



Les 1: Veiligheid

Watersportvereniging Monnickendam

Veiligheid gaat over: materiaal, mensen, kleding, omstandigheden, planning, wat als het fout gaat en reddingsvest.

Veiligheid is altijd het voorkomen en mag nooit het genezen zijn!

Veiligheid is van te voren goed nadenken, en nog eens nadenken, en dan doen wat je bedacht hebt (en er dus een goede reden voor hebben!).

Wat is veiligheid ?

Verantwoordelijk omgaan met materiaal

Dit betekent dus:

- netjes opruimen (zo dat je het altijd makkelijk kan terug vinden, en niets kwijt raakt; boten varen slecht als er een onderdeel mist...)
- voorzichtig omgaan met (als het stuk is, werkt het niet meer..)

dit is belangrijk omdat:

- je op je materiaal moet kunnen vertrouwen: je leven kan er vanaf hangen!
- nooit in onzekerheid zitten over je materiaal

dit betekend wel dat je:

- de grenzen van je materiaal weten (wanneer gaat het stuk)
- en er nooit overheen gaan (ga niet zeilen als het te hard waait)

maar ook dat:

- je alle onderdelen van je boot moet weten (dat is vooral handig als wij of iemand anders aanwijzingen willen geven)
- je boot moet kunnen op en aftuigen (hier horen dus knopen bij)
- en bij het optuigen elke keer controleert of alles nog heel is (!) en als dit niet zo is, het meteen repareert en niet laten liggen tot de volgende keer!

Verantwoordelijk omgaan met jezelf (en je bemanning)

Dit betekent dus:

- dat je jezelf goed moet verzorgen: zorg dat je genoeg gegeten hebt, en vergeet vooral niet te drinken!
- maar let ook dat je uitgeslapen bent
- dat de juiste kleding veel invloed heeft op je denkvermogen (kou)
- neem geen grote risico's (helemaal niet als ze niet hoeven!)
- je kan aan boord niet snel van elkaar weglopen, dus probeer je ruzie uit te stellen tot op de kant
- draag een reddingsvest tegen evt. verdrinking
- houd rekening met de onervarenheid van jezelf en je bemanning

dit is belangrijk omdat:

- beter kan opletten op wat er om je heen gebeurt; niet alleen in je eigen bootje, maar ook in andere bootjes en het mogelijk drukke verkeer!
- je sneller en beter kan reageren (denk aan alcohol bij 18+ ers!)



- je dus veiliger op het water begeeft (en misschien anderen kan helpen
- als je iemand dingen laat doen die hij of zij eng vindt, dan zullen ze het niet snel doen (durven), en gebeuren ze dus niet. Dit kan goed fout gaan!

dit betekent wel dat je:

- je misschien eten en drinken mee moet nemen
- je goede kleding mee moet nemen
- bij voorkeur niet zomaar met een wildvreemde gaan varen, omdat je nooit weet hoe die reageert
- soms jezelf heel snel overschat (met een gebroken arm door zeilen...)

maar ook dat:

- misschien een zonnebril mee moet nemen (of een petje), om beter te kunnen zien
- en dus ook zonnebrand

Verantwoordelijk omgaan met kleding

Dit betekent dus:

- dat je deze regelmatig wast
- draag bij voorkeur kleding met felle kleuren
- dat je zorgt dat je altijd genoeg kleding bij je hebt
- dat je altijd droge kleren mee neemt (en een handdoek)

dit is belangrijk omdat:

- vuil houdt vocht vast, en dan gaat je kleding sneller stuk. Behalve dat, ziet het er niet uit!
- felle kleuren vallen beter op. veel zeilkleding is dan ook geel, rood of oranje
- je kan maar beter te veel kleding mee hebben, en niet alles aan trekken, dan te kort mee, en het koud krijgen
- je weet nooit of je nat wordt; van de regen of van het omslaan, dus zijn droge kleren nooit een overbodige luxe

dit betekent wel dat je:

- geen kleding aan trekt die eigenlijk te klein is
- als je je droge kleren mee neemt in de boot, dat je ze goed waterdicht verpakt (knoop ze ook vast)
- je nooit laarzen aantrekt in de Optimist of je eigen boot (ze lopen vol)

Verantwoordelijk omgaan met de omstandigheden

Dit betekent dus:

- let op het weerbericht
- je tijdens het varen het weer in de gaten houdt
- je van te voren ff op de kaart kijkt of er ondieptes zijn
- of er een vaargeul is (of een speedboot gebied)
- of het er stroomt

dit is belangrijk omdat:

- een storm meestal niet zomaar komt opzetten, maar een klein beetje te voorspellen is (niet altijd)
- je liever niet vast wil lopen
- je ook weer terug wil komen waar je vertrokken bent
- je veilig wilt varen (voor jezelf, je bemanning en voor andere schepen)



dit betekend wel dat je:

- je wel op de kaart kijkt
- je nooit in onbekend water springt
- naar het weerbericht luistert

Verantwoordelijk omgaan met je planning:

- als je met ons vaart is dit niet zo'n probleem: dan doen wij dit voor je. Maar als je alleen gaat varen, zeg dit dan tegen iemand. Zeg ook hoe laat je waar weggaat, hoelang je weg denkt te blijven en wanneer je waar weer aankomt. Je kunt naar deze persoon bellen als je op je bestemming bent. Kom je niet aan, dan kan deze persoon naar je gaan zoeken.

Wat doe je als het toch fout gaat?

- probeer niet in paniek te raken
- het is echt bijna altijd waar, hoe meer kennis en hoe meer ervaring, hoe minder snel paniek!
- als je omslaat, blijf dan altijd bij je boot: deze is veel groter dan jij en dus makkelijker te zien en deze blijft meestal drijven. Je kunt er soms droog op zitten en als je eten en drinken hebt mee genomen...
- probeer aandacht te trekken van ons, of van andere schepen door bv te zwaaien of te schreeuwen
- overleg met de mensen die je komen helpen over hoe en wat (dan moet je dus wel weten waar je over praat!)
- moet je ook over dit soort dingen na denken.

Reddingsvest

- we kunnen niet genoeg vertellen hoe belangrijk die is!
- ze doen de volgende dingen:
 - ze zorgen dat je blijft drijven
 - ze zorgen dat je kantelt (met je gezicht omhoog)
 - ze vallen op
 - wij hebben grip op je!

Volg instructies op als je die krijgt! Deze zijn vaak actueler dan de kaart of het weerbericht!

Vragen of afmelden voor de theorieles?

Dan kan je bellen of e-mailen naar:

- Jan Snoek via 06-21827741 of Marcel Windt via 06-46590146
- jeugdzeilen@wvmonnickendam.nl

Voor de laatste informatie of om ons te volgen:



[facebook.com/JeugdzeilenWVM](https://www.facebook.com/JeugdzeilenWVM)



twitter.com/JeugdzeilenWVM