## Winter

Vanwege het gevaar voor koudeschok en onderkoeling bij te water raken adviseert het bestuur met klem om in de winter extra voorzichtig te zijn. Zeker wanneer de watertemperatuur onder de 10 °C daalt (en dit kan in de periode november t/m maart) een zwemvest te dragen.

* **Zwemvesten**

Het grote verschil tussen een zwemvest en een reddingsvest is dat een reddingsvest bij te water raken automatisch de mens op de rug zal draaien. Dit draaien is nodig om uw luchtwegen vrij van water te houden, zodat als u bewusteloos te water raakt u niet zal verdrinken, omdat u direct op uw rug wordt gedraaid, zonder dat u daarvoor iets hoeft te doen.

* **Maatregelen**

*Omslaan met een boot moet te allen tijde voorkomen worden. Niet goed voor de gezondheid en niet goed voor de boot. En meestal raken ook kostbare zaken weg, maar in de winter is het ronduit gevaarlijk. De kans van omslaan is meestal het gevolg van onachtzaamheid in een situatie dat er geen veilig boord is. Bruggen en in mindere mate doorgangen zijn daarbij de gevaarlijkste punten.*

* *Extra aandacht bij het passeren van bruggen en doorvaarten. Goed voorliggen en passeren volgens de regel “de as van de boot is de as van de doorgang”, dus bruggen niet schuin aanvaren.*
* Uit de wind aan hoger wal en zo dicht mogelijk langs de oever varen, waarbij er dan natuurlijk goed op de fuiken e.d. gelet moet worden.
* Een reddingsvest (dus met kraag) dragen. Overlijden vindt in eerste instantie plaats door verdrinking. Een goed reddingsvest houdt neus en mond boven water, waardoor de kans op een succesvolle redding en daarmee op overleving sterk toeneemt. Reddingsvesten die zichzelf opblazen, zodra je in het water valt, zijn dun en belemmeren de roeibeweging niet of nauwelijks.
* De bandjes op het voetenbord niet (te) vast om je schoenen binden.
* Geen stuurtouw om je heen.
* Niet alleen gaan roeien, maar altijd met twee of meer personen. Ook verdient het aanbeveling met meerdere boten bij elkaar te blijven.
* Bij veel wind zoveel mogelijk de hoge wal houden.
* Neem eventueel een mobiele telefoon mee in de boot met het nummer van de Roei & Zeil ingeprogrammeerd. Er zijn plastic hoesjes te koop, waarin de telefoon droog blijft, ook wanneer deze in het water valt.
* Zorg ook dat je weet waar je bent, op welke plas en in de buurt van welke weg.
* Wat te doen bij omslaan?

Hieronder volgen richtlijnen voor het geval het toch fout gaat en je boot volloopt:

* Zorg dat de communicatie met de vereniging veilig gesteld is. Telefoon en telefoonnummer.
* Blijf bij de boot en houd je aan de boot vast.
* Blijf zo stil mogelijk liggen, ga niet wild zwemmen. Hoe meer water er langs je lijf stroomt hoe meer je afkoelt.
* Vertraag de afkoeling door bijvoorbeeld zoveel mogelijk in elkaar gekromd en rustig aan de boot te hangen. Wanneer er geen snelle hulp te verwachten is, zie dan met zo min mogelijk beweging met de boot aan de kant te komen.
* Wat te doen met drenkelingen?

Stel, je bent niet zelf het slachtoffer, maar wel aanwezig. Volg dan onderstaande aanwijzingen voor het behandelen van het slachtoffer.

* Hem of haar horizontaal verplaatsen. Als men het slachtoffer verticaal uit het water haalt, bestaat de kans dat het bloed zich verplaatst van de romp naar de ledematen. Het zwak functionerende hart kan daardoor bezwijken.
* Wanneer de ademhaling ontbreekt moet beademd worden en wanneer er ook geen hartslag is, moet er gereanimeerd worden.
* Het slachtoffer moet beschermd worden tegen verdere afkoeling, bij voorkeur door de romp apart in te pakken en vervolgens nog een deken of iets dergelijks om romp en ledematen heen te slaan. Het apart inpakken van de romp, voorkomt een te snelle opwarming van de ledematen, waardoor bloed aan de romp wordt onttrokken. Het zwak werkende hart zal deze verandering niet kunnen compenseren. Vergeet niet om ook het hoofd te bedekken. Door het hoofd gaat de afkoeling relatief snel.
* Eventueel kun je ook je eigen lichaamswarmte gebruiken om het slachtoffer op te warmen. Het voordeel is dat je dit altijd bij de hand hebt.
* Zet het slachtoffer niet onder een warme douche.
* Geef iemand pas iets (warms) te drinken als deze zelf de beker kan vasthouden. De kans op verslikken is anders groot. Geef nooit alcoholische dranken.

## Vaarverbod

Waarschijnlijk wil iedereen het liefst het hele jaar door roeien. Er zijn weersomstandigheden waarbij het verboden is om met een roeiboot weg te gaan, omdat de boot kans loopt beschadigd te raken of de situatie voor de roeiers te gevaarlijk is. Om deze reden wordt er dan door of namens het bestuur van de vereniging een (geheel of beperkt) vaarverbod ingesteld.

Het vaarverbod wordt kenbaar gemaakt door een stoplicht boven de werkplaats. De beheerder heeft van het bestuur een gedelegeerde bevoegdheid hiertoe. Stoplicht: Rood betekent algeheel vaarverbod en rood-groen betekent alleen varen op de Breevaart toegestaan.

Voor het vaarverbod worden de volgende criteria gehanteerd.

* Vorst en kans op vorst:

Bij een temperatuur in de loods onder het vriespunt mag niet worden geroeid. De boten kunnen namelijk beschadigd raken door bevriezing van het water aan en in de boten.

Wanneer vorst verwacht wordt (bij invallen van de avond) mogen er na 15.00 uur geen boten meer uitgaan. Bij kans op vorst moet extra aandacht worden besteed aan het goed afdrogen van de boten zodat men zeker geen water in de boot achterlaat.

Als de boten door ijs heen varen, kunnen ze beschadigd raken. Daarom kan er bij drijfijs een vaarverbod gelden voor de ’s Gravenbroekse plas, de sloten of de Breevaart.

* Mist:

Als het eiland voor de vereniging niet meer te zien is, mag er niet worden uitgevaren. Dit om beschadiging van de boten door aanvaringen te voorkomen.

* Wind:

Het is verboden roeiboten uit te brengen bij windkracht 5 of hoger op de schaal van Beaufort. Een uitzondering hierop zijn de wedstrijdroeiers; zij mogen op de Breevaart blijven roeien. Hun coach bepaalt dan zelf of het roeien verantwoord en zinvol is. De praktijk wijst uit dat twijfelgevallen regelmatig voorkomen, bijvoorbeeld windkracht 5 met uitschieters naar 6, mist waarbij het eiland het ene moment wel en het andere moment niet te zien is (of door de ene persoon wel en de andere niet) of vorst in de ochtend met een verwachting voor die dag van maximale temperaturen die duidelijk boven nul liggen. Negeer dan het vaarverbod niet. Het is niet voor niets ingesteld. Overleg eventueel met de beheerder over de reikwijdte van het vaarverbod. Zoals aangegeven, kan een vaarverbod ook gedeeltelijk zijn en kan er bijvoorbeeld afgesproken worden dat er wel op de Breevaart of op de ’s Gravenbroekse plas kan worden gevaren. Gebruik ook je gezond verstand. Bij een westenwind lijkt het bij de Roei & Zeil vaak wel mee te vallen, maar bij windkracht 5 of 6 is het aan lager wal echt geen pretje. Uiteindelijk gaat het om je eigen veiligheid en het behoud van de boten. Kan er echt niet geroeid worden, maak dan van de nood een deugd en pak eens een ergometer (of geniet gewoon van een kopje koffie in het verenigingsgebouw).

## Verkeersregels op het water

Los van alle regels is er het algemeen principe van goed zeemanschap:

***gebruik je verstand en voorkom gevaarlijke situaties en aanvaringen.***

Bedenk dat roeiers in uiterst kwetsbare boten varen. Het is ook uit dat oogpunt aan te bevelen om voorrang te verlenen aan een vaartuig dat zich niet aan de regels houdt.

Het belangrijkste reglement voor kleine vaartuigen in de binnenvaart is het Binnenvaart

Politie Reglement (B.P.R.). Het kent als speciale categorie "kleine vaartuigen". Daaronder vallen nagenoeg alle pleziervaartuigen, dus ook de roeiboten. Wat een klein schip is wordt o.a. bepaald door het 20-meter criterium: een klein schip is elk vaartuig, waarvan de lengte van de romp ( dus zonder boegspriet e.d. ) minder dan 20 meter is, met uitzondering van een sleepboot, een schip dat meer dan 12 passagiers mag vervoeren, een veerpont en een vissersschip.

Een roeier die tijdens tochten met verkeer op groot water, of met varen bij avond of nacht te maken krijgt, dient zich van te voren op de hoogte te stellen van het B.P.R. Onderstaand geven we de belangrijkste regels, die je in ieder geval moet weten.

Belangrijke vaarregels

* Altijd rechts, stuurboordwal houden. Deze regel geldt met name op de Breevaart met soms veel skiffeurs en wedstrijdroeiers op het water.
* Uitwijkplicht: kleine schepen moeten grote schepen voorrang en ruimte geven (uitzondering is het varen door engten)
* Roeiboten moeten voor ponten de vaart vrijhouden.
* Bij koerskruising wijkt het kleine motorschip voor het zeilschip en de roeiboot.
* Bij koerskruising tussen een roeiboot en een zeilschip wijkt de roeiboot.
* Bij roeiboten onderling wijkt de roeiboot, die de ander over stuurboord heeft.
* Bij tegengestelde koersen wijken beide uit naar stuurboord.
* Bij gelijke koersen geschiedt het oplopen aan bakboord, waarbij men het opgelopen vaartuig aan stuurboord houdt.
* Een water niet oversteken als men andere vaartuigen daardoor hindert.
* Bij bruggen, sluizen, engten enz. met stromend vaarwater, heeft het vaartuig dat stroomafwaarts of wind mee vaart voorrang (als er geen stroming is geldt "klein" wijkt voor "groot").
* Zonder stroming heeft het vaartuig, dat aan stuurboord geen hindernis heeft, voorrang.
* In rivierbochten bepaalt het opvarende grote schip de koers van het afvarende grote schip. Een zeilplank wordt geacht een zeilschip te zijn.
* Daarnaast de regels van de vereniging,