



Sjøfartsdirektoratet
Norwegian Maritime Authority



ULYKKER SKJER FORDI DU MINST VENTER DET

30 mennesker, nesten bare voksne menn, mister livet hvert år, fordi de faller over bord og ikke kommer seg opp i båten igjen.



HAR DU EN PLAN FOR HVORDAN DU SKAL FÅ DEG SELV ELLER ANDRE OM BORD IGJEN?

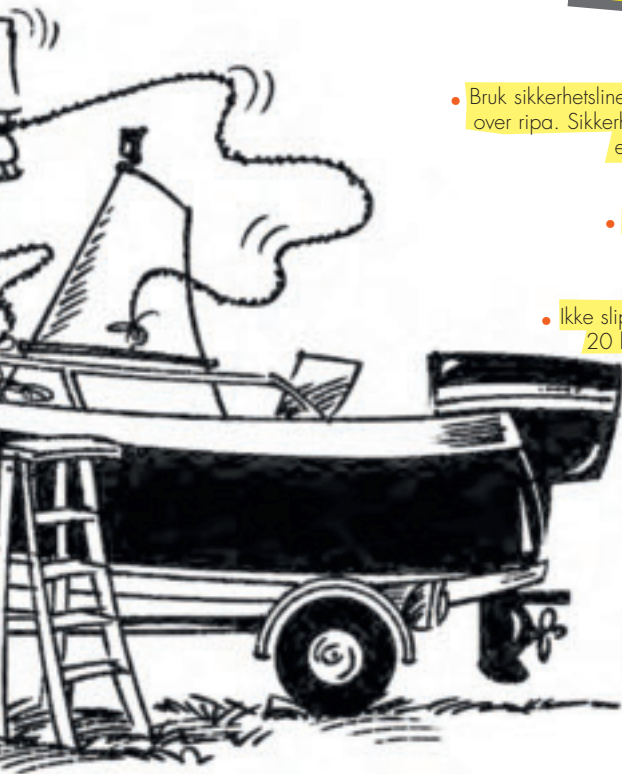
TIPS FOR HVORDAN DU KAN UNNGÅ

- Alkohol reduserer evnen til å bedømme risiko på rasjonelt vis. Dessuten øker kroppens varmetap når du er beruset.
- Ikke stå i båten og slå lens.
- Moderne flyteutstyr er lett og behagelig, slik at det ikke hemmer bevegelsene dine. Bruk flyteutstyr som er godt synlig i sjøen.
- Det skal være rikelig med holderekker og håndtak. Men beveg deg like forsiktig som om du gikk på en balkong med kun 40 cm høyt rekkverk.
- Gjør båten skikkelig sjøklar før du drar ut, og hold orden om bord. Bruk fottøy med gummisåler, men ikke støvler.
- Bruk dødmannsknapp. Da stopper motoren – og etter hvert båten – hvis du faller i sjøen.



Å FALLE OVER BORD

- Av alt utstyr er ditt eget hode det viktigste. Tenk før du handler!



Hvis du allikevel havner i sjøen, må du forsøke å beholde roen og spare på kreftene. Som hovedregel skal du bli ved båten og krype sammen for å unngå varmetap.

- Bruk sikkerhetsline. Den må være så kort at du ikke kan falle over ripa. Sikkerhetslinen bør festes til en løpeline, slik at du er sikret når du beveger deg rundt på dekk.
- Husk at ved om bord- eller ilandstigning vil båten gli ut når du sparker fra.
- Ikke slipp motorens styrekult i fart. Har du mer enn 20 hk eller kjører raskere enn 10 knop, bør du ikke styre med kulen, men med et ratt.
- Vurder din egen fysiske form og balanse før du beveger deg på dekk eller dollbord.
- Hold deg fast hvis du skal stå i båten, bevege deg på dekk eller lene deg ut.
- Alle båter skal ha en leder som er mulig å nå når du ligger i sjøen.

HVORDAN FÅ FORULYKKEDE OM BORD

JOLLER/SMÅBÅTER



Småbåter entres i akterkant for å unngå kantring.



Hvis motoren ikke er i gang, kan man trå på motorfinnen og sparke fra.



En leder som kan trekkes ned/utløses når man ligger i sjøen, eventuelt en pinneleder.



En tauende med løkke til å trå i gir god hjelp.

IGJEN

Selv når fribordet (avstanden mellom vannet og ripa) er lite, kan det være vanskelig å dra seg selv om bord igjen. Nesten umulig blir det når man er sliten og klærne er våte og tunge. Derfor krever både joller og større båter at du har det nødvendige utstyret og kan de riktige teknikker – og at du har trent på det.

En teknikk er å dytte forulykkede ned i sjøen for å få hjelp av oppdriften når du trekker ham over rekka. Spenn fra og bruk lårmuskelen til å dra personen opp.



Sørg for å ha
et godt grep



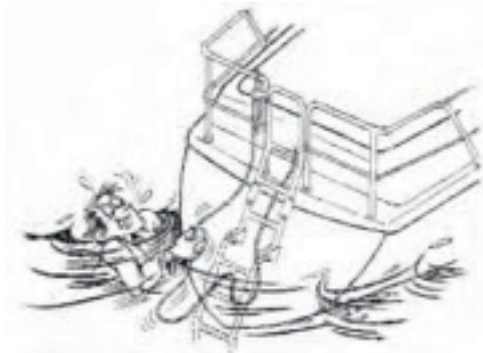
STØRRE MOTORBÅTER

LEIDERE

Det finnes ledere i mange varianter, og du må finne ut hva som dekker dine behov. Leideren må tåle en tung person med våte klær og være brukbar ved litt sjøgang. Leideren må fortsette minimum 50 cm under vannlinjen for å gjøre det enklere å plassere en fot på det nederste trinnet.

Med høyt fribord er det håpløst å komme om bord på egenhånd uten hjelpemidler.

En pinneleider festes i et sterkt punkt ved rekka og stuves inn i et trekk, som kan åpnes ved hjelp av en utlørsnor fra vannet. En slik leder kan du lage selv eller kjøpe i båtutstursforeninger. Trinnene bør være såpass brede at man enkelt kan trå på dem når leideren presses inn mot skroget.



PERMANENT LEIDER

De fleste båter av en viss størrelse har en permanent leder. Mange ledere er ofte surret fast etter alle kunstens regler for å unngå at den faller ned under fart. Det må være mulig å få tak i og løse ut leideren for en som ligger i sjøen.



PINNELEIDER

PROVISORISK LEIDER



Du kan relativt enkelt lage deg en provisorisk leder i et nødstilfelle. Tauet fungerer som et trinn, men gir ingen støtte og forsvinner gjerne inn under båten når man plasserer bena i dem. Det krever derfor mye krefter, og det blir man fort tappet for når man kaver i sjøen.

En person som har ligget en stund i vannet kan være ute av stand til å klatre opp en leder ved egen hjelp. Da bør du ha tenkt ut en alternativ løsning for å få vedkommende om bord.



JOLLE ELLER REDNINGSFLÅTE

Med en stor og uoversiktlig båt, risikerer du å kjøre over og skade person i vannet. Det unngår du ved å bruke en jolle. Den er som regel lettere å entre fra vannet.

Behandling av forulykkede kan starte om bord i jolla mens man eventuelt rigger i stand et system for å heise personen om bord i hovedbåten eller venter på hjelp fra redningstjenesten.

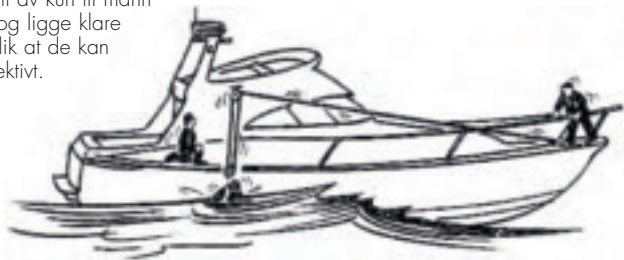
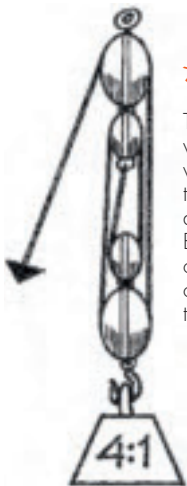
En redningsflåte er ganske grei å klatre opp i. Flåten bør ikke utløses med mindre personen i sjøen er i sikte, for den kan være vanskelig både å padle og taue. Ikke glem å feste utløserensnora fast i båten før du utløser flåten!



ANKERVINSJ

To blokker kombinert med ankervinsj kan gjøre nytten. Festepunktet i båten må være plassert så høyt at det er mulig å vippe personen over rekka, og det må være sterkt nok til å tåle vekten av en tung person. Dersom ankervinsj ikke er tilgjengelig, bør du ha blokker med minst 4:1 utveksling. I et kritisk tilfelle kan den svakeste personen om bord bli nødt til å heise om bord den tyngste.

Blokkene bør være satt av kun til mann over bord-situasjoner og ligge klare og lett tilgjengelige, slik at de kan tas i bruk raskt og effektivt.



SEILBÅTER

FALL

I høy sjø kan et fall som er ledet ut høyt i masten føre til store pendelbevegelser med påfølgende mulighet for personskade (A). Du bør derfor enten sikre løftet med en tauende eller kappe nederste wiren i rekka og lede løftet på undersiden av den øverste wiren (B).



Fall egner seg godt til å heise med



Du må ta høyde for at den svakeste om bord klarer å heise opp den tyngste.

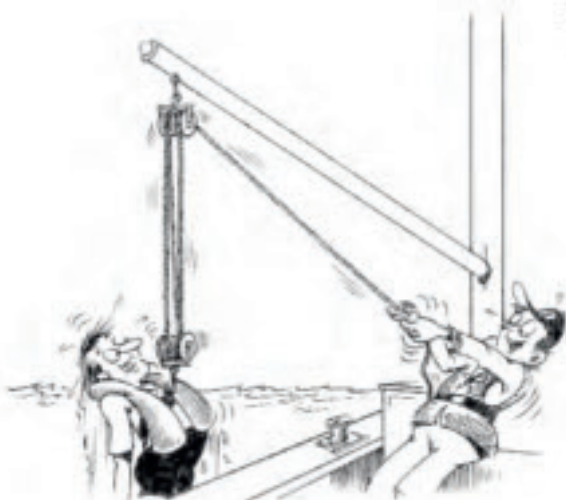
SKREDDERTALJE

I en del tilfeller kan det være for tungt å heise opp en person kun ved bruk av genoavinsjen. Da kan du supplere med en skreddertalje festet i enden av fallet. Eventuelt kan du feste skreddertaljen permanent i vantet med et beslag som vist i detaljtegningen ovenfor. Du vil da ha et system som alltid er klar for bruk på et øyeblikks varsel.



STORSEILSKJØTE OG BOMNOK

Du kan også benytte deg av bommen for storseilet kombinert med storseilskjøtet. Da er det viktig å forsikre seg om at det er mulig å heise bomnoken så høyt at du får den forulykkede over rekka, og at blokka som skal festes til personen er enkel å løsne. Husk å sjekke at bomløfteren fungerer!



ULIKE FESTEMETODER FOR Å HEISE PERSONER OM BORD

Både tau med løkke, Seattle Sling og båtsmanns-
stol fordrer at forulykkede selv er i stand til å
tre på seg utstyret. Alternativt må noen hoppe
i vannet for å hjelpe til. Bruker du et tau,
bør det være tykt.



OPPBLÅSBAR VEST



SIKKERHETSSELE



SEATTLE SLING



TAU MED LØKKE

JONBUOY



JONBUOY

Jonbuoy er en oppblåsbar redningsbøye, nærmest som en liten redningsflåte, og oppbevares til vanlig i en container på rekka. Bøya er utstyrt med et høyt festepunkt, som gjør det enklere å feste et fall eller annen heiseanordning til bøya fra en båt med høyt fribord. Bøya gir god beskyttelse mot eventuelle slag mot skuteside under oppheising, og personen blir heist opp i horisontal stilling. Grunnet stor overflate over vann, kan det bli en viss avdrift ved sterk vind. Den må derfor alltid utløses slik at personen i vannet klarer å få tak i den.

SEIL ELLER TRI-BUCKLE



SEIL ELLER TRI-BUCKLE

Seilet kan brukes til å heise personer opp av sjøen, og det er ingen fare for at det revner under slik bruk. Et alternativ til seil er Tri-buckle, som er beregnet for mann over bordsituasjoner. Denne er laget av tilpasset perforert duk/nett, som slipper vannet igjennom. Rekkestøtter og livliner kan være til hinder for å få en person fra duken og inn på dekk, så denne metoden er ikke like godt egnet på alle båttyper. Bruk av seil eller Tri-buckle sikrer at forulykkede heises opp i horisontal stilling, noe som kan være avgjørende hvis personen er nedkjølt.

MANØVRERING TILBAKE TIL MOB:

MOTORBÅTER

Alle faste brukere av båten bør være i stand til å manøvrere båten tilbake.



Når noen faller over bord, er det helt avgjørende å handle raskt og korrekt. Det er ikke alltid så enkelt å manøvrere tilbake til ulykkesstedet, spesielt hvis det er vind og sjø. Det krever god kjennskap til båtens egenskaper og litt øvelse.

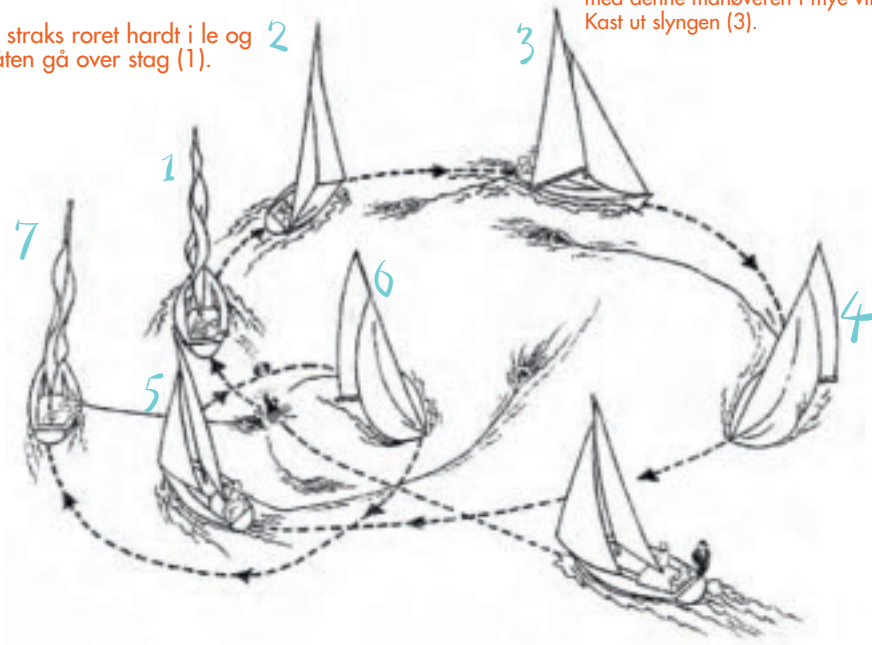
Legg over til samme side som personen falt over bord fra. Legg deretter roret hardt over til motsatt side. Dermed unngår du å treffe personen i hodet med propellen, og samtidig vil du komme rett tilbake til forulykkede.

SEILBÅTER

Etter å ha passert vindøyet lar du være å overhale fokka slik at seilet blir stående bakk (2).

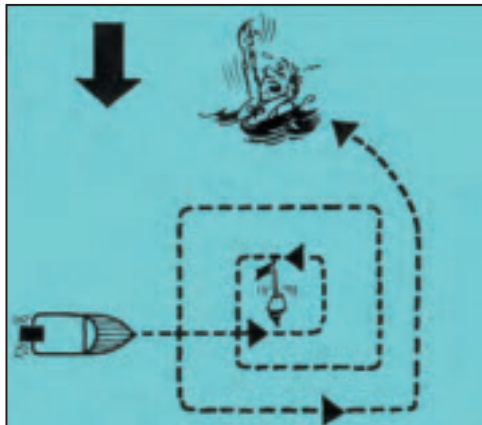
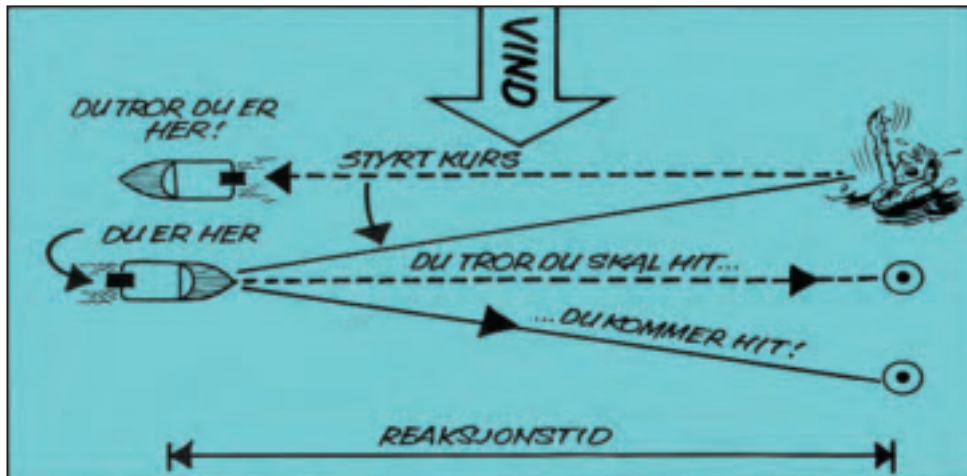
Det vil tørne båten raskere (store, lette genoer vil kunne få trøbbel med denne manøveren i mye vind). Kast ut slyngen (3).

Legg straks roret hardt i le og la båten gå over stag (1).



Fortsett med å sirkle rundt forulykkede (4-6) inntil vedkommende får tak (7). Da må du enten legge bi eller ta ned seilene for å få personen om bord.

SØK ETTER PERSONER SOM HAR FALT OVER BORD



Som figuren over viser, er det lett å la seg lure av båtens drift som følge av vinden. Har man markert mob-posisjonen med en bøye, begynner man å lete ved bøya og utvider søket i større og større firkanter (figuren til venstre). Man bør utvide mest mot lovert (mot vinden) ettersom det er mest sannsynlig å finne personen der.

SLIK KAN DU GJENNOMFØRE DIN EGEN



Kast ut en fender som markør, og la alle om bord øve seg på å manøvrere tilbake.



Ta styringen. Rop "mann over bord" og kast ut en bøye for å markere ulykkestedet.



Sett en person, gjerne den som oppdaget ulykken, til å kun holde øye med og peke på den forulykkede.

MANN OVER BORD ØVELSE

Trykk på GPS mob-knapp eller noter kompasskurs og klokkeslett hvis det er den minste sjanse for å miste personen av syne.



Det er fort gjort å havne i sjøen – noen sekunders ubetenksomhet eller et uhell kan være nok. Derfor bør du ha en plan for hva du skal gjøre hvis det verste skulle skje, og prøv det ut i praksis. Øvelsen må foregå i trygge omgivelser og under kontrollerte former!

5

Sett en person til å simulere kontakt med redningstjenesten.



Alle om bord tar på seg vest. Manøvrer båten raskt, men forsiktig tilbake til den forulykkede. Inne på grunt vann kan du bytte ut fenderen med en person, og prøve ut teknikker og utstyr for å få vedkommende om bord.

SJEKKLISTE FOR DIN EGEN MOB-ØVELSE

Her kan du notere dine erfaringer, slik at du har oversikt over hva dere må øve mer på.

Klarer alle som er om bord å manøvrere båten tilbake til den forulykkede? _____

Klarte dere å holde øye med forulykkede hele tiden? Hvordan vil det gå hvis det er litt mørkere og litt mer sjø? _____

Vet alle hvordan en ulykke skal varsles? Husker dere det i en stresset situasjon? _____

Har du utstyr, trening og styrke til å komme deg om bord for egen hjelp? Hvordan tror du det vil gå hvis du er kald, gjennomvåt og sliten? _____

Klarer den svakeste i båten å få den tyngste om bord? _____

Finnes det utstyr om bord som er avsatt til redning, eller kan utstyret enkelt tilpasses i en kritisk situasjon? Har alle trening i å håndtere utstyret? _____

Har du gjort deg erfaringer som er verdt å viderebringe? Send oss gjerne en e-post postmottak@sjofartsdir.no



Sjøfartsdirektoratet

Norwegian Maritime Authority

Sjøfartsdirektoratet
Postboks 2222
5509 Haugesund
www.sjofartsdir.no
www.sjovett.no



Heftet er utgitt i samarbeid med Oslo Politidistrikt, Havnepolitiet (www.politi.no), Kongelig Norsk Båtforbund (www.knbf.no), Kongelig Norsk Seilforening (www.kns.no) og Befalsskolen for Sjøforsvaret (www.marinen.no).

Alle illustrasjoner: Roar Eggum
Design og layout: Cockpit Creations as

