



Vattnet är inte mer än 2-3 grader, och det är viktigt att inte drabbas av panik. Valter Kanlén fixade sitt isbad galant. Foto: Camilla Lagerman

Iskallt uppdrag för Lindbackaskolans nior

Publicerad: 18 februari 2022

Författare: Camilla Lagerman

I strålande vackertinterväder samlades Lindbackaskolans klass 9B ute på Lindessjöns is vid lunchtid på fredagen, för en något annorlunda idrottslektion. Bada isvak stod nämligen på dagens schema, något som eleverna såg fram emot med skräckblandad förtjusning. - Det här är ett moment som heter livräddning vid vatten vintertid, så först har eleverna haft en teoretisk del där vi har gått igenom hur det går till, vad som är viktigt att tänka på och vilka säkerhetsåtgärder man bör tänka på innan man ger sig ut på isar. Det här momentet vi gör idag är helt frivilligt, men det är väldigt bra att veta hur det känns att hamna i kallt vatten, förklarar lärare Johanna Röseberg.

Idrottslärare Johanna Röseberg fäster en säkerhetslina kring midjan på Valter Kanlén, som med bestämda steg kliver fram till isens sköra kant. Efter ett par djupa andetag gör han ett hopp rakt ut i det iskalla vattnet. Någon sekund senare är han uppe över vattenytan igen och får tag i ispiggarna som hänger kring halsen. Innan han får ta sig upp ur det minst sagt kyliga vattnet ställer Johanna en fråga som han ska svara på, detta för att återfå kontroll över andningen.

– Om man får kontroll över andningen har man bättre förutsättningar att inte hamna i chock, och därmed kunna fatta rätt beslut för att klara sig ur situationen, förklarar Johanna.

Näst på tur är Klara Sahlén, som försiktigt tar sig ut till iskantens allra tunnaste del, där den enkelt faller samman under hennes fötter. Även Klara är snabbt uppe över ytan igen, och hon får kvickt fram sina ispiggarna och inväntar Johannas kontrollfråga.

– Vad är det för dag idag?

– Fredag! ropar hon till svar innan hon tappert kämpar sig upp ur det iskalla vattnet och kan springa in till värmen.

– Forskning har visat att om man har fått prova på detta under kontrollerade former, så har man större chans att klara sig om man skulle gå igenom isen på riktigt, förklarar idrottslärare Rebecka Jylhäsalmi.

Källa: LindeNytt.com

<https://lindenytt.com/nyheter/iskallt-uppdrag-for-lindbackaskolans-nior/>