



## Landelijke Opleiding Tot Uitbeelding van Slachtoffers

### **Beste Lid,**

April heeft zich niet alleen netjes gehouden, maar ook laten zien dat we als organisatie LOTUS stevig in onze schoenen staan. Ondanks de uitdagingen die we hebben meegemaakt, is het mooi om te zien hoe we samengroeien en ons aanpassen aan de veranderende tijden. De inzet en toewijding van iedereen maken het verschil – en dat voel je!

De uitreikingen waren weer een hoogtepunt. Met name de erkenning van 50 jaar lidmaatschap is bijzonder. Wat een inspiratie om te zien hoe passie en betrokkenheid generaties overspannen. Van varkensbloed tot moderne oplossingen: we omarmen de vooruitgang, zonder de waarden van het verleden te vergeten. Dat we nu met “nep” bloed uit een flesje werken, is niet alleen praktischer, maar ook een teken dat we meegaan met de tijd. En dat we dat doen mét respect voor de verhalen en ervaringen die ons verbinden.

De openheid en nieuwsgierigheid tijdens de bijeenkomsten laten zien dat we niet alleen antwoorden geven, maar ook een veilige plek bieden voor vragen en dialoog. Dat is precies waar LOTUS voor staat: verbinden, luisteren en samengroeien.

Het 20-jarig jubileum van de VLN waarvoor we als organisatie waren uitgenodigd, en met 2 bestuursleden aanwezig zijn geweest, was een mooi moment om nieuwe contacten te leggen en bestaande banden te versterken. De gesprekken op de boot over de Zuid-Hollandse wateren waren niet alleen plezierig, maar ook vol belofte voor de toekomst. We staan aan de vooravond van een zonnige periode – en dat gevoel verdienen we om vast te houden.

Terwijl het seizoen voor velen ten einde loopt, blijven wij als organisatie LOTUS actief om alle ontwikkelingen en ervaringen van de afgelopen maanden te bundelen. Zo kunnen we het nieuwe seizoen met nog meer energie en focus ingaan. We zijn op de goede weg: met een sterke basis,

een open blik en de bereidheid om samen het beste uit onszelf en elkaar te halen.

Geniet allemaal van het mooie voorjaar – en bedankt voor jullie inzet, creativiteit en vertrouwen. Samen maken we het verschil!

Sandra van Leeuwen

### **Oproep Instructeur kring de Zeebodem**

Bij kring de Zeebodem zijn ze op zoek m.i.v. seizoen 2027/2028 naar een instructeur om de lessen voor de kring te verzorgen.

Deze kring zit in Urk en bestaat uit 23 gedreven leden maar zit na komend seizoen zonder instructeur, dit kan natuurlijk niet.

Is er een instructeur LOTUS die zich geroepen voelt om zich in te zetten voor deze kring, neem dan contact op met de voorzitter, ze is te bereiken op [marianwoord@hotmail.com](mailto:marianwoord@hotmail.com).

### **Nieuw didactiekboek**

Er is een nieuw boek verschenen waar handige tips instaan voor de didactiek, dit boek is geschreven door Roland Baas en heet Didactiek als Basis.

Heb je belangstelling dan is te bestellen bij WEBEDU via hun website ([www.edustore.nl](http://www.edustore.nl)).

Centraal staat het model Didactische Analyse.

### **VOG**

Wanneer heb ik een VOG nodig en is dat verplicht.

Het gebeurt steeds vaker dat een opdrachtgever hierom vraagt om b.v. een terrein op te komen, maar ook voor overheidsinstellingen is het vaker verplicht.

Je hebt een Verklaring Omtrent Gedrag (VOG) nodig om aan te tonen dat jouw verleden geen belemmering vormt voor het vervullen van een specifieke functie, taak of stage. Het is een screening van het Ministerie van Justitie en Veiligheid die de samenleving beschermt en zekerheid biedt aan werkgevers en organisaties.

In veel gevallen kan/moet je deze zelf digitaal aanvragen, dit kan via onderstaande website.

[www.justis.nl/producten/verklaring-omtrent-het-gedrag/informatie-digitale-vog](http://www.justis.nl/producten/verklaring-omtrent-het-gedrag/informatie-digitale-vog)

Deze ontvang je dan veelal binnen een aantal dagen in je berichten box van Mijnoverheid.nl.

De opdrachtgever zal in de meeste gevallen de kosten hiervan moeten betalen, dit kan je meestal gewoon via het declaratieformulier van je kring regelen.

Een VOG is in veel gevallen onbeperkt geldig, maar er zijn ook instanties die een termijn van 3 maanden, een half jaar of 1 jaar hanteren.

Alle informatie hierover is te vinden op [www.justis.nl/vog](http://www.justis.nl/vog).

### **Mailadres [naam@organisatielotus.nl](mailto:naam@organisatielotus.nl) van Office 356**

Het blijkt dat er nog steeds instructeurs zijn die moeite hebben om met office 365 te werken, en niet hun mailadres kunnen gebruiken.

Wij hebben binnen de organisatie LOTUS een aantal mensen die daarbij kan helpen, en die staan klaar om je waar nodig is te begeleiden, maak hiervan ook echt gebruik, deze mensen zijn te bereiken via het gezamenlijke mailadres [account@organisatielotus.nl](mailto:account@organisatielotus.nl).

Ook op YouTube staat diverse filmpjes met duidelijke instructies, maak hier vooral gebruik van.

### **Herhaalde oproep opleiding Instructeur LOTUS en/of Docent LOTUS**

Zoals bekend wil de organisatie LOTUS blijven groeien. Daarvoor zijn nieuwe instructeurs en docenten hard nodig.

Wij willen in het nieuwe seizoen graag weer starten met een opleiding tot instructeur LOTUS en/of docent LOTUS. Hiervoor zoeken wij enthousiaste LOTUS-slachtoffers die zich verder willen ontwikkelen binnen onze organisatie.

Het volgen van één van deze opleidingen betekent niet alleen een waardevolle bijdrage leveren aan de toekomst van LOTUS, maar biedt ook volop mogelijkheden voor persoonlijke ontwikkeling. Je vergroot je kennis, ontwikkelt didactische vaardigheden, leert anderen begeleiden en groeit in zelfvertrouwen en verantwoordelijkheid. Voel jij je geroepen om één van deze opleidingen te volgen? Of ken je iemand binnen jouw kring die hiervoor geschikt zou zijn? Meld je dan aan via [opleidingen@organisatielotus.nl](mailto:opleidingen@organisatielotus.nl).

Met jouw inzet kunnen we de continuïteit en groei van onze organisatie en de LOTUS-kringen waarborgen. Jouw bijdrage is dus van grote waarde.

Wij kijken uit naar je aanmelding!

### **Nieuwsbrief op de website**

Met ingang van mei zal de nieuwsbrief ook op de website geplaatst worden, deze zal te vinden in de drop down onder het kopje Nieuws en tips, deze zal voor iedereen toegankelijk zijn, en kun je ook terugkijken naar de vorige nieuwsbrieven, ze zullen er vanaf de 1e maand van januari 2026 opstaan.

### **Richtlijnen Eerste Hulp 2026**

Zoals de meeste het wel weten maar toch nog gemist hebben. De nieuwe richtlijnen Eerste Hulp 2026 zijn uit. Deze worden eens in de vijf jaar aangepast. Deze richtlijnen zullen een rol gaan spelen in de komende 29ste druk Oranje Kruis boekje.

Je kunt ze downloaden via Het Oranje Kruis. Succes met lezen.

### **Shock bij het examen LOTUS**

Het is verschillende examinatoren opgevallen dat er de laatste tijd wat dingen gegrimeerd en geacteerd worden die niet in het LOTUSleerboek staan.

Even op een rijtje hoe we het graag zien:

**Kleur:** bleek gegrimeerd in een kleur die bij de huid past. Dat is niet voor iedereen diezelfde kleur gele cakemake-up of datzelfde grijs. Voor sommige mensen is het geel veel te geel en bij sommige mensen komt het grijs heel wit over. Test met een medisch begeleider uit welke kleur bij iemand past en let dan ook op het licht.

**Handpalmen:** niet of wel grimeren? Als je bij shock neergelegd wordt en er is een hele rode handpalm te zien, dan past dat niet in het beeld van shock. Heb je rode handpalmen, breng dan wel wat grime aan. Als je handpalmen niet zo rood zijn, is het wellicht niet nodig.

Glycerine voor klam zweet is wel essentieel. Voorkom in elk geval dat dit samen met de grime een soort smurrie wordt.

Je hoeft niet met een coldpack te gaan werken voor koude handen.

**Nagels:** vaak zie je grime zitten op nagels. Werk vooral dun. Ook hier geldt: hele goed doorbloede nagels passen niet bij het beeld shock, daar is echt wat grime nodig. Nagels grijs maken hoeft niet. Grauw zie je eerder bij hartproblemen.

**Koud:** een slachtoffer met shock zal afkoelen. Een rilling past in het spel. Niet zeggen maar laten zien. Als je ziek bent zeg je ook niet steeds dat je het koud hebt. De hulpverlener leert verdere afkoeling voorkomen en zal een dekentje of iets dergelijks geven. Accepteer dat dan ook anders schiet je je doel voorbij.

**Onrust en krachteloos:** dit kun je aangeven door wat aan je kleding te plukken. Heb je een dekentje gekregen, kun je aan de deken plukken. Een slachtoffer voelt zich beroerd en zit niet lekker. Je kunt krachteloos proberen een andere houding te zoeken.

**Beroerd voelen en wat angstig zijn:** die horen erbij!

## **Doorgeefpen**

LOTUS-Studiekring 033 Zeeuws-Vlaanderen

LOTUS-Studiekring 033 Zeeuws-Vlaanderen is al 52 jaar geleden opgericht als LOTUS-Studiekring Oost-Zeeuws-Vlaanderen. Ooit begonnen als kleine kring, zijn we uitgegroeid tot een hechte vereniging van 18 leden, waar iedereen elkaar kent en samen voor een veilige omgeving zorgt. In het De Warande te St. Jansteen oefenen we met veel plezier en toewijding.

Ongeveer 10 jaar geleden is LOTUS-Studiekring West-Zeeuws-Vlaanderen opgeheven. Verschillende leden hebben toen de overstap gemaakt naar LOTUS-Studiekring Oost-Zeeuws-Vlaanderen. Inmiddels is de naam dan ook gewijzigd naar LOTUS-Studiekring Zeeuws-Vlaanderen.

Op dit moment hebben we geen vaste instructeur, maar stilzitten doen we zeker niet! Twee enthousiaste leden zijn gestart met een pilot-opleiding tot instructeur in Steenberghe. Ze nemen ons mee in hun leerproces, zodat we binnenkort weer instructies 'uit eigen kring' kunnen krijgen. Ons jongste lid heeft zijn diploma in 2024 behaald. Aan de andere kant van het spectrum viert ons langst aangesloten lid al 40 jaar lidmaatschap, een echte steunpilaar binnen de club.

We zijn trots op de onderlinge verbondenheid, het enthousiasme van de leden en de inzet van onze vrijwilligers. Samen maken we LOTUS-Studiekring 033 tot een plek waar iedereen welkom is en waar we elkaar blijven motiveren. Op naar nog vele jaren vol leermomenten, gezelligheid en samenwerking!

Wij geven de pen met plezier door aan kring LOTUS-Studiekring Here We Go.

## **Recept voor de meimaand**

De maand mei staat ook voor het witte goud zoals het genoemd wordt door de experts.

## **Witte asperges met couscous**

**Benodigheden:**

- 400 gr witte asperges
- 1 scheutje melk
- 150 gr parelcouscous
- 400 gr ovengroenten ( bijv. met bloemkool en wortel )
- 100 gr feta
- 1 eetlepel olijfolie
- 1 eetlepel ras el hanout kruiden
- peper en zout
- 1 handje walnoten

**Dressing:**

- 2 eetlepels olijfolie
- 1 eetlepel citroensap
- 1 theelepel oregano (Euroma)
- 1 eetlepel honing
- peper en zout

**Bereiding: Witte asperges**

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Meng de ovengroenten met 1 eetlepel olijfolie, de ras el hanout kruiden en wat peper en zout. Spreid ze uit over een bakplaat en rooster ze ongeveer 20 minuten in de oven tot ze gaar en licht gekarameliseerd zijn.
- Schil ondertussen de witte asperges met een dunschiller vanaf net onder het kopje naar beneden en snijd het houtige uiteinde eraf.

Breng een ruime pan water aan de kook met een scheutje melk en een snufje zout. Kook de asperges hierin in ongeveer 5 minuten beetgaar (afhankelijk van de dikte). Laat ze daarna goed uitlekken.

- Verhit een grillpan op middelhoog vuur. Bestrijk de voorgekookte asperges lichtjes met wat olijfolie. Gril de gekookte asperges kort in de grillpan tot ze mooie grillstrepen hebben. Zo krijgen de witte asperges extra smaak.
- Kook de parelcouscous volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet af en meng de couscous in een grote kom met de geroosterde groenten
- Meng voor de dressing 2 eetlepels olijfolie, het citroensap, de oregano, de honing en wat peper en zout, roer deze dressing door de couscous en de groenten
- Verdeel de couscous over de broden. Leg de gegrilde witte asperges erop en verkruimel de feta erover, strooi tot slot de walnoten over het gerecht voor een lekkere crunch

Tip: Bewaar de couscoussalade zonder de asperges en fetta afgedekt in de koelkast. Hij blijft dan 2 dagen goed, de asperges kun je apart bewaren en vlak voor het serveren kort opwarmen of koud gebruiken.

### **Ledenraad**

De ledenraad zal dit jaar plaatsvinden op 14 november, noteer deze datum alvast in je agenda, de uitnodiging volg t.z.t.



[www.organisatielotus.nl](http://www.organisatielotus.nl)

LOTUS is een Benelux geregistreerd merk