

SIKKERHED TIL SØS SEJLSPORT

Det er dejligt at stikke til søs, men kan også være farligt, hvis du ikke tager de nødvendige forholdsregler. Her i grafikken kan du se, hvad du under de fleste forhold skal være opmærksom på for at komme sikkert hjem.

Gode råd til sikker sejlads

Forbered dig godt! Følg sejlrådene fra Søsportens Sikkerhedsråd og kom sikker i havn.

Lær at sejle

Hvis du sejler i de danske farvande, er der ikke lovkrav om særlig tilladelse eller "kørekort" for sejlbåde under 15 meter.

Hvem må sejle	Sejlskib / motorbåd		Speedbåd
	Under 15 m	Over 15 m	
ALLE	✓		
 Duelighedsbevis	✓		✓
 Speedbådskørekort	✓		✓
 Yachtskipperuddannelse	✓	✓	✓

BEMÆRK

Spørg din lokale sejlklub om råd, hvis du er i tvivl. Du kan også læse mere på Søfartsstyrelsens hjemmeside: www.sfs.dk

Sejlbåde under 15 meter – intet lovkrav

Søsportens Sikkerhedsråd råder dig alligevel til at tage et duelighedsbevis, så du lærer at sejle.

- Duelighedsbeviset giver dig også ret til at sejle en speedbåd

Sejlbåde på over 15 meter - lovkrav

Hvis din sejlbåd er 15 meter eller over, er der lovkrav om en yachtskipperuddannelse.

- Yachtskipperuddannelsen af 3. grad gælder for nordeuropæiske farvande
- Yachtskipperuddannelsen af 1. grad gælder sejlads på alle have

Speedbåd - lovkrav

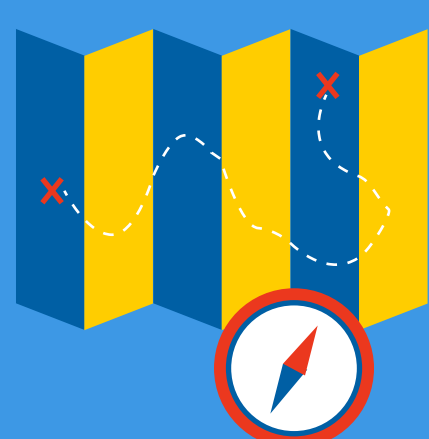
- Du skal have bestået speedbådskørekortet, hvis:
 - din båd er mellem 4 og 15 meter eller
 - din båd på under 4 meter har en motor med over 25 hk
 - din båd er planende
- Du skal være mindst 16 år for at føre en speedbåd
- Speedbådskørekortet er også et lovkrav for at sejle på vandscooter

Hvor kan jeg lære at sejle

- Kontakt din lokale sejlklub, sejlerekskole eller sejlforening og meld dig til undervisningen
- I de fleste sejlklubber varer undervisningen to somre og en vinter
- Visse klubber og skoler tilbyder også intensive kurser

Planlæg din tur

Når du skal ud og sejle, bør du planlægge turen godt, så du ikke støder ind i uventede problemer.

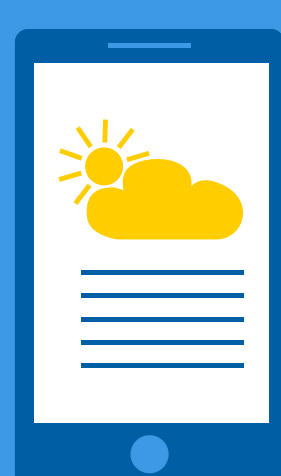


Navigation

- Regn ud, hvor lang turen bliver
- Udregn waypoints og nødvendige kurser
- Kend turens sværhedsgrad
- Vælg din rute og havne
- Regn den forventede ankomsttid ud
- Tænk over alternative ruter og havne
- Som primært navigationsmiddel skal du have ENTEN et hovedkompas og opdaterede papirsøkort med indtegnede og kontrollerede kurser ELLER et anerkendt ECDIS-system til flere hundrede tusinde kroner

OBS

Almindelige GPS/kortplottere fra bådudstørsbutikken må kun anvendes som SUPPLEMENT til navigation med kompas og papirsøkort!



Vejrforhold

- Tjek vejrudsigten for både vind- og strømforhold
- Brug DMI's farvandsudsigt eller SejlSikkert-app'en fra Søsportens Sikkerhedsråd
- Tag den rette beklædning med i forhold til vejrudsigten



Forsyninger

- Sørg for, der er brændstof nok, hvis du sejler med motorbåd
- Tag ekstra brændstof med, i tilfælde af at turen ændrer sig
- Medbring proviant nok til alle
- Hav frugt og andet spiseklar mad med i tilfælde af hårdt vejr

Sørg for en livline til land

Sørg for, at du kan tilkalde hjælp i en nødsituation.

Mobiltelefon

- Sørg for at købe en vandtæt mobiltelefon eller læg den i en vandtæt pose
- Gør det muligt at oplade den ombord
- Download SejlSikkert-app'en



OBS

En mobiltelefon er ikke tilstrækkelig, når du er til søs!

VHF-radio

- Søfartsstyrelsen anbefaler en VHF-radio i alle fritidsfartøjer
- VHF står for 'Very High Frequencies' og dækker over en radiotelefon
- Radioen fås i både stationær og håndholdt udgave
 - Den stationæres rækkevidde er omkring 50 km
 - Den håndholdtes rækkevidde er ca. 5 km
- Den håndholdte kan du tage med i en eventuel redningsflåde
- Når du afgiver en nødmelding, alarmerer du både redningstjenesten og andre skibe i nærheden
- Du skal holde kanal 16 åben. Det er nødkanalen, der aflyttes af alle skibe på havet
- I de danske farvande aflyttes kanal 16 af Lyngby Radio 24 timer i døgnet året rundt
- En VHF med det digitale DSC-system afgiver en nødmelding, som også indeholder din position
- Til DSC-udsendelser bruges kanal 70, så du bør også afgive nødmelding på kanal 16 bagefter for at kontakte fartøjer uden DSC



OBS

Det er et lovkrav, at du har et SRC-certifikat for at bruge en VHF-radio. Det udstedes af Søfartsstyrelsen.

Vejledning i nødkald med VHF

- Tænd radioen
 - Hold sendetasten nede, når du taler
 - Slip sendetasten, når du lytter
- 1) Hvis din VHF har en rød distress-knap, skal du holde den inde i 5 sekunder. Ellers start på punkt 2
 - 2) Indstil VHF'en på kanal 16
 - 3) Tryk på sendetasten og sig:
MAYDAY – MAYDAY – MAYDAY
[Bådens navn] – [Bådens navn] – [Bådens kaldesignal]
 - 4) Oplys om:
 - Bådens position
 - Nødsituationen
 - Antal personer om bord
 - Kendetegn ved båden
 - Hjælpen du har brug for
 - 5) Slip tasten og vent på svar

**MAYDAY
MAYDAY
MAYDAY**

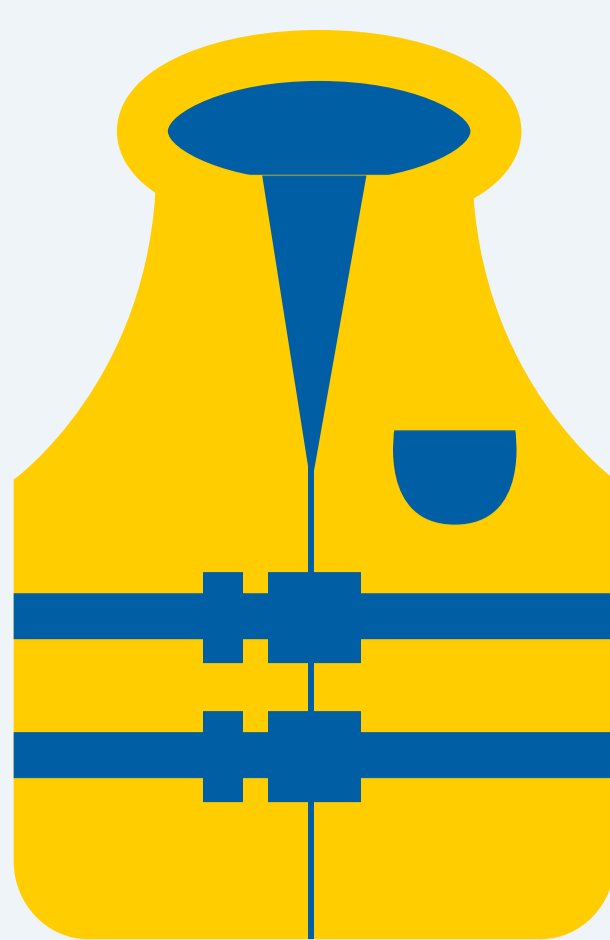
OBS

Nødkald må kun bruges, når der er fare for menneskeliv.

Tag redningsvesten på

Selvom det ikke er lovpligtigt at have redningsvesten på, når du sejler, bør du altid bære den alligevel.

- Sørg for at have en redningsvest til alle passagerer ombord
- Vesten skal passe i størrelsen til den enkelte person
- Den skal være farvestrålende, så den nemt kan ses i vandet
- Sæt lys og en livline på vesten
- Tjek alle vestene mindst en gang om året, fx når sejlsæsonen begynder
- Brug veste, der er typegodkendt med enten ratmærket eller CE-mærket
- Læs mere om rednings- og svømmeveste på www.respektforvand.dk



9 ud af 10 druknede personer havde ikke redningsvest på

OBS

Det anbefales at købe en redningsvest med sikkerhedsring (D-ring), så du kan montere en livline til at sikre, at du bliver ombord.

Sandheden om drukneulykker

Er du en af dem, der tror, drukneulykker kun sker på langtur og i hård vind, tager du fejl.

- Langt de fleste drukner i jævn vind med en vindstyrke på kun 5,5 - 7,9 m/s eller under
- Størstedelen af drukneulykker sker under sejlads tæt på kysten
- Det er typisk rutinerede sejlere (mænd over 50 år), der drukner
- Drukneulykkerne sker oftest i sommerhalvåret, hvor vandet ikke er koldt

OBS

Derfor bør du altid have vesten på uanset vejret og turens længde.

Fordomme og fakta om redningsvesten

FORDOMME:

Redningsvesten er stor og tung

Den begrænser mine bevægelser

Vesten fylder for meget

Den selvoppustelige redningsvest virker alligevel ikke, når du skal bruge den

Det er besværligt at vedligeholde vesten

FAKTA:

En moderne redningsvest vejer under 800 g.

Den selvoppustelige redningsvest giver dig større bevægelsesfrihed

En selvoppustelig redningsvest fylder ikke meget

Du skal sørge for at teste de selvoppustelige veste, og så virker de i nødsituationen

Vesten kræver faktisk ikke stor vedligeholdelse

Pas på blebørn! Engangsbleen har nemlig større opdrift end redningsvesten. Det betyder, at bleen vil trække enden i vejret, så hovedet holdes nede i vandet. Derfor er barnet i stor fare for at drukne, hvis du ikke hurtigt griber ind.

OBS

Lær at svømme

Rådet lyder måske åbenlyst, men kan du svømme?



200 meter

Definitionen af svømmeduelighed

Du kan svømme 200 meter uden hjælpemidler

Kan ikke

Kan

Danskernes svømmeevner

- Ifølge en undersøgelse* er danskernes svømmeevner faktisk ikke gode
- Undersøgelsen viser, at 35 procent af danskerne (18-74 år) ikke kan svømme den distance

*En YouGov-undersøgelse udarbejdet for Dansk Svømmeunion, Trygfonden og DIF i 2014.

Kan ikke

Kan

Børn (7-14 år)

- Endnu værre står det til med børn: Hvert andet barn (7-14 år) kan ikke svømme distancen
- Mere end hvert fjerde barn går på en skole, der ikke tilbyder svømmeundervisning

OBS

Meld dig og din familie ind i en svømmeklub og lær at svømme, før I tager ud at sejle.

Statistik over drukneulykker

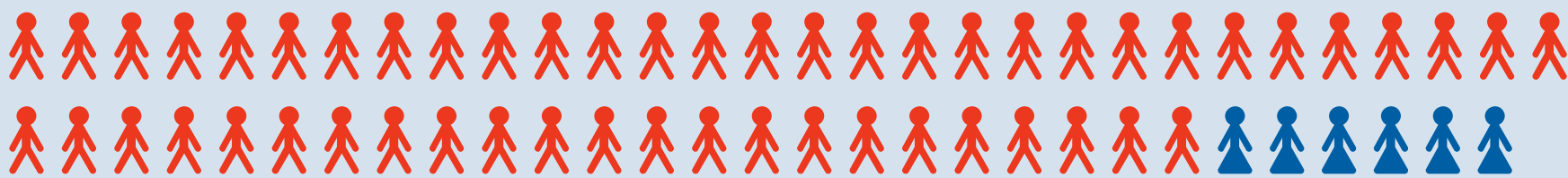
Tallene i statistikken over drukneulykker i 2014 kan overraske*.

*Kilde: Druknedødsfald i Danmark 2001 - 2014 og udviklingen 1970 - 2014. Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet

Hvem druknede

Der var 59 drukneulykker i 2014.

90% af de druknede var mænd

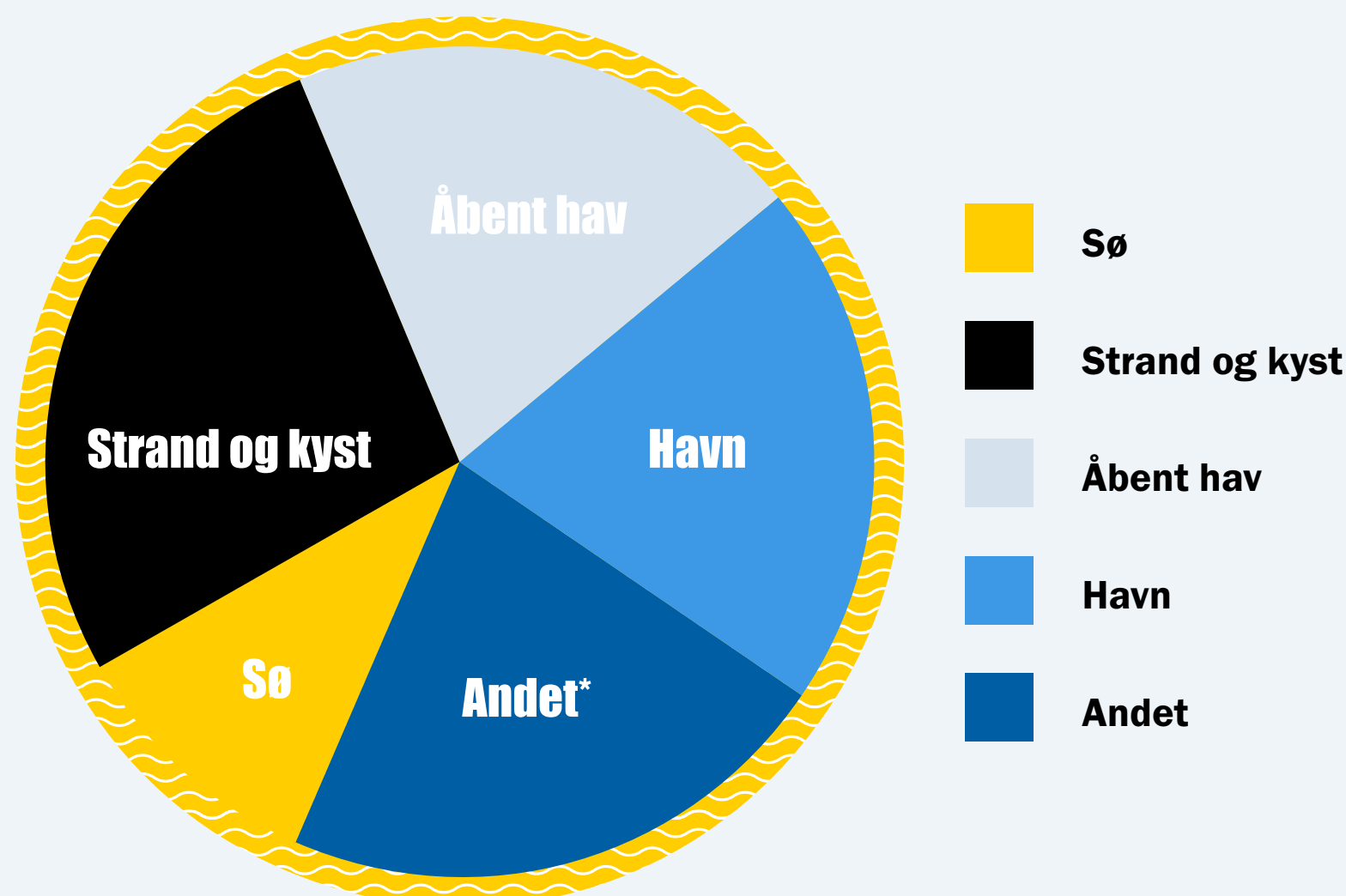


80% af drukneulykkerne var personer på 45 år og ældre
Kun et enkelt barn under 15 druknede



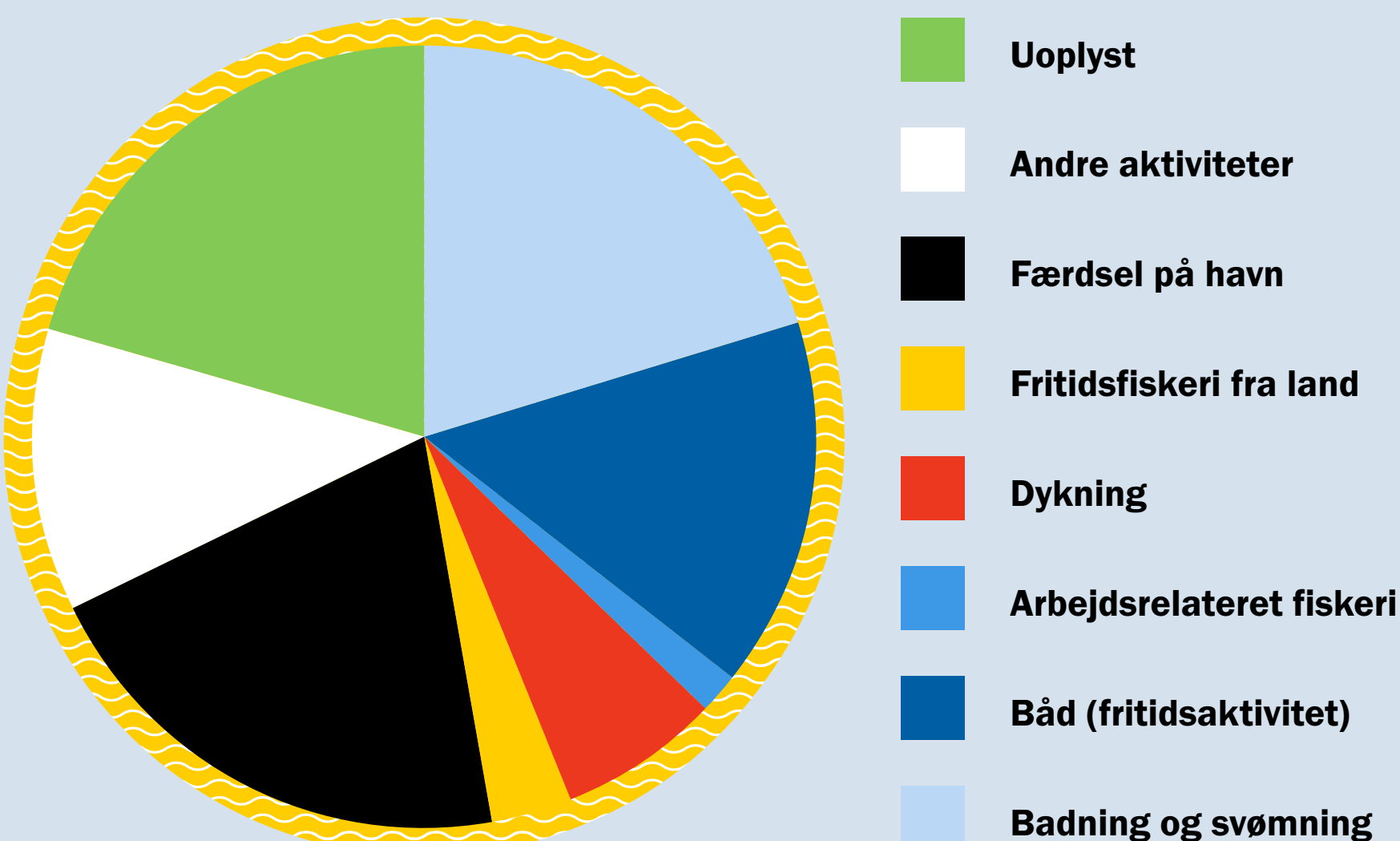
Hvor druknede de

De fleste drukneulykker sker ved stranden, på havet og i havne.



BEMÆRK *Andet dækker over fx vandløb, svømmehal, brønd og gylletank.

Hvad lavede de



Bemærk:

- Fritidsaktivitet i båd dækker især fiskeri. Af de 9 omkomne var de 6 fritidsfiskere
- 11 ud af de 12, der druknede i havnen, havde drukket alkohol før de faldt i
- 'Andre aktiviteter' omfatter bl.a. gåtur ved sø eller å mv., surfing og aktivitet på is o.a.
- 'Uoplyst' dækker over ulykker, hvor der ikke fandtes vidner, så det vides ikke.

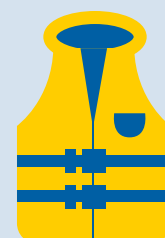
OBS

Kun 1 ud af de 9 omkomne ved sejlads havde redningsvest på!

Sikkerhedsudstyr og beklædning

Sørg for at have det rette sikkerhedsudstyr og beklædning med, for det kan redde liv.

Sikkerhedsudstyr



Der er en del grej, du bør have med på sejladsen.

Redningsveste til alle passagerer

Livliner til alle ombord

Nødsignaler

VHF-radio

Vandtæt mobil

Brandtæppe

Ildslukker

Mindst én manuel pumpe

Redningskrans (hestesko)

Lækpropper med forskellig diameter

Redningsflåde

Skibsfløjte og -klokke eller horn med trykluft

Førstehjælpkassen



Husk førstehjælpkassen, som bør indeholde:

Sterile forbindinger

Sterile gazetamponer

Plastre

Saks og pincet

Sterile vatpinde

Crepe og elastiske bandager

Trekantede bandager

Bandager, clips, tape og sikkerhedsnåle

Engangshandsker i plastic

Ansigtsmaske

Smertestillende piller

Termometer

Førstehjælpshåndbog

Panikpose til redningsflåden



Skulle båden forlise, så du og passagererne hurtigt skal i redningsflåden, bør du have pakket en panikpose, du kan tage med i farten. Den bør fx indeholde:

Søkort

Kompas

GPS

VHF-radio

Dåsemad og -åbner

Nødblus

Signallygte

Lommespejl

Kniv

Vand

Spiseklar proviant

Vær sikker på, at mindst én i besætningen ved, hvordan man bruger en redningsflåde.

OBS

Beklædning

Når du sejler i koldt eller hårdt vejr, skal du klæde dig på efter trelagsprincippet, så du forlænger din overlevelsestid, hvis du ender i vandet.

Første lag

Det inderste lag skal lede fugten væk fra kroppen.

- Tag en svedundertrøje på
- Den har en speciel evne til at transportere sveden væk fra kroppen

Andet lag

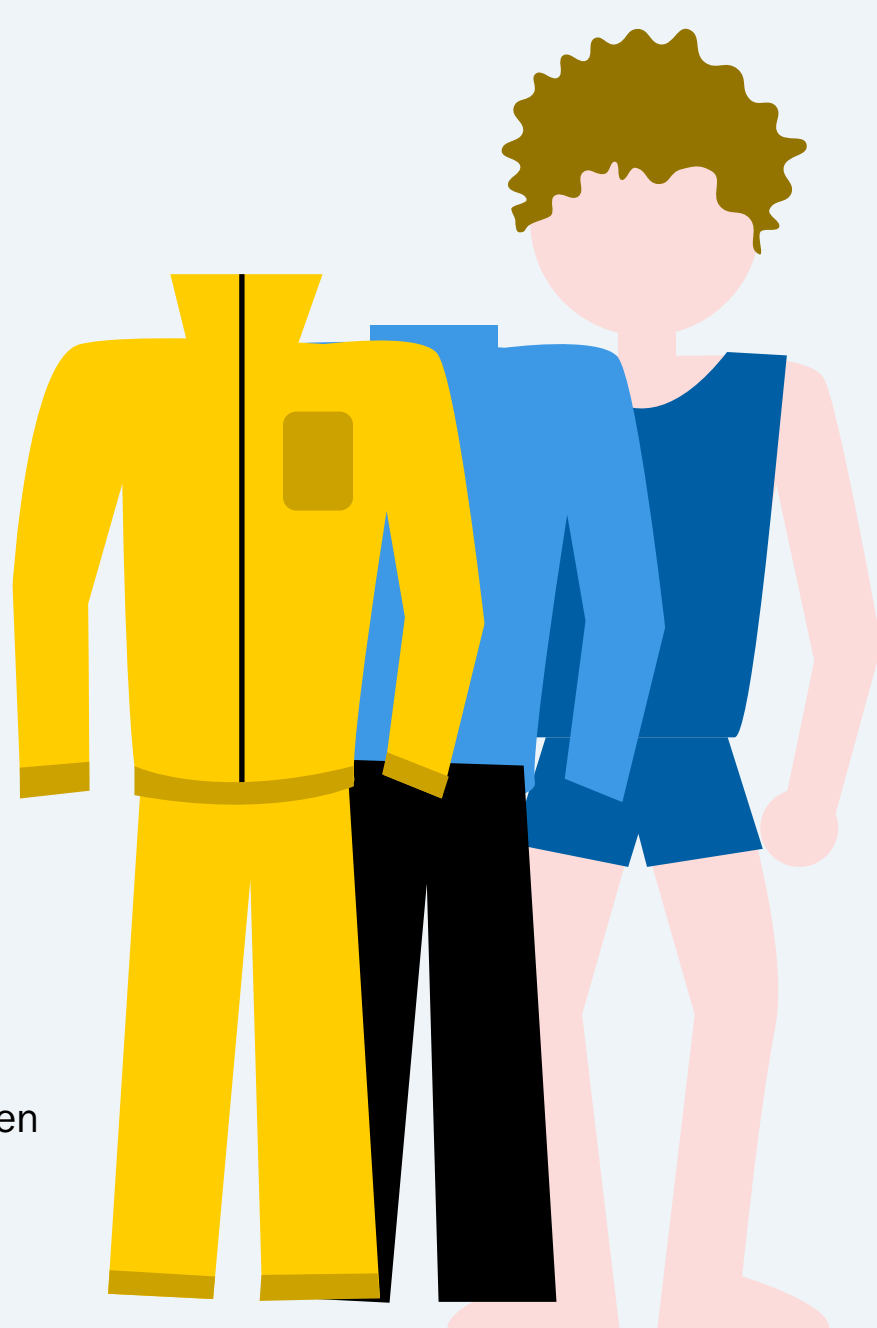
Det andet lag skal virke som isolering.

- Tag gerne en uld- eller fleecetrøje på
- Det andet lags tøj sørger for at danne et luftlag
- Luftlaget bliver varmet op, når du bevæger dig
- Uld og fleece føles også varmt, når det er vådt, fordi det er luftigt i sig selv

Tredje lag

Det yderste lag skal skærme mod vinden.

- Brug en sejlerjakke eller heldragt, som er vindtæt
- Den må dog ikke være 100% tæt, for så kan sveden ikke trænge ud
- Jakker, der er lavet af Gore-tex, er en god løsning
- Vælg helst en jakke, der er rød, gul eller orange, så den nemt kan ses i vandet



OBS

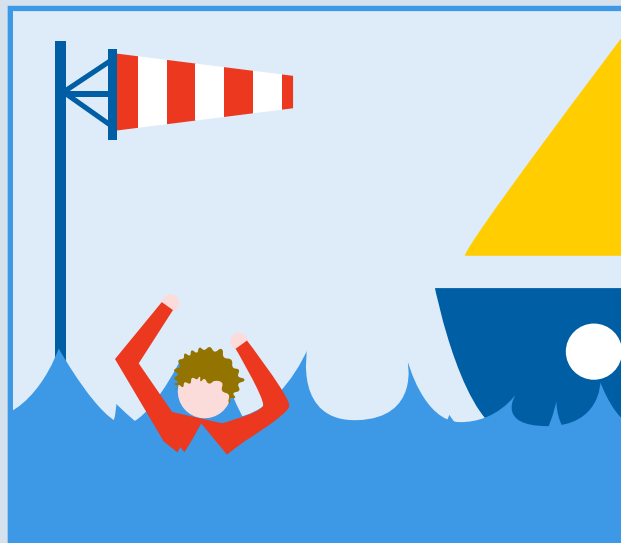
Behold skoene på i vandet, for de giver også varme.

Når uheldet er ude

Det er vigtigt, at du reagerer hurtigt, hvis en passager falder over bord. Kropstemperaturen falder hurtigt og gør det svært for personen at klare sig selv.

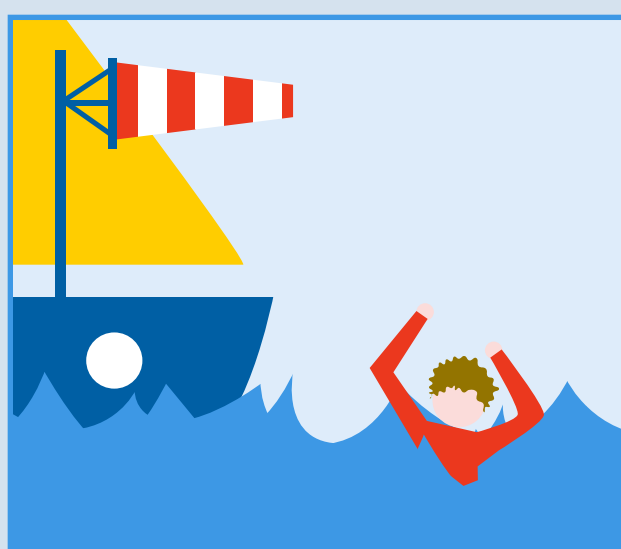
Mand over bord i sejlbåd

Du skal vælge at manøvrere båden enten med eller mod vinden for at nå hen til personen.



Hvis du vælger at manøvrere MOD vinden

- Det kan være en god idé i hård vind
- Sejl i et ottetal
- Når du sejler mod vinden undgår du at bomme



Hvis du vælger at manøvrere MED vinden

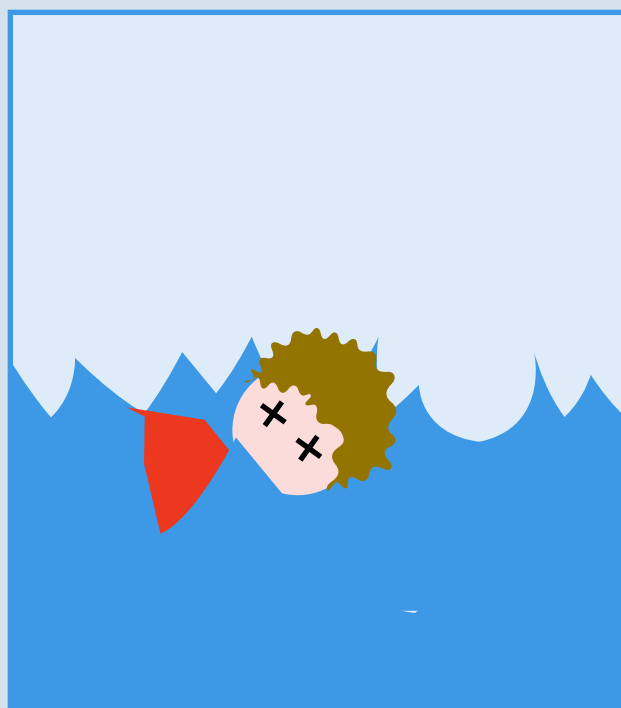
- Sejl med vinden 90 grader ind fra siden
- Drej båden, til du har vinden ind fra modsat side
- Afpas drejet, så stævnen peger mod vinden, og båden kan stoppe henne ved personen

Vær klar til at bjærge personen



Hvis personen selv kan hjælpe til

- Find noget, du kan hejse personen op med
- Det kan fx være spil, fald eller skøder
- Stormfokken kan også bruges som redningssejl
- Du kan også knytte en stige ved at lave løkker på dit tov



Hvis personen er bevidstløs eller meget medtaget

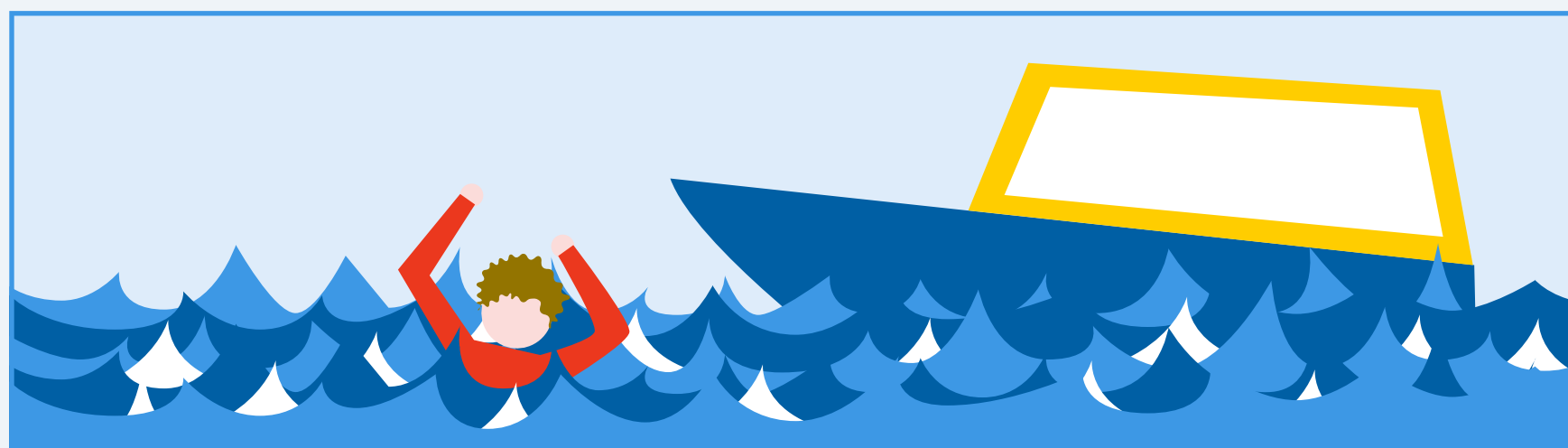
- Så skal du bjærge personen med fysisk kontakt nede i vandet
- Tag bjæregreb, hvor hovedet er bøjet let bagover, så luftvejene holdes over vandfladen
- Du kan også medbringe en redningskrans og spænde personen fast i den
- Brug redningsflåden til at få personen op i først og derfra op på båden

OBS

Tøv ikke med at skære søgelænderet over, så du nemmere kan hejse personen indenbords.

Mand over bord i motorbåd

Her er de manøvrer, du skal gøre for at komme hen til personen.



- Drej båden og styr med vinden
- Sejl ca. 50-100 meter med vinden og drej så båden skarpt rundt
- Tag gassen af motoren og styr op mod vinden
- Sæt den i frigear, så båden standses af vinden og bølgerne

OBS

Brug aldrig propellen, når du er tæt på den overbordfaldne!

Vær klar til at bjærge personen

- Hjælp personen op på badeplatformen
- Har båden ikke en platform, skal du have monteret en badestige, der kan udløses fra vandet
- Brug en gummibåd eller redningsflåde, hvis personen er bevidstløs eller forkommen

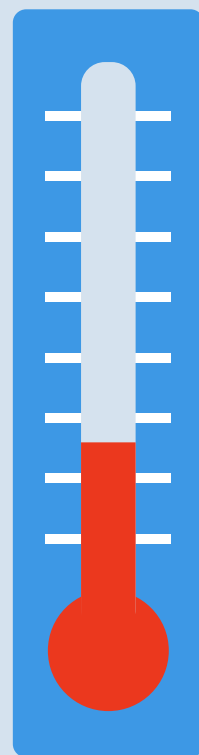
Det er en god idé at øve sig i manøvrer med et bjærgemærks fra tid til anden, for selvom principperne er enkle, så gør forskellige vinde, strømme og søer, bådens opskud og gasternes samarbejdsevne, at manøvren tager lang tid at få indlært, så den kan bruges i alt slags vejr.

TIPS

Få varmen tilbage i kroppen

Når du har fået personen indenbords, skal den kuldeskadede varmes op igen.

- Tag hurtigt alt det våde tøj af
- Pak personen ind i tæpper
- Læg armene over brystet i et særskilt tæppe
- Pak hovedet, hænderne og fødderne godt ind
- Giv den kuldeskadede varme, ikke-alkoholiske drikke, når det er muligt
- Husk, at det kan tage flere timer at varme personen op



OBS

Du bør følge personens vejrtrækning. Hvis den kuldeskadede er bevidstløs, og vejrtrækningen standser eller virker meget overfladisk, bør du straks begynde med hjertelungeredning! Det er en kombination af hjertemassage med brystkompressioner og kunstigt åndedræt med mund-til-mund metode.

Hvad du IKKE skal gøre

- Du må ikke prøve at opvarme personen med direkte varme
- Brug ikke varmt vand, varmetæppe eller -pude, varmelampe for at opvarme den kuldeskadede
- Forsøg ikke at varme arme og ben op
Læg hellere varmt tøj omkring halsen, på brystvæggen eller i skridtet
- Giv ikke alkohol til den kuldeskadede person
- Du må ikke massere eller gnide personen (nedkølede personer skal håndteres forsigtigt, fordi de kan få hjertestop)

OBS

Varme, som tilføres arme og ben, tvinger det kolde blod tilbage til hjerte, lunger og hjerne og medfører faktisk, at den indre kropstemperatur falder. Det kan fremkalde en livstruende situation.



Hvad gør du, hvis du er alene og falder i vandet

Sådan gør du, hvis du er alene på båden og falder i vandet uden at kunne komme op på båden igen.

- Undgå om muligt at få vand i munden, når du falder i vandet
- Læg armene ind til kroppen
- Bøj benene op under dig
- Lig helt stille
- Stillingen gør, at du ikke mister kropsvarme alt for hurtigt
- Når du bevæger dig, bliver du hurtigere kølet ned
- Bliv ved båden, som nemmere kan ses fra et redningsfartøj

OBS

Prøv ikke at svømme i land, medmindre der er virkelig kort afstand.

Sikker sejlads til søs

Du kan teste din viden om sejlads ved at tage TrygFondens sejlerquiz, som indeholder spørgsmål om:

- Sikkerhed til søs
- Søvejsregler
- Farvandsafmærkning
- Vejrforhold
- Praktisk sejlads



Sikker sejlads handler i bund og grund om at være fornuftig, have respekt for vandet og undgå at komme i farlige situationer. Sund fornuft og god sejleruddannelse kan redde mange kritiske situationer.

BEMÆRK

God fornøjelse – og pas på dig selv og din besætning!

Kilder

respektforvand.dk (TrygFonden)

De 5 sejlråd
En sikker tur på havet
Lær at sejle
Hvor kan jeg lære at sejle?
Hold dit grej i orden
Udstyr og sikkerhed
Hav en livline til land
Planlæg din tur
Brug vesten
Beklædning – Trelagsprincippet
Druknedødsfald i Danmark 2001 – 2014 (pdf)
Red dig selv
Red andre fra vand
Mand over bord
Sejlerquiz

soefartsstyrelsen.dk

Krav om uddannelse
Duelighedsprøven i sejlads for fritidssejlere
Speedbåds-kørekort
Prøvekrav for speedbådsprøven (pdf)
Brug vesten til søs

fritidssejler.dk (Søfartsstyrelsen – Fritidssejler i Danmark)

Radio i fritidsfartøjer
Husker din mand at bruge redningsvesten?

soesport.dk (Søsportens sikkerhedsråd)

Værd at vide om VHF og DSC (pdf)
Værd at vide om rednings- og svømmeveste (pdf)
Brug vesten – den kan redde liv
Redningsveste / Livline

svoem.org (Dansk Svømmeunion)

Mange danskere kan ikke svømme

allesvoemmer.dk

Nyt projekt skal gøre flere børn til stærke svømmere
Alle skal lære at svømme (pdf)

svoem.dk

Epinion undersøgelse – rapport (pdf)

sundhed.dk

Nedkøling (hypotermi)
Hjertelungeredning

dmi.dk

Vindstyrketabellen

vhfskolen.dk

Om VHF/DSC