



Van levensbelang

Een reddingsvest werkt alleen als je het draagt

Overboord vallen is een risico voor iedereen die vaart. Het is daarom belangrijk op het water een reddingsvest of drijfhelpmiddel te dragen. Dit kan je redding betekenen als je onverhoopt in het water valt. Je reddingsvest moet wel de juiste maat hebben en goed vastzitten.

Hulpverleners op het water komen elk jaar een aantal keren in actie voor man overboord-situaties. Soms met succes, maar soms komt de hulp te laat. De overlevingskans voor een drenkeling zonder reddingsvest is klein.

Vast of opblaasbaar

In de praktijk spreken watersporters over 'zwemvest'. Het is echter zorgvuldiger om onderscheid te maken tussen een drijfhelpmiddel (vaststofvest) en een reddingsvest (vaststofvest met kraag of opblaasbaar met behulp van een gaspatroon). Over het algemeen geldt: een drijfhelpmiddel voldoet voor watersporters die veel in contact komen met het water: surfers, catamaranzeilers, jet- en waterskiërs, suppers en kanoërs. Voor kinderen is een vast reddingsvest met kraag het beste. In alle andere gevallen verdient het aanbeveling om een (opblaasbaar) reddingsvest te dragen.

Het is compacter en geeft meer bewegingsvrijheid. Een ingebouwd gaspatroon blaast het vest op, zodra het in contact komt met water. Een zouttablet smelt door het water en activeert de gaspatroon. Dit gebeurt bij een automatisch vest. Bij de handmatige uitvoering moet je zelf aan een touwtje trekken om de gaspatroon in werking te stellen. Een opblaasvest moet je goed onderhouden en regelmatig laten keuren.





Drijfvermogen en draaikracht

Als je in het water valt, dan houdt je kleding enige tijd lucht vast. Meestal zal die lucht zich ophopen aan je rugzijde. Daardoor komt je voorover te liggen, met je gezicht in het water, zeker als je bewusteloos bent. Een goed reddingsvest doet twee dingen: het geeft je blijvend extra drijfvermogen waardoor je blijft drijven én het kantelt je op je rug, zodat je kunt blijven ademhalen.

Goed gebruik

- Een reddingsvest werkt alleen als je het draagt!
- Het vest moet je goed passen.
- Maak alle sluitingen en de ceintuur vast.
- Gebruik ook de kruisbanden! Die voorkomen dat het vest over je hoofd uitschiet wanneer je in het water valt of wanneer je aan het vest terug aan boord wordt getrokken.
- Draag het reddingsvest over je jas, niet eronder.
- Maak er een gewoonte van: aan boord = reddingsvest aan. Draag in ieder geval een reddingsvest bij een watertemperatuur lager dan 15 graden, 's nachts, bij mist of vanaf windkracht 4 Beaufort. En als je zeeziek bent.

- Besef dat overboord vallen een zekere dood kan betekenen als je géén reddingsvest draagt.
- Zet je naam in je reddingsvest en draag geen vest van iemand anders.

Ingebouwd harnas

Op groter water gebruiken watersporters, vooral zeilers, een veiligheidslijn (lifeline) om overboord vallen te voorkomen. Voor deze situatie is het verstandig om te kiezen voor een reddingsvest met een ingebouwd harnas. De lifeline moet niet te lang zijn.

Nieuw of tweedehands?

Aan boord van een gebruikt jacht treft de koper wel eens oudere reddingsvesten aan. Ook worden er geregeld reddingsvesten aangeboden via internet. Dat lijkt een leuk voordeeltje, maar de vraag is of zij nog goed werken. Een vest raakt namelijk onbruikbaar aan het einde van zijn levensduur en het harnas verliest sterkte als er flink aan getrokken is. Een nieuw vest gaat in elk geval nog jaren mee en is dus de investering waard.

150 of 275 Newton

De benodigde capaciteit van het reddingsvest hangt niet alleen af van je lichaamsgewicht. Het drijfvermogen van de gedragen kleding is bepalend voor de draaikracht. De capaciteit van een reddingsvest wordt uitgedrukt in Newton, waarbij 10 Newton gelijk staat aan 1 kilo drijfvermogen. Veel reddingsvesten hebben een capaciteit van 150N. Dit vermogen is prima zolang je kleding geen lucht vasthoudt. Veel moderne zeilkleding is waterdicht en sluit gemakkelijk veel lucht in. Er is meer draaikracht nodig om je op je rug te draaien en een reddingsvest van 275N is dan een betere keuze.

Onderhoud en controle

Controleer met regelmaat je reddingsvest. Kijk of de ritsen en sluitingen nog werken en of de stiksels in orde zijn. Spoel het vest na gebruik af met kraanwater en laat het goed drogen. Bewaar het op een droge plaats, bij voorkeur op een hangertje.

De werking van het opblaasmechanisme (gaspatroon, zouttablet) moet regelmatig worden gecontroleerd. In de gebruiksaanwijzing staat hoe vaak en op welke manier. Laat de keuring over aan de specialist, breng het reddingsvest daartoe naar je leverancier.

Normering voor reddingsvesten en drijfhelpmiddelen

Er zijn vier Europese Normen voor reddingsvesten en drijfhelpmiddelen, die elk een type reddingsvest omschrijven die voor een specifieke groep gebruikers geschikt zijn:



50 Newton drijfvermogen.
Drijfhelpmiddel of zwemvest
- Alleen geschikt voor goede zwimmers die zich in beschut

water bevinden. Niet veilig bij bewusteloosheid. Geschikt voor personen vanaf 40 kg.



150 Newton drijfvermogen.
Reddingsvest - Geschikt voor zowel zwimmers als niet-zwimmers.
Dit vest is onder vrijwel alle

omstandigheden veilig bij bewusteloosheid. Bij het dragen van zware waterdichte kleding beperkt veilig bij bewusteloosheid.



100 Newton drijfvermogen.
Reddingsvest - Geschikt voor volwassenen en kinderen die kunnen zwemmen die zich bevinden op

binnenwater of beschut water. Deze vesten zijn beperkt veilig bij bewusteloosheid, afhankelijk van de gedragen kleding.



275 Newton drijfvermogen.
Reddingsvest - Geschikt voor zowel zwimmers als niet-zwimmers op open zee en onder extreem zware

weersomstandigheden. Dit vest is ook geschikt voor dragers van zware waterdichte kleding en is onder vrijwel alle weersomstandigheden volkomen veilig bij bewusteloosheid.

Verder schrijft de normering voor reddingsvesten (behalve het zwemvest) voor, dat alle vesten:

- In opgeblazen toestand een felle opvallende kleur en reflecterende strepen hebben.
- Een kanteltijd hebben van 5 seconden of minder.
- De mond minimaal 8 cm boven het water moeten houden, de vrijboordhoogte.



Reddingsdiensten

De KNRM is een onafhankelijke organisatie die kosteloos mensen in nood helpt en redt op zee en ruime binnenwateren. De KNRM heeft 45 reddingsstations met circa 1.300 professionele vrijwilligers en enkele beroepsschippers, ondersteund door personeel van het hoofdkantoor in IJmuiden.

De Reddingsbrigade is een organisatie van professionele vrijwilligers die hun werk doen op en nabij zee, open water en recreatieplassen. Reddingsbrigade Nederland telt 166 lokale reddingsbrigades met in totaal ruim 5.000 actieve hulpverleners, ondersteund door personeel van het hoofdkantoor in IJmuiden.

Colofon

Het project **'Varen doe je Samen!'** heeft als doel de risico's te beperken voor beroeps- en recreatievaart op dezelfde vaarweg. Tal van partijen werken samen in het project:

ANWB, Koninklijke BLN-Schuttevaer, Havenbedrijf Amsterdam N.V., Havenbedrijf Rotterdam N.V., HISWA Vereniging, KNRM, Rijkswaterstaat, Platform Waterrecreatie, de Provincies, Reddingsbrigade Nederland, Sportvisserij Nederland, Stichting Waterrecreatie Nederland, Unie van Waterschappen, Watersportverbond.

Uitvoering

Waterrecreatie Nederland, Postbus 37111, 1030 AC Amsterdam
info@varendoejesamen.nl / www.varendoejesamen.nl
Internationale informatie vind je op: www.safeboating.eu

Vragen? Of nieuwsgierig naar andere aandachtspunten voor veiligheid op het water? Kijk op www.varendoejesamen.nl
De website van 'Varen doe je Samen!' werkt ook goed op een smartphone.

