



# SÅ TAR DU UPP EN ISVAK PÅ ETT SÄKERT SÄTT

Här har Svenska Livräddningssällskapet satt ihop instruktion till oss kallbadare - läs och ladda gärna ned och sprid till fler kallbadare.

- 1. Arbeta inte själv.** Man bör aldrig vara själv på isen och dessutom är det är tungt att ta upp en vak. Det behöver vara flera som turas om att arbeta och som hjälper till att hålla en hög säkerhetsnivå
- 2. Mät ut den tänkta isvaken genom att rispa i isen med isdubbar eller annat redskap.** Börja med att först borra ett hål med en isborr eller med hjälp av ett spett. Använd helst en gammal hederlig issåg för att slippa utsläpp från motorsåg. Även om du använder eldriven motorsåg så avsöndras olja från kedjan i vattnet. Dessutom blir kedjan fort slö när man sågar i vatten och behöver bytas och oljas ofta för att fungera bra.
- 3. Om du utgår från en brygga eller stege ska du börja såga så nära stegen som möjligt** och jobba dig utåt via ett lodrätt snitt. Såga från vänster till höger eller tvärtom. Såga små fyrkanter och sedan det andra lodräta snittet. Tänk på att varje isflak du sågar loss flyter och det är svårt att hantera ett stort isflak. Då är det lättare att trycka de mindre fyrkantiga iskuberna under isen. Ett bra tips är också att använda iskuberna till att bygga en issarg runt själva vaken som tillsammans med pinnar och granris ramar in isvaken på ett säkert sätt. Om det inte finns en stege vid vaken bör issargen göras med en vuxen persons längd från kanten, så att man kan häva sig ur vaken med hjälp av isdubbar. Man kan också använda stege som hävstång för att få upp isflak och iskuber ur vaken.
- 4. När isvaken är klar är det dags att skapa en tydlig avgränsning till vaken. Det som kan användas för att märka ut en vak är:**
  - Granruskor
  - Listvirke med horisontella band eller lister för att bygga en sarg av band eller lister
  - Vägpinningar med band emellan pinnarna
  - Du kan också bygga en större variant av sarg, med tryckimpregnerat virke med lite tjockare dimensioner.
  - Borra eller hacka med en ispik för att få ned pinnar eller käppar och stoppa ned dem i vartdera hörnet av vaken. Fördelen med pinnar och käppar är att det syns på långt håll även när det har snöat. Använd gärna avspärningsband (finns i bygghandeln) eller reflexband som ytterligare säkerhetsåtgärd. Att använda pinnar av listvirke är att föredra då dessa kan vara kvar och förmultna. Men, självklart är det bäst att plocka bort allt kring isvaken när isen smälter. Granruskor sätts ned i isen runt vaken. Tänk på att du inte får bryta kvistar från träd utan markägarens tillstånd.
- 5. Nu är det dags för ett premiärbad i vaken!**

— Det är viktigt att ha respekt för att bada i isvak, men det är inte farligt att vara ute på isen, det är okunskap om isen som skapar en osäker situation och gör det farligt, avslutar Johan.

**TIPS!** Läs även hela artikeln, "Isvett med Johan Söderlund, Svenska Livräddningssällskapet" på Kallbad.nu. Johan Söderlund på Svenska Livräddningssällskapet arbetar bland annat med att utbilda skolelever i att vistas säkert på isen och har även skrivit utbildningsmaterial i ämnet.

\* Sedan den 1 januari 2015 får man enligt lag inte såga med motorsåg på allmän plats eller hos en granne utan ett så kallat motorsågskörkort ( AFS 2012:1). Att såga på sin egen tomt eller i en sjö med eget vatten kan utföras utan motorsågskörkort.