ook om iets ernstigs zoals een verdrinking.
- **Rapporteren** - Lifeguards houden altijd goed bij wat ze op een dag meemaken. Zo kunnen ze ervan leren voor een volgende keer.

Om deze taken goed uit te kunnen voeren, hebben lifeguards veel kennis nodig. Daarom volgden ze opleidingen. Lifeguards moeten weten waar en wanneer het veilig is om te gaan zwemmen en wanneer niet. Ze weten van alles over het water, de wind en het getij. Lifeguards moeten ook een goede conditie hebben, zodat ze mensen snel en goed kunnen helpen.



Welke materialen gebruikt een lifeguard?

Lifeguards werken met reddingsmiddelen. Het is belangrijk dat ze regelmatig daarmee oefenen om alles goed te kunnen doen.

Belangrijke spullen die een lifeguard gebruikt zijn onder andere:



Een reddingsvest om bij hulpverlening in het water te kunnen blijven drijven.



Een werpzak of reddingsklos om naar een drenkeling te kunnen gooien.



Een rescuetube, waaraan een drenkeling zich kan vasthouden bij een redding.



Een portofoon, een soort walkie talkie om met collega's te kunnen praten.

In een reddingswagen zijn nog meer spullen aanwezig, die de lifeguards kunnen gebruiken als iemand gewond is. Bijvoorbeeld een EHBO-doos en een brancard.



BRANDWEER

REDDINGSBRIGADE

NATIONALE REDDINGSVLOOT

In 1953 vond de Watersnoodramp plaats. Door hoogwater braken de dijken door en overstroomden grote gebieden in de provincies Zeeland, Zuid-Holland en Noord-Brabant. Straten en huizen kwamen onder water te staan. Veel reddingsbrigades gingen met boten naar die gebieden toe om mensen en dieren te redden. Iedereen was erg geschrokken van deze ramp, maar ook heel blij dat de Reddingsbrigade kwam om te helpen.

Dit was de aanleiding voor de Nederlandse regering om de Nationale Rampenvloot op te zetten, zodat er bij een nieuwe overstroming genoeg reddingsboten zouden zijn. In 2012 veranderde de naam naar Nationale Reddingsvloot, ofwel de NRV.

De NRV is een samenwerking tussen de brandweer en de Reddingsbrigade. Als er een waterramp is, helpt de NRV dus mensen te bevrijden uit hun huizen en naar een veilig gebied te brengen. De NRV bestaat uit 88 boten met bemanningsleden. Ze oefenen regelmatig, zodat ze goed voorbereid zijn op een inzet.



**MEER WETEN
OVER DE NRV?
SCAN DE
QR-CODE!**



LIFESAVINGSPOORT

De Reddingsbrigade is een organisatie die mensen voorlichting geeft, opleidt en helpt, maar het is ook een sportbond. Onze sport heet lifesaving. In het Nederlands betekent dat: een sport om levens te redden. Door de lifesavingsport worden lifeguards nog fitter en beter om het echte reddingswerk in, op en langs het water te kunnen doen. Lifesaving is niet alleen voor lifeguards. Iedereen die het leuk vindt, kan meedoen!

De lifesavingsport wordt over de hele wereld gedaan. Er zijn zelfs Europese kampioenschappen en wereldkampioenschappen, waaraan ook leden van Lifesaving Team Nederland meedoen.



**DEZE TOPPERS VORMEN
SAMEN LIFESAVING TEAM
NEDERLAND!**



**AAN HET EIND VAN HET
JAAR IS ER ALTIJD DE
ORANGE CUP, WAARAAN
TOPSPORTERS VAN OVER DE
HELE WERELD MEEDOEN!**

Lifesaving bestaat uit heel veel sportonderdelen. Die worden gedaan in het zwembad, in en op zee, en op het strand. Sommige onderdelen doe je in je eentje en bij andere sport je met een team. Op de website van Reddingsbrigade Nederland staan alle onderdelen.

Een paar voorbeelden:

- 100 meter popduiken met zwemvliezen
- 200 meter hinderniszwemmen
- 4 x 25 meter vervoersestafette
- Surf Race
- Run - Swim - Run
- Beach Sprint



**MEER WETEN OVER
DE SPORT EN DE
ONDERDELEN? SCAN
DE QR-CODE!**



JOUW SPREEKBEURT

Nu je alles over de Reddingsbrigade weet, is het tijd om jouw spreekbeurt voor te bereiden. Over welke onderwerpen ga je het hebben tijdens je spreekbeurt? Vul het woordweb in!



Om je verder op weg te helpen met je spreekbeurt, hebben we een voorbeeld van een PowerPoint-presentatie gemaakt. Download die van onze website.



SCAN DE QR-CODE
OM DE PRESENTATIE
TE DOWNLOADEN





