



Société Belge de Médecine Hyperbare et Subaquatique asbl  
Belgische Vereniging voor Overdruk- en OnderwaterGeneeskunde vzw



22 oktober 2023  
Overleven op zee : Get Wet

Trainingscentrum STC-KNRM

**OPEN VOOR IEDEREEN**  
de Heijplaat – Rotterdam (Nederland)

## Wetenschappelijke dag

Get Wet Maritiem ([www.getwet.nl](http://www.getwet.nl)) verzorgt al meer dan 35 jaar indoor maritieme trainingen voor watersporters uit Nederland, Duitsland en België.

De training vindt plaats op de Heijplaat in Rotterdam in het grote overdekte zoetwater trainingsbad van STC-KNRM (lengte 30 m, breedte 14 m, diepte 3 m). Het zwembad heeft een gemiddelde watertemperatuur van  $\pm 21^{\circ}\text{C}$ .

Na een begeleide training van de verschillende reddingssituaties, worden de oefeningen herhaald in realistische situaties: windkracht 7, storm, golven van 1,5 meter, duisternis en bliksem.

### Programma

- |               |  |
|---------------|--|
| 10h00 – 10h30 | Onthaal en inschrijving (cafeteria van het Trainingscentrum)   |
| 10h30 – 11h30 | Briefing – verloop van de oefeningen (Ben Stiefelhagen)  |
| 11h30 – 14h00 | Zwembad-training. Ieder team heeft een eigen instructeur en werkt in een stationsstelsel de 7 onderdelen af. |
| 14h00 – 14h15 | Break (koffie – thee – versnaperingen)   |
| 14h15 – 15h15 | Eind-oefening (realistische effecten : wind, regen, golven, bliksem, duisternis)                             |
| 15h15 – 15h45 | Debriefing (Ben Stiefelhagen)  |
| 15h45 – 16h30 | Verdrinking – Hypothermie – Immersie Longoedeem (Peter Germonpré)  |
| 16u30 – 17h00 | Plenaire discussie: "Overleven op zee" (Guy Vandenhoven)   |

De dia's zijn in het Engels. De presentaties worden in de taal van de spreker gegeven.  
RIZIV accreditatie voor artsen is aangevraagd.

Prijs: van 10.00 tot 17.00 uur — € 85,- p.p. inclusief een maaltijd van gevarieerde broodjes en in de pauze thee, koffie, gebak etc. Duikuitrusting inclusief schoentjes: € 15 (minimaal 10 dagen van te voren reserveren)

Korting van € 20 voor leden van de BVOOG.

Inschrijving voor de wetenschappelijke dag is verplicht en dient te gebeuren via het formulier op de site <http://www.bvoog.be/>.

Je inschrijving is pas definitief na ontvangst van het volledige inschrijvingsbedrag op het BVOOG-rekeningnummer (IBAN: BE44 0682 1831 9745) met vermelding van je naam + "GetWet". Omdat de plaatsen beperkt zijn (maximaal 40 plaatsen), kunnen we bij laattijdige inschrijving je deelname niet garanderen.

## Spreekers



### Ben Stiefelhagen

Ben is initiatiefnemer van de stichting "Duik de Noordzee schoon". Hij heeft 35 jaar ervaring in het organiseren van wrakduikreizen in de Noordzee en tal van duikreizen naar verre landen en bijzondere plekken. Hij heeft meer dan 5000 duiken gemaakt, is een NOB instructeur trainer en professionele duiker. Met zijn bedrijf Get Wet Maritiem geeft hij veiligheidstrainingen aan sportduikers en zeilers uit binnen- en buitenland.



### Guy Vandenhoven

is sportarts en gespecialiseerd in de farmaceutische geneeskunde, hyperbare en duikgeneeskunde. Hij is voorzitter van de BVOOG, lid van de Medische Commissies LIFRAS en NELOS, lid van het bureau van SKA en Gezond Sporten Vlaanderen, lid van FIMS en EUBS. Hij is duiker sinds 1976, CMAS/LIFRAS\*\*\*\* Scuba Instructor Level 1.



### Peter Germonpré

Peter is militair arts, specialist hyperbare geneeskunde sinds 1991 en diensthoofd van het Centrum Hyperbare Zuurstoftherapie van het Militair Ziekenhuis Brussel. Hij is Medisch Directeur van DAN Europe Benelux, en bestuurslid van de BVOOG sinds 2002. Hij duikt sinds 1984. Hij is auteur en co-auteur van meerdere artikels en boeken over duik- en hyperbare geneeskunde.

**HERINNERING** : "Turn the tide on plastic": Breng uw eigen mug (koffie/thee) of glas (wijn, frisdrank) mee en help het plastic afval te verminderen. Leden van de BVOOG ontvangen hun mug of glas (naar keuze) met het logo bij de eerste vergadering van het jaar.



## Training - Conferenties



**Bedrijfsrestaurant van het trainingscentrum van de STC-KNRM, Quarantaineweg 98, 3089 KP Rotterdam - Heijplaat. Volg de borden "Havens 2621-2646".**