

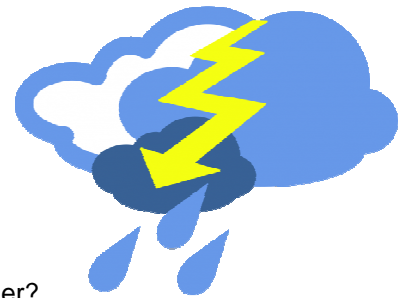


Onweer

De “tien seconden regel” tijdens wandelen.

Wandelen doen we natuurlijk veelal op de openbare weg of lekker in de vrije natuur. Als het weer plotseling omslaat en het gaat onweren is het handig dat je kunt bepalen of er een gevaarlijke situatie ontstaat voor jou als wandelaar: Gebruik hiervoor de “tien seconden regel” .

Met de “tien seconden regel” kun je inschatten wanneer je het best kan gaan schuilen: zitten er minder dan tien seconden tussen de bliksemflits en de donder? Dan... is het onweer gevaarlijk dichtbij! Wil je meer zekerheid? Hou dan veiligheidshalve 15 tellen aan. Is de tijd tussen flits en de donder korter dan drie seconden, dan zit je midden in de onweersbui.



Tips voor wanneer het onweer jouw kant op komt:

- Zoek een overdekte schuilplaats in een auto, woning of boerderij
- Ga niet onder een boom of lantaarnpaal staan; daar ben je namelijk niet goed beschermd
- Indien je geen overdekte schuilplaats vindt, schuil dan in de berm bij voorkeur in een greppel of in een ander lager gelegen gedeelte
- Ga niet liggen of knielen in de berm, maar hurk of ga zitten met je armen om je benen gevouwen
- In groep loop je een groter risico op blikseminslag. Blijf dus niet bij elkaar maar zoek beschutting of hurk verspreid van elkaar
- Als het onweer dichtbij komt, bel dan niet met je telefoon. Een mobiele telefoon kan onweer aantrekken als je deze in je hand houdt
- Verwijder ijzer (zoals grotere kettingen of armbanden, of een rugzak met een ijzeren frame) van je lichaam