



Roeivereniging Dussen

Verkorte veiligheid sessie 13+16 mei 2024

Bron en dank aan: veiligroeien.nl



Training 'Veilig roeien & bekwaam sturen' Woudrichem 30 maart 2024



Het doel van vanavond



- Bewustwording
- Leren van elkaar
- Risico's
- Veiligheid
- Veilige varen en weer thuis

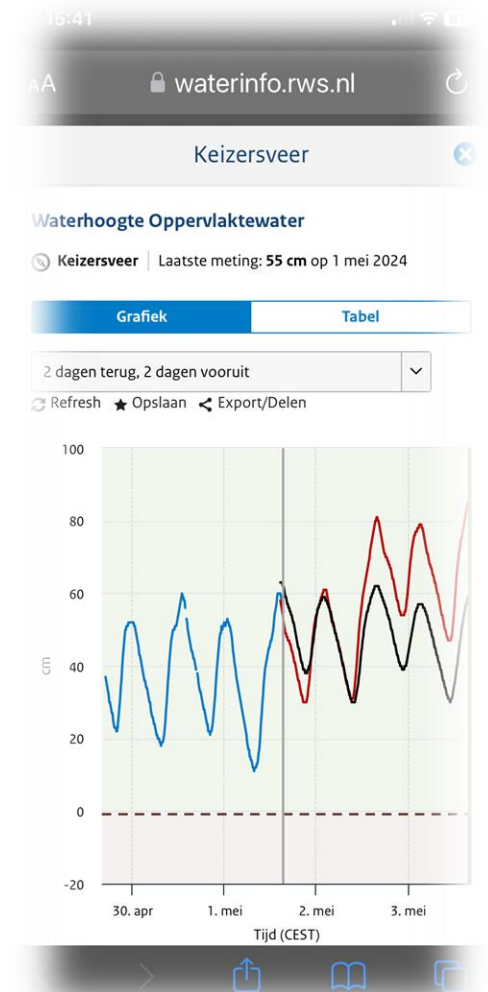
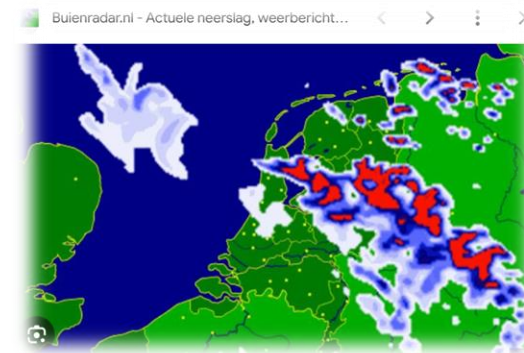
Een vraag vooraf..

Wie is eigenlijk de schipper in een roeiboot?



Vorbereiding

- + Waterstand controleren i.v.m. vaste steiger
- + Wie is de schipper (later meer)
- + Verlichting
- + Roer borgen
- + Reddingsvesten (v.d. vereniging of persoonlijk)
- + EHBO set
- + Hoosvat
- + Lijnen
- + Staat van de helling (glad, drukte)
- + Staat van de boot
- + Weersomstandigheden/verwachting
- + Drukke ander verkeer en bepalen route



In- en uitstappen



Help elkaar
Persoon aan de wal staat meest stabiel
Communiceer wie eerst
De rest blijft zitten

Wisselen van positie

Stuur heeft de leiding en overzicht
Roer vastzetten bij wissel stuur
Riemen laten lopen
Veilig positie? (ander verkeer, wind, stroming enzovoorts)
1 voor 1
Rest blijft zitten
Blijf laag

Lopen.....riemen



Lopen.....riemen



Aanmeren



Stuur heeft de leiding

Helling vrij? (anders zonder hinder van derden blijven liggen)

Stootwillen uit

Vaartje maken

Riemen geroeid

Blijven zitten op je positie (boot stabiel houden)

Rekening houden met de wind

1 persoon gooit de lijn over de bolder

Boot vastleggen

Schipper



- Vooraf bepaald: 1 man/vrouw verantwoordelijk, bij voorkeur de stuur (meeste zicht)
- Rest luistert naar de schipper
- Varen volgens reglementen/voorschriften
- Vereiste middelen in de boot
- Roer geborgd
- Koers/veiligheid
- Bepalen weersomstandigheden, staat van de boot, omstandigheden + besluit
- Schipper mist een (gevaarlijke) situatie -> maak dit kenbaar
- Draagt reddingsvest
- Regie / beslissingen bij noodsituaties
- Aanspreekpunt voor Politie in geval van problemen
- Schade of incident melden
- Reddingsvest afgegaan ? = buiten gebruik stellen en melden bij het bestuur

Moet ik uitwijken
voor een motorboot?
En voor een zeilboot?



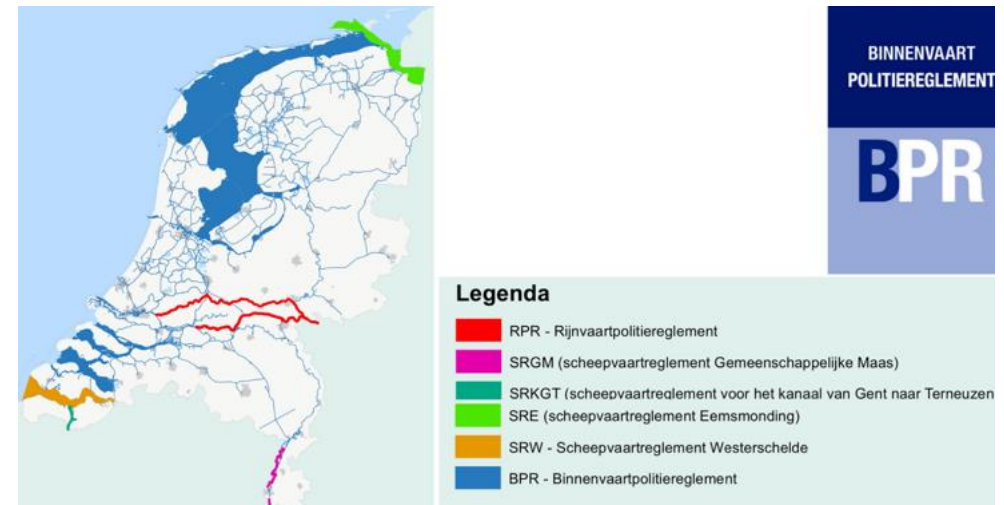
Wat is de wettelijke
minimum leeftijd
voor het sturen van
een roeiboot?

Wet- en regelgeving

De basis van veilig roeien zit verankerd in wetgeving;

- ❖ De **Scheepvaartverkeerswet** is de basis van alle algemene regels voor het veilige en vlotte verloop van het scheepvaartverkeer.
- ❖ De regels zijn verder uitgewerkt in verschillende reglementen. Het belangrijkste reglement waar wij in Nederland overwegend mee te maken is het **BPR Binnenvaart Politiereglement**.

Online: wetten.overheid.nl



BPR Artikel 1.02.



Verantwoordelijkheid voor de naleving van het reglement

Een schip moet zijn gesteld onder het gezag van een persoon die het schip voert. Deze persoon wordt hierna aangeduid als schipper. **De schipper is verantwoordelijk voor de naleving van de bepalingen** van dit reglement. **De schipper moet tijdens de vaart aan boord zijn.**



wetten.overheid.nl/Artikel1.02

21-03-2024

www.veiligroeien.nl

14

BPR Artikel 1.03.



Verplichtingen van de bemanning en van andere personen die zich aan boord bevinden

1. Een lid van de bemanning **moet** de aanwijzingen opvolgen die hem door de schipper worden gegeven. Hij moet ook zonder diens aanwijzing medewerken aan de naleving van de bepalingen van dit reglement.
2. Een lid van de bemanning en ieder ander persoon die zich aan boord bevindt en die **tijdelijk zelfstandig de koers en de snelheid van een schip bepaalt**, is eveneens verantwoordelijk voor de naleving van dit reglement.



wetten.overheid.nl/Artikel1.03

21-03-2024

www.veiligroeien.nl

15

BPR Artikel 1.03.



Verplichtingen van de bemanning en van andere personen die zich aan boord bevinden

We gaan er van uit dat de stuur ook de schipper is...

*De stuur moet als **feitelijke leider stevig in de schoenen** staan. Het **niet voldoen aan een commando** van de stuur nadat een boot los heeft gegooid **mag niet**. Als een ander de helmstok overneemt is ook deze persoon verantwoordelijk voor naleving van het BPR.*



wetten.overheid.nl/Artikel1.03

BPR Artikel 1.04.



Vorzorgsmaatregelen

De schipper moet, ook bij ontbreken van uitdrukkelijke voorschriften in dit reglement, **alle voorzorgsmaatregelen nemen**, teneinde met name te voorkomen dat:



- het leven van personen in gevaar wordt gebracht;
- schade wordt veroorzaakt aan andere schepen, drijvende voorwerpen, oevers etc.
- de veiligheid of het vlotte verloop van de scheepvaart in gevaar wordt gebracht.



wetten.overheid.nl/Artikel1.04

Voorbeelden van voorzorgsmaatregelen

- ❖ meenemen of laten dragen van reddingsvesten;
- ❖ aanpassen / annuleren van training na meteocheck;
- ❖ EHBO / EHBO'er aan boord;
- ❖ juiste en deugdelijke verlichting voeren;
- ❖ voeren van radarreflector bij verminderd zicht;
- ❖ noodverlichting / signalen mee (flare, zaklamp, hoorn);
- ❖ navigatiemiddel (app) zodat altijd positie bekend is;
- ❖ melden bij vaarwegbeheerder;
- ❖ deelname aan marifoonverkeer.



wetten.overheid.nl/Artikel1.04

Afwijking van het reglement (of GOED ZEEMANSCHAP)

De schipper moet in het belang van de veiligheid of de goede orde van de scheepvaart, voorzover dit door de bijzondere omstandigheden waarin het schip of het samenstel zich bevindt is geboden, volgens *goede zeemanschap* afwijken van de bepalingen van dit reglement.



BPR Artikel 1.09.



Geen minimale leeftijd, maar
stuur moet wel bekwaam zijn!
De schipper is
verantwoordelijk!



“open” varen van (bijvoorbeeld) de haven Vissershang



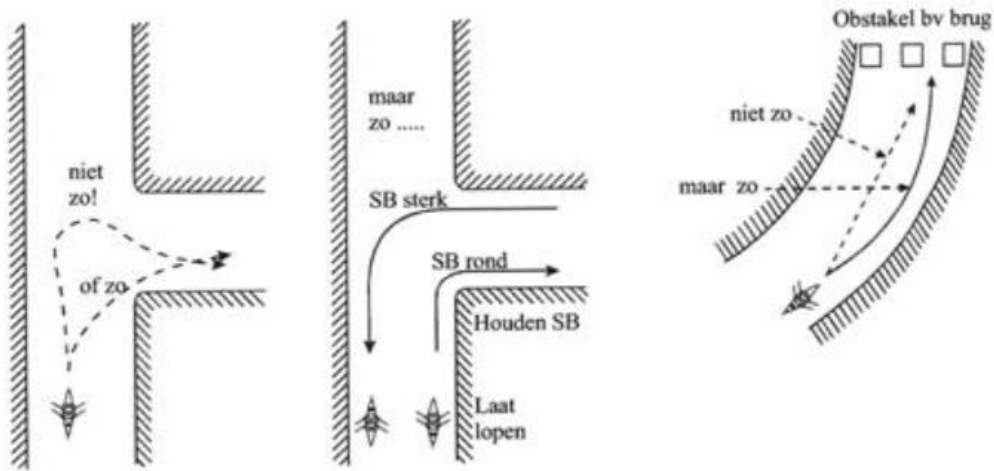
“open” varen van (bijvoorbeeld) de haven Vissershang



Houd stuurboordwal

Kleine boten, dus ook roeiboten, die duidelijk “rechts” houden, mogen hun weg vervolgen als hun pas gekruist wordt door andere kleine schepen zoals zeilboten, motorboten of andere roeiboten. Door als roeier stuurboordwal te houden

- geef je andere kleine schepen de gelegenheid om aan bakboord (“links”) in te halen.
- geef je ruimte aan grote schepen (klein wijkt voor groot).
- snijd je geen bochten af. Vrachtschepen en andere roeiboten hoor je meestal niet aankomen en kunnen je onaangenaam verrassen.



Open water

In situaties waar geen stuurboordwal aangehouden kan worden, bijvoorbeeld op open water, gelden de volgende regels:

- Altijd wijken voor grote schepen!
- Roeiboten wijken voor andere roeiboten die van “rechts” komen.
- Roeiboten wijken voor zeilboten.
- Motorboten wijken voor roeiboten (reken er echter niet op!).
- in een betonde vaargeul stuurboordwal houden

Oplopen aan bakboord

- Ook op het water geldt “links” inhalen.
- Houd goed stuurboordwal om de oploper de ruimte te geven.
- Minder indien nodig vaart om het oplopen zo kort mogelijk te houden.
- Als oploper eventueel sneller roeien om zo snel mogelijk op te lopen.
- Op bochtig of druk vaarwater niet langdurig naast elkaar varen.
- Een groot schip aan de veiligste kant oplopen. Dat zal meestal stuurboord zijn.

Tijdig en duidelijk wijken

Als je moet wijken, doe dat dan duidelijk en op tijd. Maak er geen last minute- of millimeterwerk van.

Koers en snelheid behouden

Verander niet zo maar plotseling van richting of snelheid. Laat tijdig zien wat je van plan bent!

Anderen niet hinderen

Bij manoeuvres, zoals aankomen, afvaren, laten lopen, rondmaken en oplopen, mag je andere boten niet onnodig hinderen. Grote schepen mag je sowieso nooit hinderen!

- Wacht met afvaren tot er genoeg ruimte is op het water.
- Ga niet stilliggen bij bruggaten of vlak bij een onoverzichtelijke bocht.
- Kijk bij het rondmaken of oversteken eerst of je doorgaande schepen niet hindert.

Goed zeemanschap

Je moet al het mogelijke doen om een aanvaring te voorkomen. Dit betekent wijken als blijkt dat de ander de vaarregels niet toepast of overtreedt.

VEILIGHEID AAN BOORD



- ❖ Reddingsvesten
- ❖ Uitrusting aan boord
- ❖ EHBO aan boord
 - ❖ Onderkoeling / oververhitting
 - ❖ Bewusteloosheid
- ❖ Noodprocedures & alarmering



21-03-2024

www.velligroeien.nl



23

VEILIGHEID AAN BOORD

23

Veiligheid bij roeien begint al op de kant en stopt pas als je van de steiger bent.

- ❖ Denk aan **uitglijden** over gladde steigers.
- ❖ Denk aan **struikelen** over lijnen en bolders op de steiger
- ❖ Denk aan **vallen** tijdens instappen in een onstabiele sloep (dollen!)

Het dragen van een reddingsvest is zo raar nog niet.....

- ❖ Het is niet voor niets dat het dragen bij beroepsvaart wel verplicht is! (Arti 1.08. Gebruik van reddingsvesten)

Als je achteraf een reddingsvest nodig had, dan is het nu te laat!

Man overboard



Het dragen van een reddingsvest is zo raar nog niet.....

- ❖ ***Cold shock:*** waarom zelfs de beste zwemmers verdrinken in koud water.....
- ❖ Het lichaam van iemand die in koud water valt reageert op de plotselinge temperatuurdaling. Intense kou zorgt voor een schokeffect op bloedsomloop, hart, longen en darmen. Snelle toename van de ademhaling kan op haar beurt aanleiding geven tot een paniecreactie en tot inname van water. In combinatie met mogelijk optredende hartproblemen en/of verlies van bewustzijn, ***is de kans op verdrinking groot.***

UITRUSTING AAN BOORD



www.veiligroeien.nl/uitrusting-aan-boord

- ❖ Minimaal één reservedol en –riem
- ❖ Handpomp en ten minste 2 hoosvaten
- ❖ Een sleeplijn van 10 mtr lang en 12 mm dik
- ❖ Waterdichte EHBO koffer met isolatiedekens voor alle opvarenden
- ❖ Mobiel in waterdichte hoes en/of handheld marifoon
- ❖ MOB lijn en hulpmiddelen om drenkeling aan boord te krijgen
- ❖ Radarreflector
- ❖ Anker met voldoende ankerlijn
- ❖ Handkompas en/of navigatieapp op de telefoon



21-03-2024

www.veiligroeien.nl

35

EHBO AAN BOORD - ONDERKOELING



- ❖ **Onderkoeling vaak onderschat!**
- ❖ Bij te water raken veel voorkomende oorzaak slachtoffers
- ❖ Treedt snel op bij kou/regen/winterse neerslag
- ❖ Kerntemperatuur lichaam < 35 graden: onderkoeling!
- ❖ **Water < 20 graden geeft afkoeling van 1 graad per 5 minuten!**
- ❖ Eenvoudig te herkennen



21-03-2024

www.veiligroeien.nl



www.veiligroeien.nl/ehbo-aan-boord

39

EHBO AAN BOORD - ONDERKOELING



Kenmerken beginnende onderkoeling (Hypothermie)

- ❖ Lichaamstemperatuur van 35°
- ❖ Hevig rillen, bleke en koude huid
- ❖ Versneld hartritme en versnelde ademhaling
- ❖ Normaal bewustzijn met vermoeidheidsgevoel en koude klachten

Wat stel je vast bij ernstige onderkoeling?

- ❖ Het slachtoffer stopt met rillen, dalend bewustzijn.
- ❖ Verminderde reflexen, dalende hartslag.
- ❖ De spieren worden stijf.
- ❖ Mogelijk blauwe lippen, oren, vingers en tenen.
- ❖ **112 BELLEN!**



www.veiligroeien.nl/onderkoeling

21-03-2024

www.veiligroeien.nl

40

EHBO AAN BOORD - ONDERKOELING



Wat doe je als iemand onderkoeld is geraakt?

- ❖ Bescherm het slachtoffer zo snel mogelijk tegen verdere afkoeling
- ❖ Pak armen en benen apart in zodat ze niet de romp extra kunnen afkoelen.
- ❖ Vergeet vooral niet het hoofd goed te beschermen
- ❖ Gebruik als dat kan een reddingsdeken, in combinatie met een deken. Heb je geen reddingsdeken, gebruik dan vuilniszakken. Of bedek het slachtoffer met een deken, een slaapzak of jassen.



21-03-2024



www.veiligroeien.nl



www.veiligroeien.nl/onderkoeling



41



Oververhitting (Hyperthermie) kan leiden tot levensbedreigende hitteberoerte!

Herkenning hitte-uitputting (zonnesteek)

- ❖ Veel zweet, ziet bleek of rood
- ❖ Hoofdpijn, duizeligheid, braken
- ❖ Spierkrampen
- ❖ Ernstige vermoeidheid, slap voelen, soms flauwvallen
- ❖ Bij handelingen gaat men duidelijk 'fouten' maken
- ❖ **Kan overgaan in hitteberoerte!**



www.veiligroeien.nl/oververhitting



Hulp bij hitte-uitputting (zonnesteek)

- ❖ Leg het slachtoffer neer en geef rust in een koele omgeving
- ❖ Bescherm het slachtoffer tegen de zon
- ❖ Vaar uit voorzorg alvast richting de kant naar een plaats waar auto's dicht bij het water kunnen komen. Zorg ervoor dat je je positie kent.
- ❖ Laat het slachtoffer niet te koude (sport)drink drinken
- ❖ Koel eventueel verkrampte spieren
- ❖ Wanneer de toestand niet snel verbetert, het slachtoffer zich anders gedraagt dan normaal of suffer wordt/ bewusteloos raakt: Roep hulp in, bij voorkeur met de marifoon, of bel 1-1-2



Herkenning hitteberoerte (veel ernstiger dan zonnesteek)

- ❖ Geen normaal gedrag, hoofdpijn, hallucinaties, verwardheid, angst, kans op toeval (insult)
- ❖ Hoge lichaamstemperatuur (soms tot 41 °C of hoger)
- ❖ Geen zweet, rode huid of droge rode huid
- ❖ Snelle hartslag en moeilijke ademhaling
- ❖ Misselijkheid, vermoeidheid, slap voelen
- ❖ **Mogelijk bewustzijnsverlies en bewusteloosheid**



Hulp bij hitteberoerte

- ❖ Bel of laat 1-1-2 bellen, zorg ervoor dat je je positie kent
- ❖ Vaar (als de centrale hier om verzoekt) zo snel mogelijk richting de kant naar een plaats waar auto's dicht bij het water kunnen komen
- ❖ Leg het slachtoffer neer in een koele omgeving
- ❖ **Geef het slachtoffer niets te eten of te drinken!**
- ❖ Koel het slachtoffer zo snel mogelijk actief af met cold packs/ spons met koud water/ natte handdoeken. Koel vooral in nek, oksels en liezen
- ❖ Laat het slachtoffer rusten en geen inspanningen doen
- ❖ Voorkom dat het slachtoffer gaat rillen
- ❖ Draag het slachtoffer zodra mogelijk over aan de professionele hulpdiensten

EHBO AAN BOORD - BEWUSTELOOSHEID



Wat doe je?

Opvarende maakt ongelukkig val met in de sloep gaan, en zakt in elkaar. Of iemand zakt in elkaar tijdens het roeien....

1. **Je neemt ademhaling waar**, wat doe je?
2. Zelfde situatie, maar **je neemt geen ademhaling waar**, wat doe je?



21-03-2024

www.veiligroeien.nl



www.veiligroeien.nl/bewusteloosheid

46



Bewusteloos maar normale ademhaling

- ❖ Het slachtoffer ademt normaal (heeft een effectieve ademhaling)
- ❖ Roep direct hulp in, bij voorkeur met de marifoon, en/of bel 1-1-2
- ❖ Leg het slachtoffer op de zij (liefst in de stabiele zijligging) of volg aanwijzingen 112-centralist
- ❖ **Vaar (in overleg met centrale) zo snel mogelijk naar de kant naar een plaats waar hulpdiensten kunnen komen, zorg dat je je positie kent**
- ❖ Controleer elke minuut of de ademhaling normaal blijft
- ❖ Zorg voor beschutting van het slachtoffer. Is het koud, leg dan een reddingsdeken over het slachtoffer heen
- ❖ **Stopt de ademhaling? Draai dan het slachtoffer op de rug en start reanimatie**

21-03-2024

www.veiligroeien.nl

47



Bewusteloos, geen waarneembare ademhaling

- ❖ **Roep direct hulp in**, bij voorkeur met de marifoon, en/of bel 1-1-2
- ❖ **Start direct reanimatie**
- ❖ **Vaar (in overleg met centrale) zo snel mogelijk** naar de kant naar een plaats waar hulpdiensten kunnen komen, zorg dat je je positie kent
- ❖ Als er een AED in de buurt is van de plaats waar je aan de kant komt, laat deze dan **direct** halen
- ❖ **Stop niet met reanimatie** tot de professionele hulpdiensten er zijn en aangeven het over te nemen van je.

21-03-2024

www.veiligroeien.nl

48

NOODPROCEDURES: TEL TOT TIEN!



1. Zorg dat **duidelijk** is wie de leiding heeft
2. Houdt het hoofd koel – **geen paniek!**
3. Bepaal de **positie van de boot**
4. **Schat de situatie in** en houdt overzicht
5. **Blijf kalm** en stabiliseer de ontstane situatie
6. Stel **logische prioriteiten** in te ondernemen acties
7. Geef **korte en duidelijke aanwijzingen** aan de bemanning
8. **Alarmeer op tijd** en indien nodig uit voorzorg
9. Gebruik indien mogelijk **hulp van omringende vaartuigen**
10. Denk – **in deze volgorde** – aan:
 - Je eigen veiligheid
 - De veiligheid van je bemanning
 - Het behoud van je boot



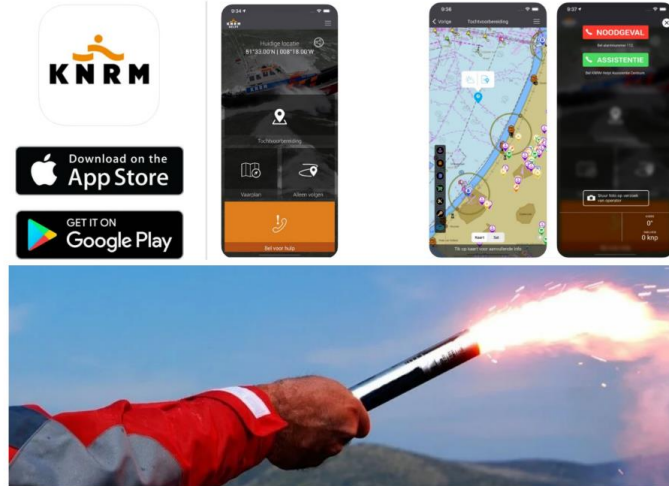
www.veiligroeien.nl/noodprocedures

ALARMEREN - OVERIG



1. Voorkeur: Marifoon!
2. Alternatief telefoon (1-1-2) in waterdichte hoes
3. Noodsignalen

- *Ken je (exacte) positie!*
- Gebruik de **KNRM App!**



Noodsituatie en niet in staat te roeien ?

Veilige plaats zoeken

Ankertouw vast

Rekening houden met:

- Ander verkeer
- Stroming
- Wind

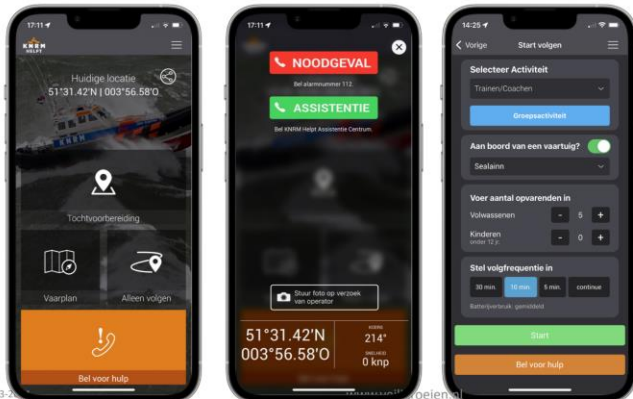
Voor anker gaan

Positie bepalen

Hulp aanroepen



ALARMEREN – GRATIS KNRM APP

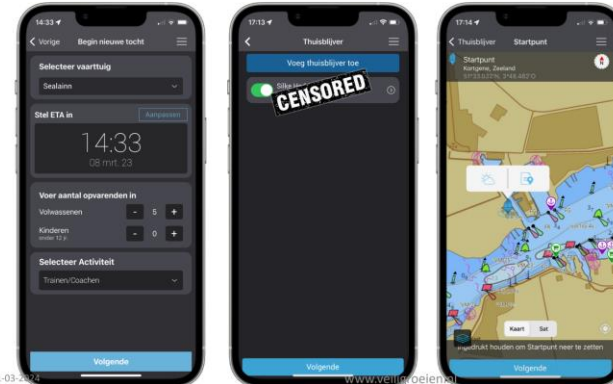


21-03-2024

www.veiligroeien.nl

53

ALARMEREN – GRATIS KNRM APP

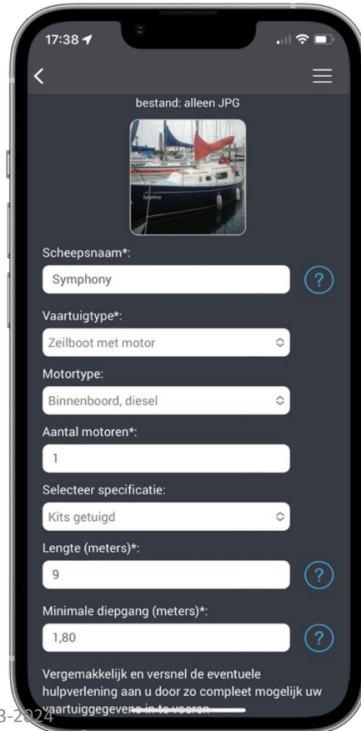


21-03-2024

www.veiligroeien.nl

54

ALARMEREN – GRATIS KNRM APP



- ❖ Exacte positie!
- ❖ Nood? Direct contact met hulpdiensten
- ❖ Assistentie (inclusief RMD)
- ❖ Volgen: bij oproep alle gegevens bekend!
- ❖ Vaarplan: Idem. Niet op tijd terug? KNRM belt!
- ❖ Actuele meteo en vaarwater gegevens
- ❖ Alle relevante info mbt veiligheid;
 - ❖ Noodprocedures
 - ❖ Lichten en dagtekens
 - ❖ Maritieme weerberichten
 - ❖ Vaarwegmarkering etc etc



www.veiligroeien.nl/knrm

www.veiligroeien.nl

EHBO AAN BOORD



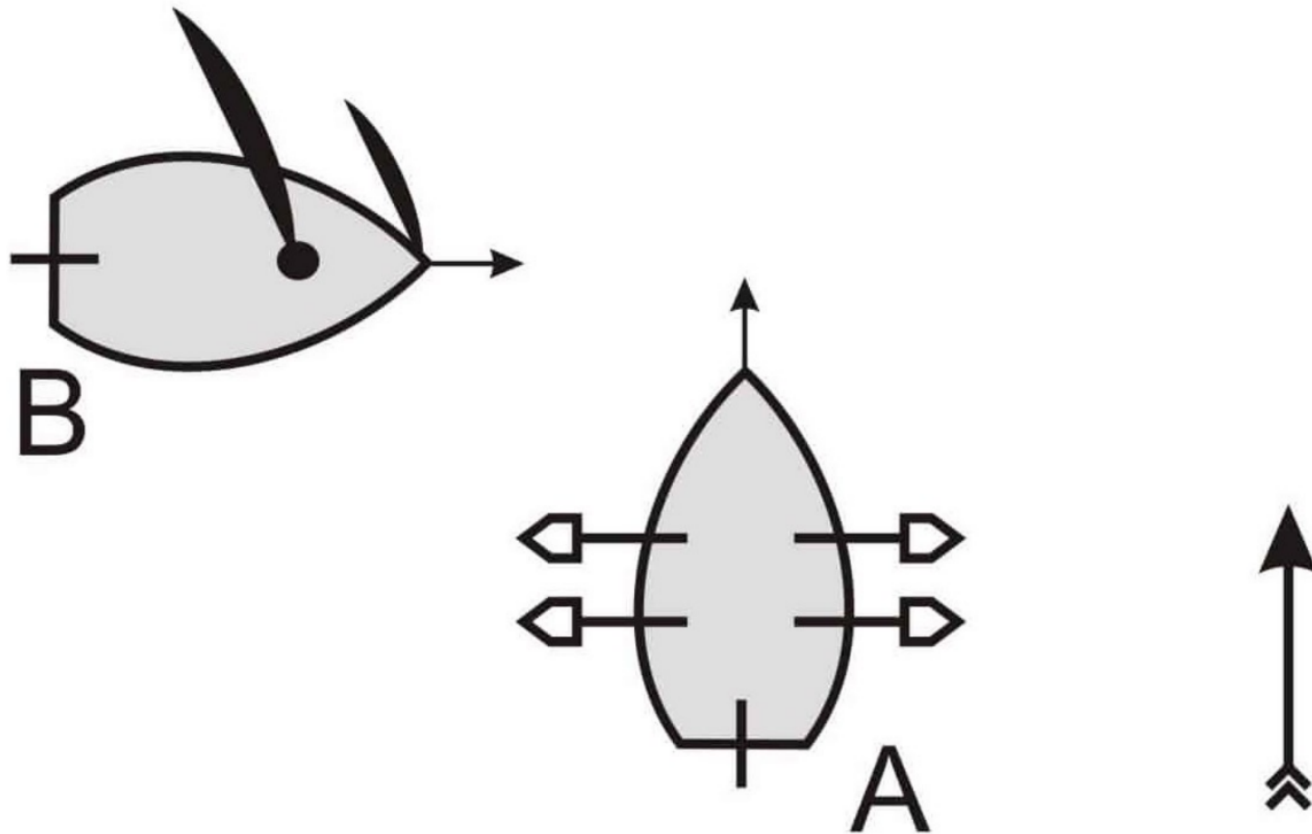
- ❖ **Ongeluk zit in een klein hoekje.....**
- ❖ Vallen, struikelen, beknellen, stoten, verbranden (afmeerlijnen)
- ❖ Gezondheid opvarenden

- ❖ Zorg voor gevulde EHBO kit, en de Rode Kruis EHBO app op telefoon!



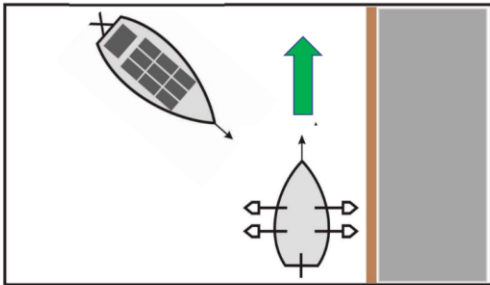
www.veiligroeien.nl/ehbo-aan-boord

Wie moet wijken?



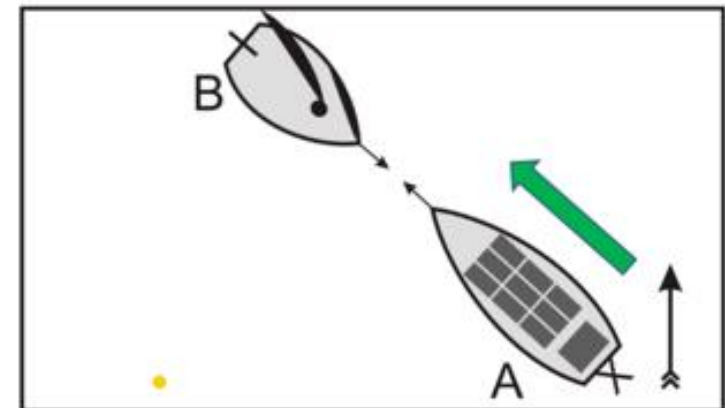
❖ **REGEL 1 – BPR 6.04.2**

- ❖ Stuurboordwal gaat voor
- ❖ Uitzonderingen: betond / nevenvaarwater



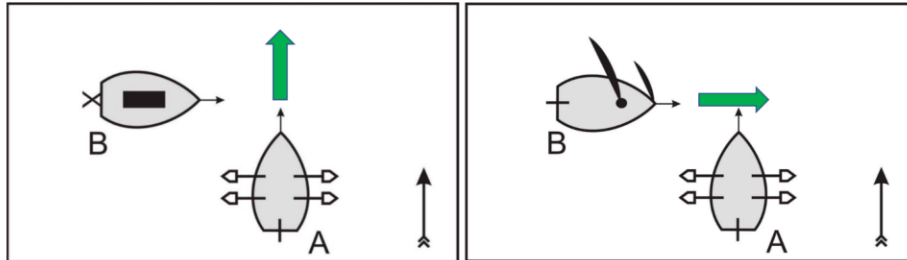
❖ **REGEL 2 – BPR 6.04.3**

- ❖ Klein wijkt voor groot

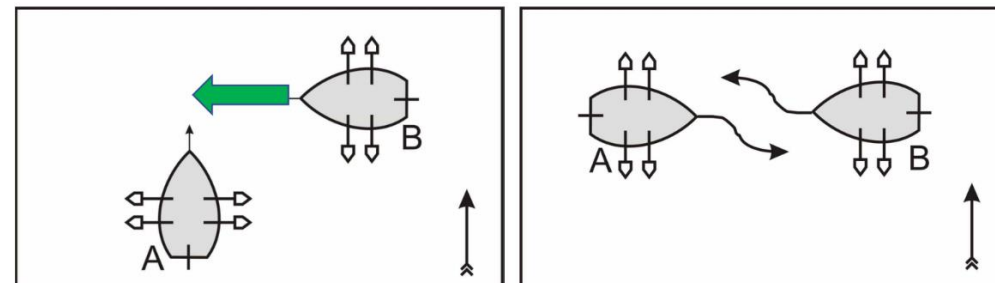


❖ REGEL 3 – BPR 6.04.8

- ❖ Verschillende kleine schepen onderling: motor wijkt voor spier, en spier wijkt voor zeil



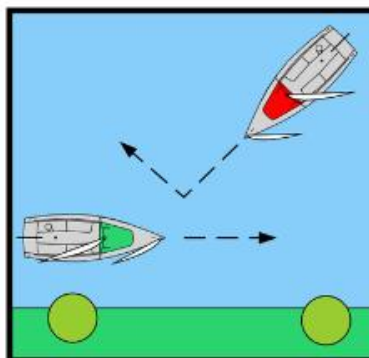
- ❖ Roeischepen onderling: Bij kruisende koersen wijkt het schip (A) dat de ander (B) aan stuurboord heeft. Bij tegenstelde koersen passeren schepen elkaar bakboord op bakboord (beiden wijken uit naar stuurboord)



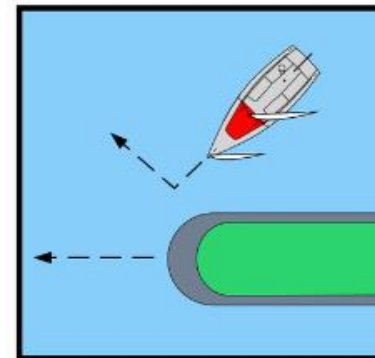
BASISREGELS BPR



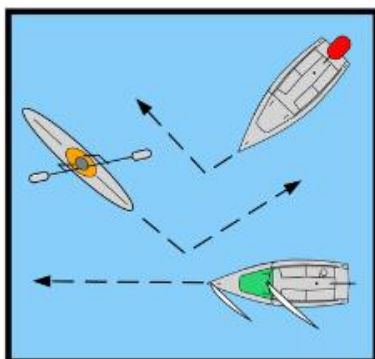
1: GOED ZEEMANSCHAP
VEILIGHEID VOOR ALLES !



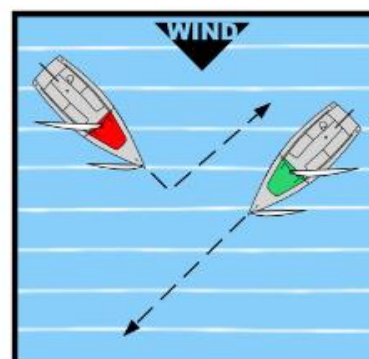
2: ALLES WIJKT VOOR
STUURBOORDSWAL



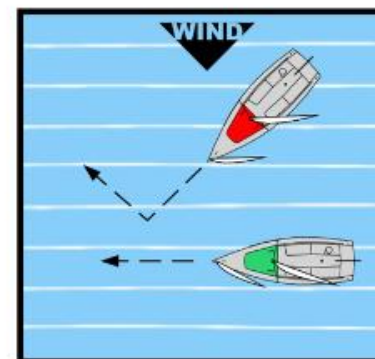
3: KLEIN WIJKT VOOR
GROOT



4: MOTOR WIJKT
VOOR SPIER, WIJKT
VOOR ZEIL

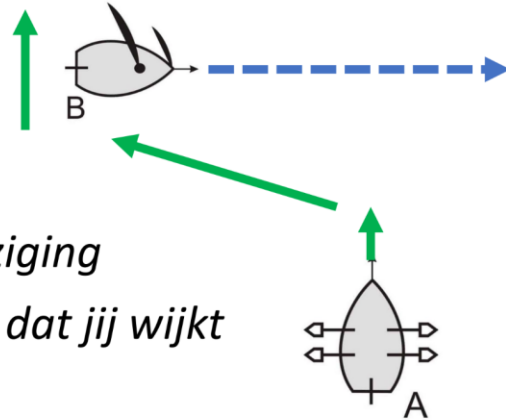


5: ZEILEND OVER
STUURBOORD WIJKT
VOOR ZEILEND OVER



6: LOEF WIJKT ZEILEND
VOOR LIJ

❖ **Bijtijds en duidelijk wijken** (*achterlangs sturen*)



❖ *Ruim op tijd*

❖ *Met grote koerswijziging*

❖ *Zodat de ander ziet dat jij wijkt*

VAARREGELS (VOORRANGSREGELS)

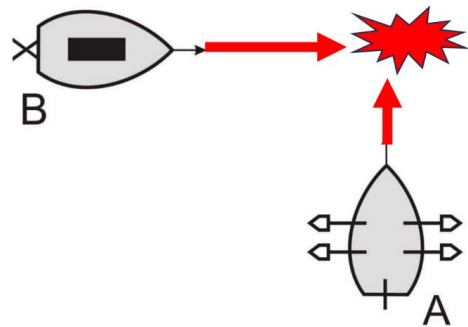


❖ **Bijtijds en duidelijk wijken** (*achterlangs*)

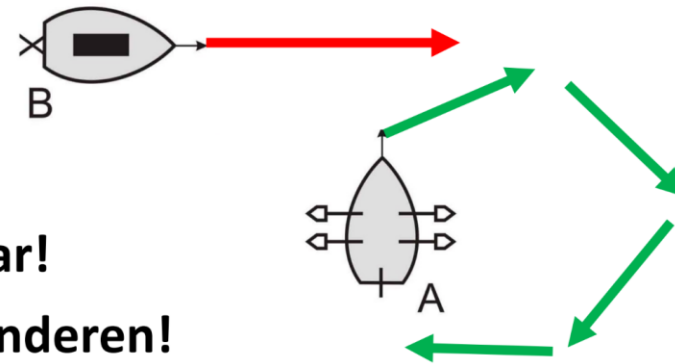


❖ **A: koers en vaart niet wijzigen!**

❖ Wat nu?



❖ BPR 1.05 (goed zeemanschap)



- ❖ Weg van gevaar!
- ❖ Geen vaart minderen!
- ❖ Zonder snelheid niet manoeuvreerbaar

❖ Varen bij slecht zicht



Rijkswaterstaat

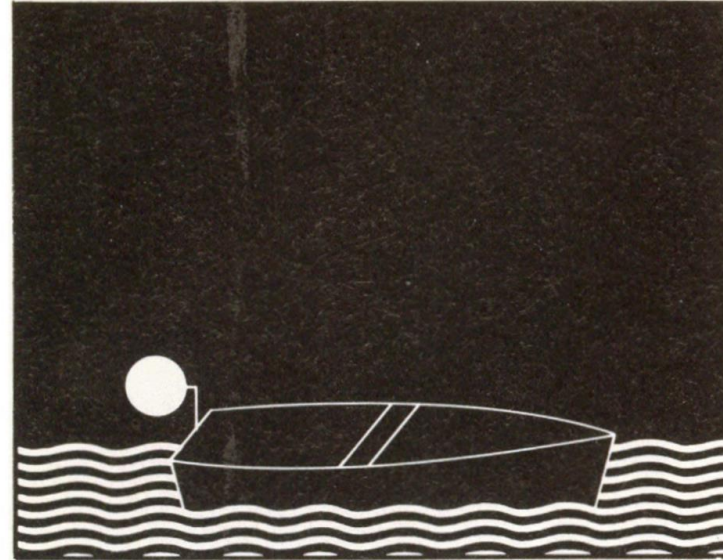
- ❖ Geen BPR definitie voor slecht zicht
- ❖ Rijkswaterstaat en Politie houden als regel aan: er is sprake van slecht zicht bij een zicht < 1.000 m op de hoofdvaarwegen en < 400 m op andere vaarwegen
- ❖ BPR artikel 6.29. Algemene bepalingen voor het varen bij slecht zicht
- ❖ Op een groot deel van de vaarwegen in Nederland is het verplicht om bij slecht zicht op **radar** te varen. Geen radar? Dan op de dichtstbijzijnde daarvoor geschikte plaats gaan stilliggen!

Aanhouden: Bij (kans op) slecht zicht heeft een roeisloep niets op het water te zoeken. Zoek het gevaar nooit op!

BRL Hoofdstuk 3. Optische tekens van schepen



- ❖ **Roeiboten**
- ❖ **BRL Artikel 3.13. lid 6**
- ❖ *Rondomschijnend licht*



Artikel 3.13. lid 6: Door spierkracht voortbewogen klein schip.

GEEN extra licht !

[veiligroeienNL](#)



[Toets | veiligroeienNL](#)

[Reanimatie aan boord / Calamiteiten / Veiligheid | veiligroeienNL](#)



Binnenvaartpolitie reglement (BPR)



CURSUS REANIMATIE EN AED





Welkom bij Veilig Roeien!



VEILIG ROEIEN!
Voor en door roei(st)ers!

Een initiatief van



In samenwerking met

