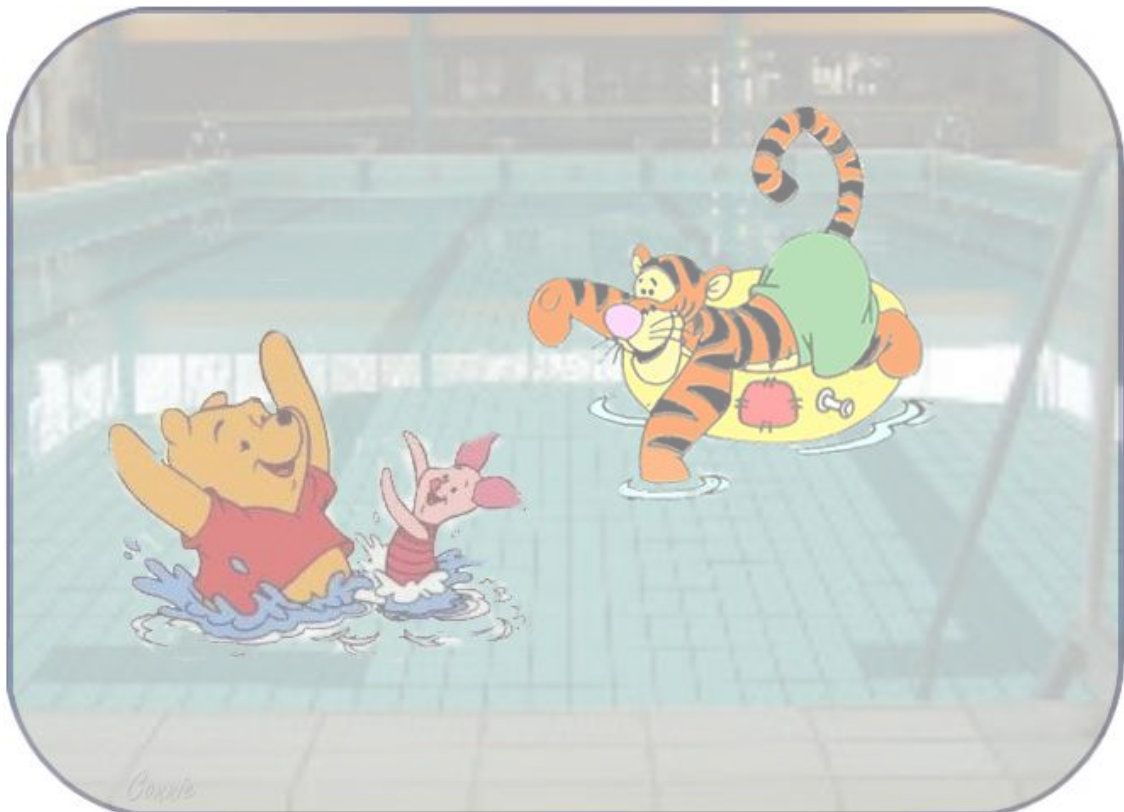




**Verenigingsblad van de Venlose Reddingsbrigade (VRB)
Gemaakt door- en voor leden, oud-leden, donateurs en adverteerders**



Colofon "SPATJES"

Redactie:

Carlo Bentlage	Kopiëren
Connie Helmer	Layout + eindredactie
Henk Ketelings	Kopiëren
Liesbeth Titulaer	Koken met Spatjes
Connie Helmer	ontspannings hoekje

Redactieadres:

Redactie "Spatjes"
Connie Helmer
Spatjes@venlosereddingsbrigade.nl

Aanleveren van kopij kan via mail of geschreven. Houd de uiterste inleverdatum in de gaten; dit is de 15^e van elke maand.

Trainingen:

Zwembad "de Wisselslag" Blerick
Drie Decembersingel 52

Maandagavond:

18:30 – 22.00 uur

Zondagmorgen:

11:30 – 12.30 uur

Spreekuur bestuur:

Elke maandagavond van 19.15 tot 19.45 uur
In de hal van het zwembad

Verenigingslokaal:

"de Boei"
Drie Decembersingel
Tel.: 06 48478889

Correspondentieadres:

Postbus 3170
5902 RD VENLO



Hallo allemaal,

De lente is begonnen en wat hebben we al mooi weer....

De algemene ledenvergadering hebben we ook weer gehad. De opkomst was zeker niet slecht. Na afloop de gezellige kienavond met zeer leuke prijzen en lekkere hapjes. Ik denk dat iedereen toch wel tevreden naar huis is gegaan.

Ook voor de komende maand staan er weer enkele leuke dingen op het programma, maar dat kunnen jullie allemaal verderop in deze Spatjes vinden.

Ik wens iedereen weer veel leesplezier.

Groetjes de Redactie



Hallo allemaal,

Het weer begint stukken beter te worden. Langzaam komen de meeste weer uit hun winterslaap. Ook de zwemmende leden zijn hard aan het oefenen om in Juni weer helemaal klaar te zijn voor de examens. Intussen is de jaarvergadering weer geweest maar ook aansluitend het kienen was dit jaar een groot succes. Niemand is er met lege handen hoeven gaan. Dank aan alle sponsors en natuurlijk de leden om het een gezellig en geslaagde avond te maken.

Zoals vele al weten zijn er weer twee nieuwe bestuursleden bij gekomen en zullen wij volgende maand een nieuwe functie indeling in spatjes bekend maken zodat iedereen ook weet bij wie ze terecht kunnen. Natuurlijk kun je altijd al elke maandag tijdens het spreekuur in de hal van het zwembad terecht. (van kwart over zeven tot kwart voor acht.) Wil je niet met je vraag blijven zitten kun je ons ook altijd mailen: VRB@VenloseReddingsbrigade.nl

Onze nieuwe website hebben jullie natuurlijk ook allemaal alweer gezien??????

Ook wilde wij via deze weg nogmaals de vele vrijwilligers bedanken voor hun inzet van afgelopen jaar, hiervoor hebben wij een kleine attentie liggen in de boei...

Afgelopen week hebben vele in Venlo de Venloop gelopen, hierbij was de VRB ook goed vertegenwoordigd, niet als lopers maar als EHBO-ers. Vele EHBO-ers helpen het Rode Kruis en EHBO Venlo bij vele inzetten.

Ik ga weer lekker in de zon zitten.. Tot volgende maand.

Veel zwem en lees plezier.

Kevin Herpers

Agenda

April

Mei

01	vr			01	zo	mei vakantie
02	za			02	ma	spatjes komt uit
03	zo			03	di	
04	ma	spatjes komt uit		04	wo	
05	di			05	do	COB
06	wo	ehbo her		06	vr	
07	do	COB		07	za	
08	vr			08	zo	
09	za			09	ma	
10	zo			10	di	
11	ma	EHBO zwembad		11	wo	
12	di			12	do	theorie LS 2en 3
13	wo	-		13	vr	
14	do	theorie LS 2en 3		14	za	
15	vr	inl copy spatjes		15	zo	inl copy spatjes
16	za			16	ma	
17	zo			17	di	Buit.zw bew.
18	ma	prestatie zwemmen		18	wo	
19	di			19	do	theorie LS 2en 3
20	wo			20	vr	
21	do	theorie LS 2en 3		21	za	
22	vr			22	zo	
23	za			23	ma	
24	zo	pasen		24	di	
25	ma	pasen		25	wo	
26	di			26	do	theorie LS 2en 3
27	wo			27	vr	
28	do			28	za	
29	vr			29	zo	
30	za	Koninginnedag		30	ma	
				31	di	

lekker puzzelen

Woordzoeker

i m y j f m a g a z i n e w e b z y b m
u v e r m a a k l d n b u t h u i s u y
i d n s t o p l e i d i n g d q u u k j
t o y m t e f f n r f d o e n g x j m j
d r q i h d l t k w o r k s h o p b o u
r w b e i k t e r i n t e r n e t j f r
u o x f n j a y v o p r i c r s t d o r
k o d a k u m x v i t l u j x u p y p d
k r p f q l f o l e s s e i d g s d a u
i d l b u e b n s y p i x z m z d t b n
n e a e e g h d p q f u e v i t v j u t
g n a e s p m e d o b d z u q e e c j f
y o t l t u a r e c e z q z n p r e m y
l c s d b z k w n l f f p q e e m t s q
u t q i o z e e k l e r e n j l v h y i
i w i n v e n g e f z k o n o o e g g f
t c r g i l v f n w l e t m e r e n w g
g x f l s j w y c z e y i h v n h o j p
v i f h n l h m l d x w c q u r l s j e
c q u k c y u v e f p z r l u d w l w d

Woorden:

thinkquest
puzzelen
quiz
denken
leren
maken
doen

televisie
magazine
workshop
legpuzzel
opleiding
oefenen
vermaak

tijd
woorden
afbeelding
rust
internet
onderweg

plezier
trots
plaats
ruimte
uitdrukking
thuis

Sudoku

3	6		7		1		5	
	7	4						9
		8						
	5		4	3		1		
			2	7	8			
		9		6	5		4	
						5		
8						9	3	
	1		9		3		6	4

1	2					6		
				6				
	9				2	3	4	
6			5			8	1	4
	1	2				7	6	
7	4	5			1			3
	8	3	1				9	
				9				
		1					7	6

ontspanningshoekje ontspanningshoekje





KNOBELTOCHT

HALLO VRBTJES

**op 11-06-2011 is er weer
het
knobelweekend
houd deze datum vrij
tevens is er een oefening
Zie volgend spatje**



wie is er jarig in april

Jo		Lamers	3
Danique		Stappers	3
Evie		Vaessen	6
Michelle		Thijssen	7
Pim		Bosch	9
Hans		Oijen	10
Elly		Joosten	11
Evelien		Oomen	11
Wouter		Blom	11
Wim		Weijmans	12
Kimberly		Bouten	12
Justin	van de	Ven	12
Joep		Peters	13
Hans		Eijsermans	16
Casper	van	Rens	18
Maikel		Maessen	19
Victor		Peeters	23
Lotte	van	Bergen	24
Paddy		Pasmans	24
Marco		Suman	25
Slava		Nilous	26
Ilse		Kuppers	26
Riek		Karis	28
Theuntje		Blom	29



Gefeliciteerd

Les over de eerste hulp bij waterongelukken

Iedereen die van half 8 tot half 9 heeft gezwommen, heeft ons op 14 maart wel gezien in het doelgroepenbad of in het instructiebad met een of andere oranje plank.

De verklaring hiervoor is dat op 14 maart hebben de mensen van lifesaver 2 (16 jaar) en oudere een praktijk les gehad over de eerste hulp bij waterongevallen. En waar kan je het beste zo'n les geven? Juist, in het zwembad!

We hebben de groep eerst in tweeën gedeeld. De ene groep ging als eerste in het instructiebad en de andere groep ging als eerste in het doelgroepenbad. In het doelgroepenbad hebben we eerst nog eens een aantal technieken besproken en geoefend die we kunnen gebruiken om iemand te vervoeren of uit het water te krijgen. Hierna zijn we gaan oefenen met de nekkraag en met de wervelplank. De nekkraag is een kraag die ervoor zorgt dat de nek stabiel ligt, zodat we ervoor zorgen dat degene geen pijn krijgt aan de nek of dat de pijn niet verergerd wordt. De oranje plank die in het water lag, noemen we een wervelplank. Deze plank gebruiken we als de drenkeling niet zelf het water uit kan komen of wanneer de drenkeling bewusteloos is. We hebben moeten proberen de wervelplank onder iemand te schuiven en op de kant te tillen. Dit ging natuurlijk niet altijd vlekkeloos goed, waardoor je in hele leuke situaties komt.

In het instructiebad hebben we nog de EHBO kist besproken en we hebben geoefend hoe je een staand iemand met behulp van de wervelplank veilig neer kan leggen. Natuurlijk was het wel even wennen hoe je dat moet doen, maar het is uiteindelijk toch gelukt.

Er zijn foto's van deze les gemaakt, dus als je ons in actie wil zien, dan zul je even op de site moeten kijken:

www.venlosereddingsbrigade.nl

Ik wens iedereen nog veel leesplezier!

Chantal Nent





Koken met Spatjes

OVENSCHAALTJE VAN AARDAPPELEN EN WORTELS

Ingrediënten:

4 aardappelen
2 worteltjes
3 eierdooiers,
0.5 dl room,
2 eetlepels kervel (fijngehakt)
15 g boter
zout
peper
nootmuskaat
ovenschaaltje

Bereiding:

De oven voorverwarmen op 180°C
De aardappelen schillen en koken. afgieten en goed laten drogen. Met een draaizeef of een stamper pureren. De worteltjes schillen en fijnhakken. De kervel fijnsnijden. De room half opkloppen. Vermengen met de eierdooiers, de gehakte worteltjes, de kervel en de room. Zout, peper, en nootmuskaat naar smaak toevoegen. ovenschaaltje invetten met boter. Het aardappelwortel mengsel erover verdelen. In de warme oven ongeveer 15 minuten laten bakken knapperig opdienen.

GEVULDE WITLOF

Ingrediënten:

8 stronkjes witlof
2 eetlepels paneermeel
1 ei
500 gram runder gehakt

Bereiding:

Maak het witlof schoon en halveer deze in de lengte. Verwijder de bittere kern maar zorg ervoor dat de blaadjes aan elkaar blijven.. Meng het gehakt met het ei en de paneermeel.

<p>1 theelepeltje citroensap 1 mespunt kerriepoeder 1 eetlepel boter nootmuskaat zout en peper 2 eetlepels fijn gesneden peterselie</p>	<p>Breng op smaak met nootmuskaat, peper en zout. Verdeel het gehakt over 8 halve witlofstronkjes en bind er de 2de helft tegen met keukentouw of steek ze vast met een prikker. Leg de stronkjes naast elkaar in een bodempje water, besprenkel met citroensap, en kruid de witlof met peper, zout en kerriepoeder naar smaak. Doe de boter er bij, en laat het geheel met de deksel op de pan ongeveer 30 minuten sudderen. Verwijder het touwtje en schik 2 gevulde stronkjes op een bord. Giet er een beetje stoomvocht over en garneer met de fijn gesneden peterselie.</p>
--	--

BANANEN SOUFLÉTJES

<p>Ingrediënten:</p> <p>4 rijpe bananen 50 g kristalsuiker 1 citroen 20 g maïszetmeel 20 el melk 4 eieren wat boter</p>	<p>Bereiding:</p> <p>Verwarm de oven voor op 180°C. Prak de bananen met een vork, besprenkel met citroensap, meng en bewaar koel. Breng de melk aan de kook. Scheid de dooiers van het eiwit. Klop de dooiers met de suiker en klop de eiwitten tot een stevige sneeuw. Doe het maïszetmeel in een steelpannetje, giet er de hete melk over en laat enkele minuten indikken op een zacht vuurtje onder voortdurend kloppen. Haal van het vuur af, voeg de eierdooiers toe, daarna de geprakte bananen. Goed mengen alvorens het eiwit erdoor te roeren. Beboter 4 soufflévormpjes en giet er deze bereiding in. Laat 15 minuten bakken in de oven. Bestrooi de soufflés met wat suiker en zet ze heel eventjes onder de ovengril. Dien meteen op.</p>
--	--





De pen



Hallo allemaal,

Misschien was het jullie al opgevallen maar vorige maand hadden we geen stukje voor `De pen`.

Toch willen we dit graag in de Spatjes houden, omdat het wel leuk is om van iemand te lezen hoe hij of zij op het idee gekomen is om bij de Reddingsbrigade te komen en hoe lang je al lid bent.

Omdat de laatst aangewezen persoon vergeten is dat hij/zij een stukje zou mogen schrijven zal ik deze maand een stukje verzinnen.

Ik zal maar beginnen bij het begin.... Ik ben Connie Helmer. Sinds 4 jaar is mijn zoon lid van de Reddingsbrigade en hij zwemt met veel plezier elke week. Elke week zit ik dus in het zwembad of in de Boei te wachten tot hij klaar is.

Sinds een paar maanden verzorg ik de layout (dat is de opmaak, hoe iets eruit ziet) van de Spatjes.

En nu ben ik ook lid geworden van het bestuur, degene die op de ledenvergadering aanwezig waren hebben dat al gehoord en gezien. En zo hoop ik mijn steentje bij te kunnen dragen aan de Reddingsbrigade.



Zwemmen doe ik heel graag, ik zou alleen willen dat ik er meer tijd voor had. Wij (mijn zoon en ik) doen wel elk jaar met de zwemvierdaagse mee. En dat is eigenlijk de tijd dat ik kennis heb gemaakt met de Reddingsbrigade, maar dan wel 30 jaar geleden ongeveer. Toendertijd is nooit in me opgekomen om ook op `zwemles` te gaan daar ik toen heel andere interesses had. Dus verder dan een A en B diploma kom ik niet.

Voor de rest zijn mijn hobbies computeren, lezen en sporten zoals aerobic, squashen en badminton. En nu dat het weer mooi weer gaat worden kan ik natuurlijk kilometers gaan skeeleren mmmm.....



Zo ik vind dat ik weer genoeg verteld heb, ik wil graag de pen doorgeven aan **Maikel Maessen** die zich dan ook aan iedereen voor mag stellen. Haha, succes ermee.....

En nog veeeeeeeeeeel zwemplezier

Groetjes Connie



Efkes lache...

Het renpaard

Henk en Jan, twee mannen die snel rijk wilden worden, hadden al hun geld geïnvesteerd in een renpaard. Een briljant idee, totdat ze erachter kwamen dat het dier het langzaamste wezen op deze planeet was. Iedere race waaraan het deelnam, eindigde het met enkele honderden meters achterstand op de voorlaatste knol.

‘Tjongejonge, wat een waardeloos paard,’ zegt Henk

‘Dit heeft geen zin meer, Jan. Alle tijd en moeite die we er nu nog in stoppen. Is compleet weggegooid. We moeten van dat paard af zien te komen.’

‘Tja, maar hoe kom je van zo’n beest af?’

‘Gewoon,’ antwoordde Henk.

‘Hier laten staan en dan hard wegrennen.’



Cellist



Een man vraagt aan zijn kleine buurjongetje; ‘wat doet jouw vader eigenlijk? Het jongetje antwoordt; ‘die is cellist’. ‘Cellist? Ik wist niet dat je vader aan muziek deed,’ zegt de man. Waarop de jongen weer zegt; ‘dat doet hij ook niet, maar voor zijn laatste inbraak heeft hij twee jaar cel gekregen’.

Welke tram?

Er staat een man op het Muntplein in Amsterdam. Als er een tram aankomt geeft hij een kus op de voorruit en gooit een bos bloemen naar binnen. Lijn 24 komt voorbij, kus op de voorruit en een bos bloemen naar binnen. Lijn 25 komt voorbij, kus op de voorruit en een bos bloemen naar binnen. Lijn 16 komt voorbij, kus op de voorruit en bos bloemen naar binnen. Een man aan de overkant staat dat zo eens aan te kijken. Op een gegeven moment loopt hij naar de man en vraagt; ‘wat doet u nou toch steeds?’ Zegt de man; ‘gisteren is mijn schoonmoeder hier aangereden door een tram, maar ik weet niet welke bestuurder het is geweest.’





MUTATIE FORMULIER

Gebruik dit formulier a.u.b. indien er wijzigingen zijn in uw persoonsgegevens

Oude gegevens

Naam:.....

Adres:.....

Postcode en woonplaats:.....

Telefoon:.....

Nieuwe gegevens

Naam:.....

Adres:.....

Postcode en woonplaats:.....

Telefoon:.....

Rekeningnummer:.....

Einde lidmaatschap (uiterlijk 15 mei of 15 november inleveren)

Per:.....

Aub ingevuld formulier opsturen naar:

***Venlose Reddingsbrigade
Postbus 3170
5902 RD Venlo***

Voor vragen graag mailen naar secretariaat: VRB@venlosereddingsbrigade.nl

Breng een bezoek aan onze website

www.venlosereddingsbrigade.nl



Correspondentieadres:

Postbus 3170
5902 RD VENLO

Rabobank Venlo e.o.
16.77.57.938

KvK Venlo 4016 41 66

Aangesloten bij
Reddingsbrigades
Nederland

