

HEIMUR  
Í HENDI



# Á ÖGURSTUNDU

LESTRARBÓK

# LESTRARRÁÐ!

## Kæri nemandi

- Allir námsmenn þurfa að temja sér góðar námsvenjur.
- Hér eru góð ráð sem gætu hjálpað þér við lestur.

## Áður en þú byrjar lesturinn

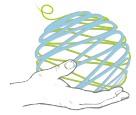
- Skoðaðu bókina vel, einnig myndir og ramma.
- Lestu efnisyfirlit og kaflaheiti.
- Um hvað fjallar bókinn?
- Hvað veist þú um efnið?

## Á meðan þú lest

- Finndu aðalatriðin.
- Skrifðu hjá þér minnispunkta.
- Gott er að gera skýringarmyndir eða hugarkort.
- Spurðu um það sem þú skilur ekki, t.d. orð og orðasambönd.

## Eftir lesturinn

- Rifjaðu upp það sem þú last.
- Veltu fyrir þér hvað eru aðalatriði og hvaða atriði skipta minna máli.
- Hugsaðu um það sem þú hefur lært og tengdu við það sem þú vissir áður.
- Reyndu að endursegja textann með eigin orðum.



HEIMUR  
Í HENDI

# Á ÖGURSTUNDU

LESTRARBÓK

Helgi Grímsson



MENNTAMÁLASTOFNUN

# Efnisyfirlit

Á ögurstundu . . . . .	3
Prautgóðir á raunastund . . . . .	4
Slysavarnir og unglíngastarf . . . . .	5
Björgunarsveitirnar . . . . .	6
Björgunarafrekið við Látrabjarg . . . . .	8
Hrakningar á Hlöðufelli . . . . .	10
Dauðadjúpar sprungur . . . . .	12
Neyðaraðstoð í náttúruhamförum . . . . .	14
Mun Líf bjarga lífi? . . . . .	16
Öflugur búnaður skiptir máli . . . . .	18
Neyðarkall. . . . .	20
Fötin skipta máli. . . . .	22
Fjallareglurnar tíu . . . . .	23
Að verða björgunarsveitarmaður . . . . .	24
Verkefni . . . . .	26
Orðskýringar . . . . .	28





# Á ögurstundu

Hún var ekki viss um hvort það var gnauðið í vindinum eða hljóðið í gamsanum sem vakti hana. Það var niðadimmt í herberginu. Hún teygði sig í símann. SMS frá 112. Það boðaði aðeins eitt. Hún ýtti við manningnum sínum sem svaf við hlið hennar: „Eiríkur, Eiríkur, það er útkall“. „Ha, hvað“, var svarað syfjulegri röddu. Hún las skilaboðin: Útkall – heildarútkall, svæði eitt. Leit að ungmennum á Hengilssvæðinu. Mæting við Skíðaskálann í Hveradölum. „Í þessu hryllilega veðri“, hugsaði hún með sér „og klukkan fjögur um nótt. Hvað eru þau að flækjast?“ „Eiríkur, ég þarf að drífa mig út í hús, þú kemur krökkunum í skólann á eftir. Elvar fer í íþróttir, mundu að láta Berglindi taka með sér aukaneiti“. Hún klæddi sig í skyndi og fór út í bíl. „Vonandi verður leitinn afturkölluð áður en ég kem niður í Björgunarsveitarhús“, hugsaði hún.

Í hundruðum húsa á höfuðborgarsvæðinu og Suðurlandi voru félagar hennar í björgunarsveitunum að búa sig út í nóttina. Allir höfðu þeir fengið þessi sömu útkallsboð.



# 112

112 (Einn-einn-tveir) er sameiginlegt neyðarnúmer landsmanna. Í þetta númer á að hringja í neyð hvort sem þig vantar aðstoð lögreglu, slökkviliðs, læknis, sjúkrabíls eða björgunarsveita. Neyðarverðir Neyðarlínunnar boða réttan aðila á vettvang alls eftir því hvaða aðstoðar er þörf. Ef þú þarft að hringja í 1-1-2 vertu viðbúin(n) því að svara hvar þú ert, hver þú ert og hvað kom fyrir. Fylgdu fyrirmælum neyðarvarðarins og svaraðu spurningum hans. Þú gætir bjargað mannslífi! Það er einnig hægt að senda SMS til Neyðarlínunnar. Gott er að hafa það í huga ef símasamband er veikt.

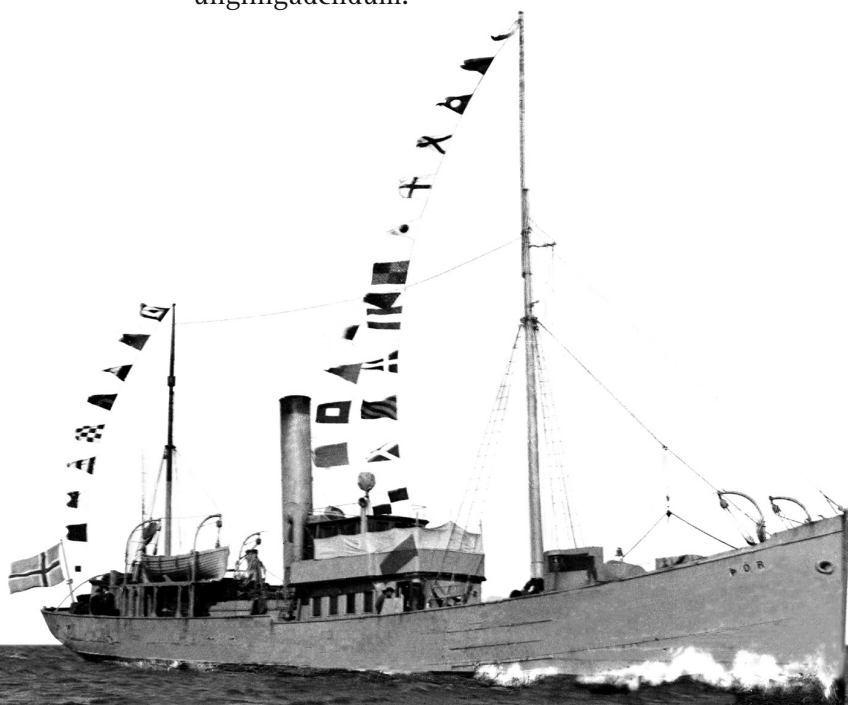


\*Undirstrikuð orð eru útskýrð aftast í bókinni



## Þrautgóðir á raunastund

Saga þjóðarinnar geymir frásagnir af baráttu okkar við óblið náttúruöfl. Oft höfum við þurft að lúta í lægra haldi fyrir hrammi Ægis, snjóflóðum og hríð. Á fyrstu tuttugu árum síðustu aldar drukknuðu til að mynda rúmlega þrettán hundruð menn hér við land. Það var því nauðsynlegt að hefja skipulagt slysavarna- og björgunarsveitarstarf hér á landi. Fyrsta björgunarsveitin var stofnuð árið 1918 í Vestmannaeyjum, Björgunarfélag Vestmannaeyja. Félagið keypti tveimur árum seinna björgunarskipið Þór sem var fyrsta fullkomna björgunarskipið hér við land. Slysavarnafélag Íslands var svo stofnað 1928. Fljótlega eftir stofnun félagsins voru stofnaðar slysavarnadeildir og björgunarsveitir víða um landið. Hjálparsveit skáta var stofnuð árið 1932 og fljótlega fjölgaði hjálparsveitunum. Fyrsta flugbjörgunarsveitin var stofnuð í Reykjavík 1950 rétt eftir að flugvélin Geysir fórst á Vatnajökli. Aðal markmið allra þessara sveita var og er að bjarga mannlífum og koma í veg fyrir slys og tjón á verðmætum. Í dag starfa um 100 björgunarsveitir á Íslandi í Slysavarnafélaginu Landsbjörg. Þar eru einnig slysavarna- og kvennadeildir ásamt unglingadeildum.





## Slysavarnir og unglíngastarf

Konur hafa lengst af borið uppi starf slysavarnadeilda vítt og breitt um landið. Oft voru það konurnar í þessum deildum sem hvöttu til stofnunar björgunarsveita og voru fjárhagslegur bakhjarl þeirra. Í árána rás hafa slysavarnadeildirnar haft frumkvæði að ýmsum verkefnum. Nefna má aukið umferðaröryggi, slysavarnir barna, hvatningu um sundkennslu, slysavarnir í landbúnaði, slysavarnir vegna náttúruhamfara, baráttu fyrir neyðarsíma fyrir alla landsmenn og síðast en ekki síst öryggi sjómanna.

Um árabíl hefur unglíngastarf verið skipulagt á vegum Slysavarnafélagsins Landsbjargar. Í unglíngastarfinu fá iðkendur þjálfun í skyndihjálpi, ferðamennsku og rötun. Einnig læra unglíngarnir undirstöðuatriði fjallamennsku og björgunarstarfa því það krefst þjálfunar og þekkingar að síga niður kletta og sofa í snjóhúsi. Unglíngarnir fá leiðsögn um hvernig á að gera gott úr erfiðum aðstæðum og njóta útiveru hvernig sem viðrar. Um leið er verið að gera þá hæfari til að starfa í björgunarsveit.

Samskipti manna við erfiðar aðstæður eru krefjandi. Þá er nauðsynlegt að þekkja sjálfan sig vel til að átta sig á hvað maður getur og hvað ekki. Í æfingum og björgunaraðgerðum vinnur stór hópur fólks að því í sameiningu að ná sem bestum árangri. Það er nauðsynlegt að björgunarfólk geti starfað náið saman við erfiðar aðstæður. Samstaða, samvinna og traust er því lykilatriði í björgunarstörfum.







## Björgunarsveitirnar

Vítt og breitt um landið starfa konur og karlar saman í björgunarsveitum. Þó að markmið sveitanna sé það sama og þær starfi á svipuðum grunni þá eru sveitirnar ólíkar að uppbyggingu. Björgunarsveit er skipt upp í flokka sem sérhæfa sig í tilteknum verkefnum. Staðhættir og náttúra hafa oft áhrif á uppbyggingu sveitanna. Björgunarsveitin Þorbjörn í Grindavík er til dæmis ein af öflugustu sjóbjörgunarsveitum landsins. Flugbjörgunarsveitin á Hellu hefur mikla reynslu af björgunaraðgerðum í kringum Eyjafjallajökul og Torfajökul. Hjálparsvéit skáta í Garðabæ hefur flokk sem hefur sérhæft sig í leit í þéttbýli og kann til að mynda að rekja fótspor.

Dagskrá björgunarsveitanna er fjölbreytt. Auk þjálfunar, viðhalds tækja og áhalds er fjölmargt á döfinni. Björgunarsveitin Ársól á Reyðarfirði hittist vikulega. Á dagskrá er meðal annars fræðsla um talstöðvar, endurlífgun, staðsetningartæki (GPS), hnúta, snjóflóð, fyrstu hjálp og rötun. Einnig þarf að dytta að húsnæðinu og þrifa það. Þá fer mikill tími hjá félagsmönnum í fjáraflanir eins og flugeldasölu.

Björgunarsveitir Ísafjarðar starfa í fjórum flokkum. Sjóflokkur sér um slöngubáta og fluglínutæki félagsins, og annan skyldan búnað. Í fjallaflokki starfa þeir sem hafa þjálfað sig í fjallamennsku, svo sem klettaklifri, ísklifri og sigi. Þessi hópur reynir að vera sem best í stakk búinn til að leysa þau verkefni sem gætu orðið í fjallendi. Hann heldur til haga öllum þeim búnaði sem hópurinn á svo hann sé tilbúinn til notkunar þegar á þarf að halda. Fyrstu hjálpar flokkur ber ábyrgð á þjálfun og búnaði sveitarinnar og sér einnig um sjúkragæslu við ýmis tilefni fyrir Ísafjarðarbæ. Tækjaflokkur sér til þess að öll ökutæki séu reiðubúin í útköll. Þetta er sá hópur sem þarf að mæta sem fyrst þegar útkallsboð berast og gera ökutækin ferðubúin í snatri svo hægt sé að flytja björgunarfólk hratt og örugglega á vettvang.





Þegar björgunarsveit er kölluð út verður oft mikill handgangur í öskjunni. Útkall er sent með textaskilaboðum til þeirra flokka sem þörf er á. Fyrsta fólk er oftast komið í hús 10–20 mínútum eftir að boð berast. Það fer eftir eðli verkefna hvaða búnað þarf. Er einhver týndur í þéttbýli? Hefur einhver slasast í fjallgöngu? Er bíll fastur í snjóskafli? Hefur bátur strandað? Eru trampolín að fjúka?

Hver björgunarmaður þarf að velja sér réttan klæðnað miðað við veður, árstíma og staðhætti. Þá þarf hver og einn viðeigandi öryggisbúnað eins og hjálm og snjóflóðayli. Oft þarf að hafa með sér í bakpoka, nesti, vatn, fyrstuhjálparbúnað, aukafatnað, áttavita og GPS tæki. Þá þarf að hafa með sér talstöðvar og ýmsan sameiginlegan búnað miðað við fyrirliggjandi verkefni. Það tekur oftast ekki meira en 5–15 mínútur að klæða sig í fötin og gera allan búnað tilbúinn. Þá er farið upp í bílana eða út í bát og haldið af stað.

Tækjakostur björgunarsveita er gjarnan öflugur. Björgunarsveitin Súlu á Akureyri á til dæmis þrjá stóra jeppa, eina litla rútu, vörubíl, snjóbil og fimm vélsleða. Einnig á sveitin fjölbreyttan búnað til fjallabjörgunar og fyrstu hjálpar.





Hér sést Hallgrímskirkja til samanburðar við hæðina á Látrabjargi.

## Björgunarafrekið við Látrabjarg

Breski togarinn Dhoon strandaði við Látrabjarg árla morguns þann 12. desember 1947. Skipverjar sendu frá sér neyðarskeyti og bárust fréttir af því til félaga í slysavarnadeildinni Bræðrabandið í Rauðasandshreppi. Af bjargbrúninni sáu þeir hvar skipið hafði strandað undir 180 metra háum þverhniptum hamravegg og ólgaði brimið allt í kringum það. Ákveðið var að reyna að bjarga skipbrotsmönnum í dagrenningu næsta dag með því að síga í fjöru af Flaugarnefi. Um 100 metra leið er af brún bjargsins niður snarbratta klettahlíð niður á Flaugarnef. Af nefinu er svo 80 metra standberg í fjöru. Bjargið var allt ísað og sigið því stórhættulegt. Af tólf björgunarmönnum sem fóru niður á Flaugarnef sigu svo fjórir menn alla leið niður í fjöru. Þaðan þurftu þeir að ganga meira en einn kílómetra að strandstað með þungan björgunarbúnaðinn yfir flughált fjörugrjótið. Þetta tók allan morguninn.

Tólf skipverjar sem eftir lifðu þurftu að bíða langan dag og erfiða nótt, bundnir frammi á hvalbak skipsins. Skipstjórinn, stýrimaður og háseti drukknuðu. Þeir virtust hafa reynt að fara í land á björgunarbáti sem fannst mölbrotinn í fjörunni.





Óskar Gíslason gerði kvikmynd um björgunarafrækið við Látrabjarg fyrir Slysavarnafélag Íslands. Þar eru m.a. notaðar einstæðar myndir frá öðru björgunarafræki við Örlygshöfn í Patreksfirði, þegar togarinn Sargon strandaði þar.



Línu var skotið til skipsins sem skipbrotsmenn drógu til sín og þeir voru dregnir í björgunarstól sem festur var við línuna. Langur tími fór í að ná skipverjum á land, ganga til baka að Flaugarnefi og hifa þá upp bjargið. Um fjögur leytið voru aðeins sjö af tólf skipverjum komnir upp á Flaugarnefið. Dagsbirtu naut ekki lengur við og sjór farinn að falla að. Þeir sem voru í fjörunni (þrír björgunarmenn og fimm Bretar) þurftu að freista þess að lifa af nóttina í kaldri fjörunni. Í sautján klukkustundir hírdust þeir þar á stöðugum flóttu undan briminu í svarta myrkri. Björgunarmenn á Flaugarnefi og Bretarnir sjö dvöldu þar um nóttina því ekki var gerlegt að fara upp klettlíðina í náttmyrkrinu með kalda og þrekaða menn. Þrír menn fíkrðu sig þó upp á brún eftir vað til að láta vita af sér og sækja mat og klæðnað.

Það tók allan næsta dag að koma hópnum upp á bjargbrún. Þegar það tókst var skolið á myrkur, sunnan stormur og rigning. Skipbrotsmenn voru aðframkomnir og var ákveðið að gista um nóttina í tjöldum á bjargbrúninni áður en haldið var heim að bæ. Það er erfitt að gera sér í hugarlund það harðræði sem björgunarmenn og skipsbrotsmenn þurftu að þola þessa myrku og köldu daga. En þeir sem lengst höfðu vakað vöktu í um þrjá sólarhringa. Fjölmargir heimamenn tóku þátt í þessari björgun. Allir lögðust á eitt jafnt, konur, karlar og unglingar. Vanir bjargmenn sigu í bjargið en aðrir sáu um að koma vistum, tjöldum, fatnaði og búnaði á milli bjargs og bæja.

Fluglínubysa (fluglínutæki) er notuð til að skjóta léttri línu um borð í skip. Hún er síðan notuð til að draga sterka líflínu út í skipið. Við líflínuna er hægt að tengja björgunarstól og bjarga mönnum þannig í land úr sjávarhásku.



# Hrakningar á Hlöðufelli

Í september árið 2000 gengu fimm skólasystkin á Hlöðufell. Aðrir í skólahópnum biðu við fjallsræturnar í litlum skála. Fjallið er illkleift og axlir þess girtar hamraveggjum og aðeins ein hentug gönguleið á fjallið. Þau fóru upp bratta skriðu og eftir tæplega tveggja tíma göngu komust þau upp á fjallstindinn. Þegar þau lögðu af stað niður skall á dimm þoka svo þau villtust af leið. Alls staðar komu þau að snarbröttum hömrum.

Því var aðeins eitt til ráða, að leita skjóls. Það var orðið dimmt, byrjað að rigna og farið að kólna. Þau gerðu sér grein fyrir að enginn myndi koma upp á fjallið fyrr en næsta dag því enginn þeirra sem biðu í skálanum þekkti gönguleiðina á fjallið og ekkert símasamband var á svæðinu.

Þau leituðu skjóls við litla klöpp og hlöðu grjóti á hana til að skýla sér betur. Eftir að þau höfðu sætt sig við þennan næturstað reyndu þau að koma sér sem best fyrir. Þau byrjuðu á því fara úr bómullarfötum sem voru næst líkamanum og sumir undu sokkana sína. Þau röðuðu sér upp við skjólvegginn þannig að tveir voru upp við vegginn, tveir fyrir framan þá og einn lá þversum ofan á hinum. Þau skiptu um stöður nokkrum sinnum um nóttina svo að þeir sem kaldastir væru fengu betra skjól og hlýju.

Þau ákváðu að halda sér vakandi um nóttina með ýmsum ráðum. Söngdagskráin samanstóð af íslenskum ættjarðarlögum og erlendum slögurum. Þau fóru einnig í orðaleiki og töldu upp í hundrað.

Um nóttina fengu þau ýmsa gesti svo sem manninn með skæru augun og hundinn. Auk þess sáu þau mink og sum heyrðu mjög greinilega í þyrllu. Ekkert af þessu var raunverulegt.

Í fyrstu morgunskímu byrjuðu þau að húa og flauta í von um að björgunarmenn væru komnir upp á fjallið. Rúmum tveimur tímum seinna heyrðu þau köll í fjarska og bröltu á fætur og kölluðu og veifuðu sem mest þau máttu. Þarna voru komnir björgunarmenn sem gáfu þeim súkkulaði og færðu þeim þurr og hlý fót. Lagði hópurinn fljótlega af stað niður af fjallinu. Þegar niður var komið beið þeirra heitt kakó og hlýir bílar sem fluttu þau til byggða. Um 40 björgunarmenn tóku þátt í þessari aðgerð.

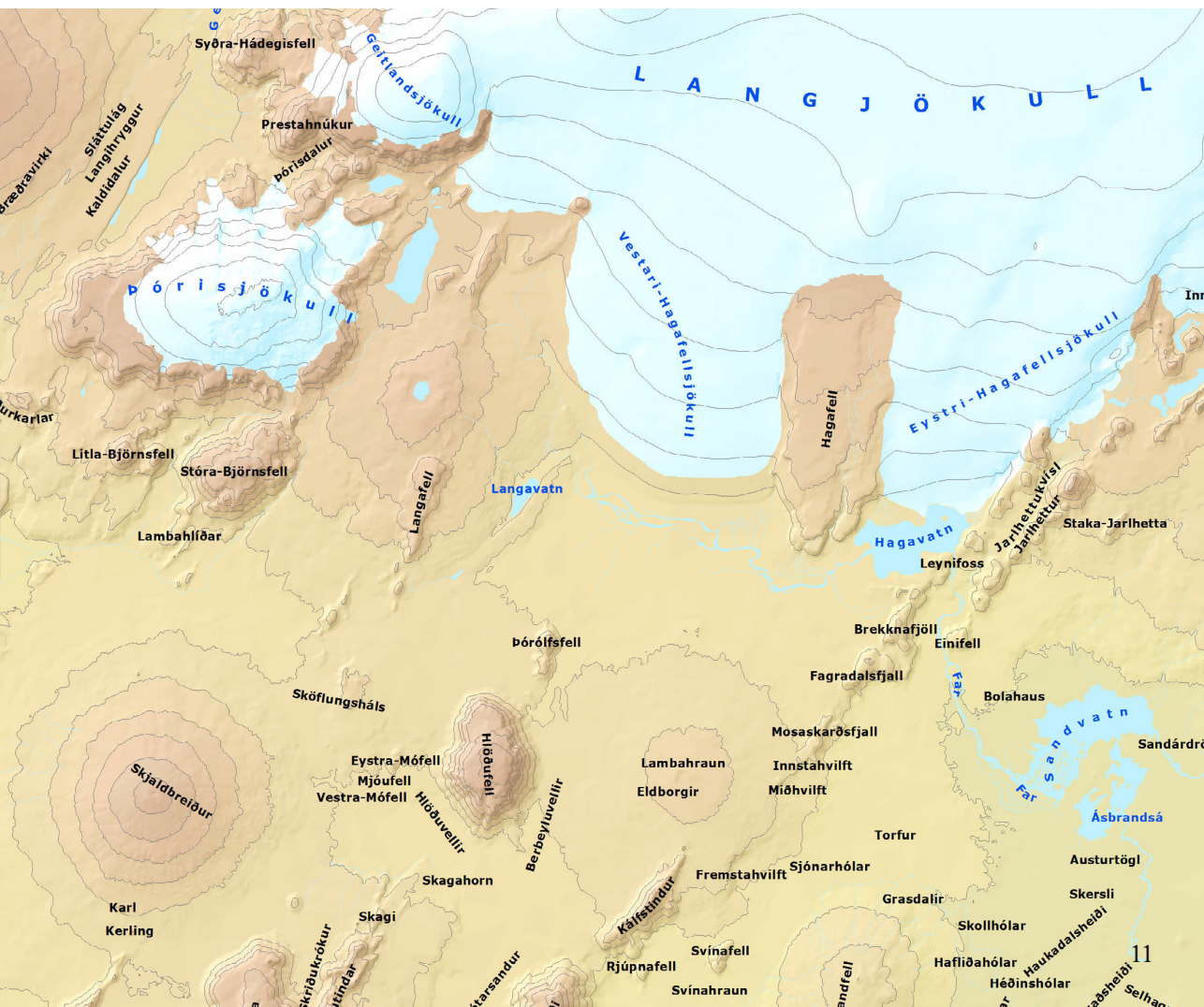


Sum efni eru betri en önnur í útivistarklæðnað. Bómullarefni eins og gallaefni eru mjög óheppileg.

Þau taka í sig mikinn raka og verða því þung og óþjál ef þau blotna, við það missa þau einnig alla einangrun

og eru lengi að þorna. Þannig kólnar líkaminn enn meira ef maður er í blautum gallabuxum en ullarbuxum.



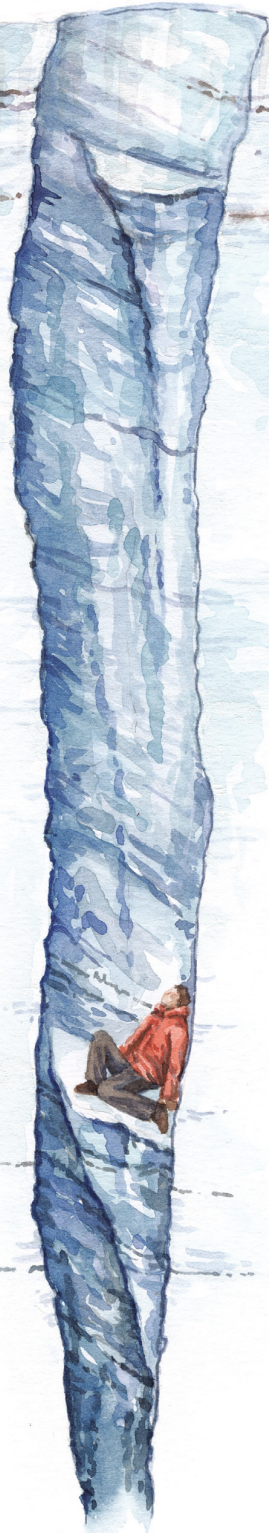




## Dauðadjúpar sprungur

Sumarið 2009 voru tvær fjölskyldur á ferð á vélsleðum og skíðum á Langjökli. Veðrið var fallett, 20 stiga hiti og heiðskirt. Tveir unglingspiltar fóru saman á sleða upp í hliðina í Geitlandsjökli sem er syðst í Langjökli (sjá kort á bls. 11). Eftir nokkra stund er farið að lengja eftir strákunum. Feður þeirra fara á eftir þeim en finna bara annan þeirra. Hann tjáði þeim að hinn hefði farið niður jökulinn á sleðanum til móts við hópinn. Feðurnir höfðu hins vegar hvorki heyrt né séð til vélsleða á leiðinni og því setti beyg að öllum. Hvað hafði gerst? Það var eins og jökullinn hefði gleypt drenginn.

Þeir leituðu í skyndi, röktu vélsleðaför og fundu sleðann á miklu sprungusvæði en drengurinn var hvergi sjáanlegur. Þeir hringdu í 112 og báðu um aðstoð björgunarsveita. Þá röktu þeir spor frá sleðanum um 30–50 metra vegalengd yfir sprungusvæði að holu í jöklinum. Þeir kölluðu niður í sprunguna og fengu, sér til mikillar gleði, svar um hæl, langt neðan úr sprungunni. Hann var á lífi, óbrotinn en mjög kalt. Pabbi hans talaði við hann ofan af sprungubrúninni og hvatti hann til að hugsa jákvætt, reyna að halda á sér hita því að hjálp væri á leiðinni. Ferðafélagarnir höfðu hvorki búnað né þekkingu til að bjarga stráknum upp úr sprungunni. Því skipti öllu máli að fá aðstoð björgunarsveita sem fyrst svo hann myndi ekki deyja úr kulda.



Í ljós kom að á leið sinni ofan af jöklinum fór strákurinn eilítið út af leið og lenti á sprunguvæði. Sleðinn fór yfir tvær sprungur en drap svo á sér. Hann reyndi að koma sleðanum í gang en það tókst ekki og þá ákvað hann að ganga niður. Það fór ekki betur en svo að eftir stutta göngu féll hann ofan í sprungu. Fyrst lenti hann á snjósyllu sem var um einn og hálfan metra frá yfirborðinu. Hann reyndi að krefsa sig upp úr sprungunni en þá gaf syllan sig svo hann hrapaði um tíu metra á aðra mjóa snjósyllu en á hvora hönd var 10–15 metra hydýpi.

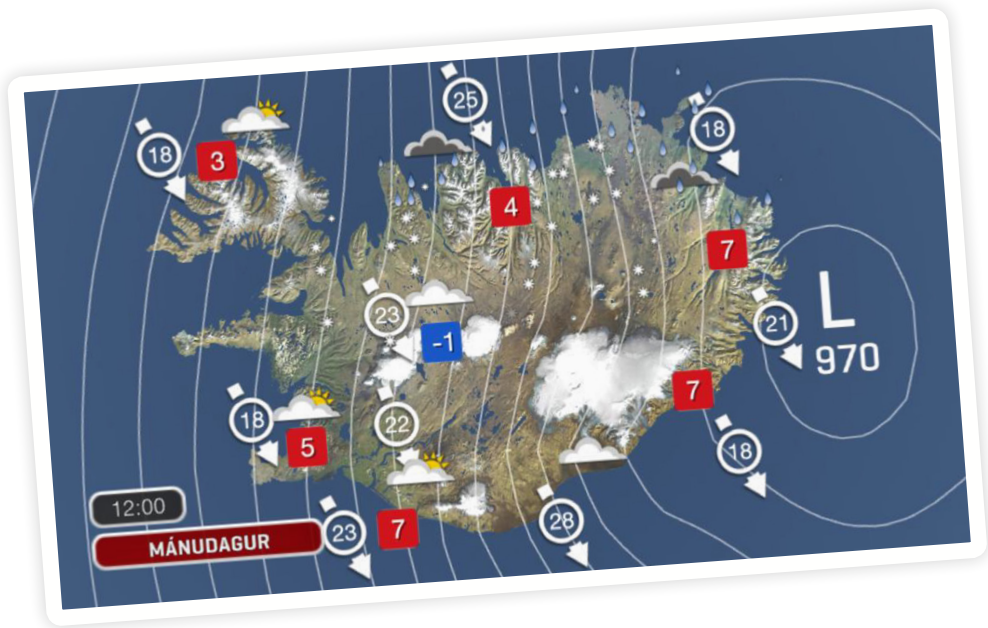
Tveimur tímum eftir að strákurinn fannst komu fyrstu björgunarmennirnir sem fyrir tilviljun voru staddir í nágrenninu á vélsleðum. Einn þeirra seig niður í sprunguna og hlúði að honum og fljótlega var strákurinn hífður upp úr sprungunni í sjúkrahöfum. Rúmlega 30 björgunarmenn úr fjórum björgunarsveitum tóku þátt í þessari aðgerð ásamt þylusveit Landhelgisgæslunnar.



Ferðir á jökli eru langt frá því að vera hættulausar. Miklu skiptir að vita hvort að jökull sé hulinn snjó eða snjólaus. Þá er mikilvægt að vita hvort einhverjar sprungur séu á leiðinni. Ef jökull er hulinn snjó getur verið erfitt að koma auga á sprungur og svelgi. Snjólaus skriðjökull er mjög háll og viðsjárverður yfirferðar.







## Neyðaraðstoð í náttúruhamförum

Flestum þykir notalegt að heyra lóuklið að vori – vorboðinn ljúfi er kominn. Sumum finnst fyrsti haustboðinn vera þegar landsmenn eru hvattir í fjölmiðlum til að ganga tryggilega frá trampólínum, garðhúsgögnum og grillum svo þau fjúki ekki í fyrstu haustlægðinni.

Óveður kemur oft að óvörum. Veðurfræðingar gera hvað þeir geta til þess að vara við óveðri og senda út stormviðvaranir en oft sofna landsmenn á verðinum. Þegar stormur skellur á kemur oft til kasta björgunarsveitanna. Bátar skekjast um í höfnum, þakplötur og ýmsir lausamunir fjúka. Í sterkum vindhviðum geta bílar oltið um koll og heilu gámarnir tekist á loft.

Í byrjun september 2012 gerði norðanbál. Kröftug haustlægð skall óvenju snemma á Norður- og Norðausturlandi með þeim afleiðingum að fé fennti í kaf og rafmagn fór víða af. Björgunarsveitir voru kallaðar út, í fyrstu sveitir norðanlands en næstu daga streymdi að björgunarfólk úr öllum landshlutum og má ætla að yfir fjögur hundruð björgunarmenn hafi með einum eða öðrum hætti tekið þátt í aðgerðunum. Helsta verkefnið var að leita að og grafa fé úr fönn. Þúsundir kinda voru úti þegar veðrið skall á. Hundruð kinda voru á

Veðrabrigði á fjöllum geta verið snögg, úr sól og blíðu í rok og rigningu eða blindhríð á augabragði. Óveður getur haft í för með sér hættur sem ekki verður ráðið við.



næstu dögum grafnar úr fönn og komið til byggða. Einnig aðstoðuðu björgunarsveitarnir við að fjarlægja snjó og ís af rafmagnslínunum. Alls drápust um 3.500 kindur í Þingeyjarsýslu og Eyjafirði í óveðrinu og ekki minna en 80 kílómetrar af girðingum í eigu bænda skemmdust, bæði gamlar og nýlegar girðingar.

Í eldgosunum í Eyjafjallajökli árið 2010 unnu björgunarsveitirnar mikið þrekvirki. Fyrri eldgosið var á Fimmvörðuhálsi og hófst það 20. mars. Auðvelt var að komast nálægt gosstöðvunum og var sérstaklega tilkomumikið að fylgjast með því eftir að skyggja tók. Fóru margir ferðamenn þangað, bæði fótgangandi frá Skógum, og síðar úr Þórsmörk en einnig akandi á jeppum yfir Mýrdalsjökul. Þetta var ekki hættulaust og lentu margir ferðamenn í vanda. Björgunarsveitirnar þurftu að hafa mikinn mannskap og mörg farartæki til þess að sinna aðstoð og gæslu á öllu þessu svæði meðan á gosinu stóð svo að forvitnið ferðafólk færi sér ekki að voða. Seinna gosið var undir jöklinum sjálfum og hófst það 14. apríl og stóð fram í byrjun maí. Af því skapaðist bæði flóðahætta og einnig hætta vegna öskufallsins. Halda varð skepnum á húsi vegna hættu á flúormengun, ófært var að mestu um svæðið vegna öskuryks í lofti og aska hlóðst upp á húspökum. Þá eru ónefnd óþriffin í híbýlum fólks á öskufallssvæðinu, truflun á skólahaldi þar sem ekki var hægt að vera úti við suma daga. Björgunarsveitarmenn unnu dögum saman við að aðstoða bændur og aðra íbúa á gossvæðinu.



## Mun Líf bjarga lífi?

Hundar eru notaðir til þess að rekja spor, leita að fólki í snjóflóðum og húsarústum. Lögregla, víða um heim, notar hunda til að finna eiturlyf og sprengjur.

Hundar hafa afar næmt lyktarskyn. Allir hundar geta notað lyktarskynið til leitar, en þeir eru þó mis hæfir til þess. Leitarhundum má skipta í tvo hópa, annars vegar þá sem leita með nefinu niður við jörðina (sporhundur), og hins vegar þá sem halda höfðinu hátt uppi og fanga lyktina úr loftinu. Í báðum tilfellum eru þeir að leita að hinum týnda eftir lyktinni sem þeir finna af örsmáum húðflögum og öðrum ögnum sem manneskja skilur eftir sig og hundar finna lykt af.

Þegar þjálfar á hund til leitar þarf fyrst að ákveða hvora aðferðina hann á að temja sér að nota. Sporhundarnir eru notaðir til að rekja slóðir þeirra sem leitað er að. Þeir eru þjálfaðir í að finna ákveðinn einstakling eftir vísbendingu, til dæmis lykt af fötum. Húðflögurnar falla sumar hverjar nálægt fótsporinu, en langflestar dreifast um næsta nágrenni. Því fylgir hundurinn ekki hverju og einu spori, heldur slóðinni og vinnur oft talsvert langt frá þeirri leið sem hinn týndi gekk.



Hundar sem eiga að leita í snjóflóðum, eru þjálfaðir til að halda höfðinu uppi og hunsa húðflögur og önnur ummerki sem kunna að liggja á jörðinni. Snjóflóðaleitarhundar eru þjálfaðir til að finna mannafef, ekki lykt af neinum sérstökum einstaklingi. Þeim er í rauninni sagt: „Ef einhver er grafinn í snjónum, finndu hann þá“. Þeir þurfa því enga vísbendingu á borð við föt eða slíkt. Sá týndi er vísbendingin og hann gefur frá sér lykt. Hundarnir leita skipulega á svæðinu uns þeir annaðhvort finna lyktina sem leitað er að, eða sannfærast um að slík lykt sé ekki fyrir hendi. Þeir þurfa sífellt að greina á milli mannafefsins og annarrar lyktar sem liggur í loftinu. Þegar hundur finnur lyktina leitar hann áfram þar til hann finnur þann stað þar sem hún er sterkust.

Þegar hann finnur það sem hann leitar lætur hann þjálfarann vita. Fyrir góða frammistöðu fær svo hundurinn viðurkenningu, sem getur til að mynda falist í því að hann fær að leika sér með uppáhalds leikfangið sitt um stund eða fær bita af harðfisk.



Hundar eru ræktaðir sem leitarhundar. Líf er af tegundinni Labrador Retriever sem er algengasta tegund leitarhunda á Íslandi ásamt Border Collie. Líf var valin úr systkinahópnum sínum þegar hún var aðeins 6 vikna. Leitarþjálfunin byrjaði svo þegar að hún var 12 vikna. Líf er í þjálfun í snjóflóðaleit og víðavangseit. Þegar að hún hefur aldur og þjálfun til mun hún einnig læra rústaleit. Einn af bræðrum Lífar er sprengjuleitarhundur hjá lögreglunni.



Líf ásamt þjálfara sínum Guðrúnu Katrínu Jóhannsdóttur.



# Öflugur búnaður skiptir máli



## Bíll

Allar björgunarsveitir eiga bifreiðar sem notaðar eru við björgunarsörf. Aðstæður á hverjum stað ráða nokkru um hvers konar bifreiðar henta. Björgunarsveitir eiga gjarnan stór og öflug farartæki, hvort heldur er til ferða í snjó til fjalla eða til að komast yfir urð og grjót, krapa eða vatnselg.



## Sjúkrabörur

Sjúkrabörur björgunarsveita er léttar og traustar. Þær eru notaðar til þess að flytja sjúklinga eða slasaða af slystað. Ef slys á sér stað í fjalllendi getur þurft að bera börurnar langa leið og jafnvel nota línur og bönd til að koma þeim á tryggan stað.



## Björgunarbátur

Sumar björgunarsveitir eiga sérstaka björgunarbáta. Þeir eru hannaðir til að þola mikinn sjó og rétta sig sjálfir við ef þeim hvolfir. Þá eiga sveitirnar fjölda harðbotna- og venjulega slöngubáta sem nýtast við margvísleg björgunarsörf.

## Hjálmur

Hjálmur ver björgunarmanninn fyrir höfuðhöggum. Hjálmar eru nauðsynlegir í öllum útköllum. Skiptir þá ekki máli hvort um er að ræða leit í fjöru, aðstoð í óveðri eða björgun í fjallendi og á jöklum.

## Ljós og leitartæknibúnaður

Í leitum skiptir máli að hafa yfir góðum búnaði að ráða.

Leitarljós eru nauðsynleg en þau lýsa upp stórt svæði og lýsa langt. Björgunarmenn nota einnig sjónauka, myndavélar, málbönd, vatnsheldar skrifblokkir og merkiborða sem meðal annars er hægt að nota til að merkja vísbendingar og girða af vettvang.







## Snjóflóðaylir, skófla og stöng

Þegar ferðast er í fjalllendi að vetri til er mikilvægt að hafa viðeigandi öryggistæki sem koma að gagni ef menn lenda í snjóflóði. Snjóflóðaylir sendir frá sér merki sem aðrir ylur nema og sýna hvar hinn týnda er að finna. Snjóflóðastangir þarf að nota til að finna nákvæma staðsetningu og að endingu kemur skóflan að notum til að grafa mann úr fönn.



## Klifurbelti og karabína

Klifurbelti eru flest þannig að þau eru fest yfir mjaðmir og eru með fótlykkjur. Mikilvægt er að velja sér klifurbelti af réttri stærð og festa það tryggilega á sig. Í klifri og sigi eru notaðir opnanlegir hlekkir (karabínur) til að festa línur, bönd og ýmis sig- og tryggingatól við beltid.



## Talstöð

Góð fjarskipti eru mikilvæg í öllu starfi björgunarsveita. Það þarf að láta vita ef eitthvað kemur upp á og í björgunaraðgerðum er mikilvægt að allir fái nauðsynlegar upplýsingar og fyrirmæli svo að aðgerðirnar verði markvissar og árangursríkar. Hnökralaus fjarskipti geta bjargað mannlífum, sparað tíma og fyrirhöfn. Björgunarsveitir hafa yfir að ráða öflugum talstöðvum sem eru oftast mun hentugri til fjarskipta en símtæki.





## Neyðarkall

Þó að flestir sem starfa með björgunarsveitum séu sjálfboda-liðar er rekstur björgunarsveita dýr. Það kostar mikið að þjálfa björgunarfólk, húsnæði, tæki og áhöld eru dýr. Björgunarsveitirnar afla sér fjár með ýmsu móti en hæst ber þó sölu flugelda um áramótin. Þær eru stærsti seljandi flugelda hér á landi. Félagar í björgunarsveitum hafa sumir sérhæft sig í að setja upp flugeldasýningar. Undirbúningur sýningar tekur langan tíma og það þarf að nota sérstakan búnað svo að hver „bomba“ springi á réttum tíma.

Björgunarsveitir afla sér einnig tekna með öryggis- og sjúkragæslu á íþróttaviðburðum. Jólatré eru seld á adventunni og söfnunarátakið „Neyðarkall“ er sett af stað einu sinni á ári. Þá selja björgunarsveitir um allt land lyklakippur með litlum eftirmyndum af björgunarsveitarfólki.

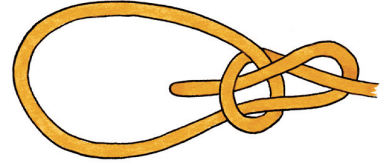
Á hverju sumri standa björgunarsveitirnar vaktina á hálendi Íslands. Þær skipta með sér vikulöngum vöktum á Kili, Sprengisandi, Fjallabaki og svæðinu norðan Vatnajökuls. Tilgangur þessarar gæslu er að koma ferðamönnum í vanda til hjálpar á sem skemmstum tíma. Algengt er að sveitirnar aðstoði bíla sem eru fastir í ám og göngufólk sem hefur slasast.

Flugeldar hafa lengi glatt augu Íslendinga enda lýsa þeir upp næturhimininn á gamlárskvöld og nýársnótt. Kínverjar eru taldir upphafsmenn þessarar listar og nær saga flugeldasýninga um 2000 ár aftur í tímann.

# Allt í hnút

## Pelastikk

Pelastikk er hnútur sem notaður er til að búa til lykkju á endann á bandi. Kosturinn við hann er sá að það er auðvelt að losa hann sundur eftir að átak hefur verið sett á hann. Pelastikk hentar vel þegar draga þarf bil.



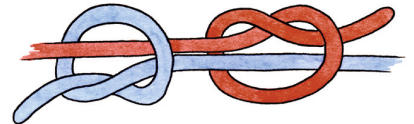
## Áttuhnútur

Áttuhnútur er einn helsti hnútur fjallamanna. Hann er notaður þar sem þörf er á lykkju, til dæmis þegar festa á línu við klifurbelti. Fyrst er hnúturinn bundinn einfaldur og endanum stungið gegnum klifurbeltið og síðan er endinn þræddur sömu leið til baka gegnum hnútinn. Áttuhnút er einnig hægt að binda á miðja línu, þá er hann hnýttur tvöfaldur frá grunni en ekki bakþræddur. Það er auðvelt að losa áttuhnútinn þrátt fyrir að mikið álag hafi verið sett á hann.



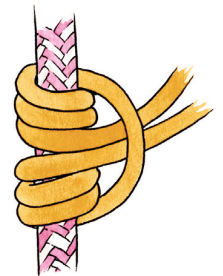
## Fiskimannahnútur

Fiskimannahnútur er notaður til að tengja saman tvö jafnsver bönd. Gæta þarf þess að endarnir séu nógu langir því hnútarnir geta runnið til.



## Prússikhnútur

Prússikhnútur er notaður til að klemma grennri línu um klifurlínu. Hnúturinn helst fastur á línunni þegar átak er á honum en hægt að renna honum eftir línunni þegar álaginu er létt af.







## Fötin skipta máli

Réttur klæðnaður skiptir óvída eins miklu máli og í starfi björgunarsveita. Fötin þurfa að vera þjál og sterk og hæfa mismunandi veðri. Rangur fatnaður getur reynst lifshættulegur í vondu veðri. Menn geta dáðið úr kulda. Í vindi og úrkomu þurfa fötin að skýla. Í kulda þurfa fötin að einangra. Um leið þurfa þau að hleypa aukavarma frá líkamanum. Klæðnaði er gjarna skipt í þrjú lög.

**Innsta lagið (nærföt)** er í snertingu við húðina og á að halda hita á líkamanum og halda raka frá húðinni. Innsta lagið á að vera hæfilega þröngt. Ullarnærföt eru mjög heppileg sem innsta lag.

**Miðlagið** er til einangrunar. Líkaminn hitar loftið næst sér og miðlagið fangar þetta heita loft. Flikur úr gerviefnum (til dæmis flís) og ull eru algengar sem millilag.

**Ysta lagið (skelin)** á að verja fyrir úrkomu og vindi. Algengt er að björgunarsveitarmenn velji sér skeljar með efni sem hleypir svitagufu í gegnum sig en er samt vatnshelt. Stundum gegna þykkar úlpur því hlutverki að vera bæði skel og miðlag.

Það er mjög mikilvægt að klæða sig vel í fjallaferðum. Við val á klæðnaði og öðrum útbúnaði verður að taka tillit til leiðarvals, veðurfars og árstíma.



# Fjallareglurnar tíu

1. Farðu ekki í langferð án þjálfunar.
2. Láttu vita hvenær og hvaðan þú heldur af stað og hvenær þú áætlar að koma til baka.
3. Taktu mið af veðri og veðurspá.
4. Aflaðu þér upplýsinga um leiðina, hlustaðu á reynt fjallafólk.
5. Vertu viðbúin(n) slæmu veðri og óhöppum, jafnvel í stuttum ferðum.
6. Fjallgöngur reyna á þrek. Hafðu með þér kjarngott nesti og nægan drykkjarvökva.
7. Hafðu alltaf kort og áttavita og jafnvel staðsetningartæki (GPS) með í ferðum.
8. Ferðastu ekki ein(n) þíns liðs.
9. Snúðu við ef útlit er tvísýnt. Ekki taka óþarfa áhættu.
10. Sparaðu kraftana og leitaðu skjóls í tæka tíð ef allt fer á versta veg.

Spennandi er að velja sér sínar eigin gönguleið en fyllstu aðgátar er þörf, sérstaklega á landsvæði þar sem maður þekkir ekki til.



Mikilvægt er að huga vel að undirbúningi ferðar. Það skiptir máli að æfa göngur áður en farið er í lengri ferðir. Þá er mikilvægt að kynna sér allar aðstæður vel áður en lagt er af stað. Hvernig er

veðurspáin? Er upplýsingar að finna um leiðina á netinu eða ferðahandbókum? Þegar maður er viðbúinn hinu óvænta er auðveldara að takast á við þær hættur sem geta komið upp.





Að verða

## björgunarsveitarmaður

Verkefni björgunarsveita eru oft mjög erfið og skiptir góð þjálfun og vönduð vinnubrögð miklu máli. Í flestum öðrum löndum er björgunarsarf rekið af ríki eða sveitarfélögum gjarnan í tengslum við her eða lögreglu og fær því björgunarfólk laun fyrir störf sín. Björgunarsarfið á Íslandi er hins vegar unnið í sjálfböðavinnu. Björgunarfólk þarf oftast en ekki að taka fri frá vinnu til að sinna björgunarsörfum og ver drjúgum hluta frítíma síns fjarri fjölskyldu sinni. Að baki hverju útkalli liggur mikil vinna og mikill tími fer í umfangsmikla og stranga þjálfun. Þjálfun og menntun íslensks björgunarfólks er í mörgum tilvikum á heimsmælikvarða. Sjálfböðaliðarnir eru tilbúnir til leitar- og björgunarsarfa að nóttu sem degi allan ársins hring.

Áður en þú getur gengið formlega í björgunarsveit þarftu að taka þátt í nýliðarþjálfun. Á þjálfunartímanum sækir þú meðal annars námskeið í ferðamennsku, rötun, fyrstu hjálp, fjallamennsku, snjóflóðaleit, fjarskiptum, leitartækni og jöklagöngu. Nýliðar taka einnig þátt í fjölbreyttum ferðum upp um fjöll og firnindi og kynnast margvíslegum tækjabúnaði björgunarsveita. Lögð er áhersla á að nýliðar séu hraustir og leggi sig fram um að vera tilbúnir að mæta óbliðum náttúruöflunum og koma samborgurum sínum til hjálpar.



Að loknum nýliðatíma tekur við frekari þjálfun. Við æfingar er mikilvægt að reyna til hins ýtrasta á mannskap og tæki því björgunarfólk þarf að geta starfað af öryggi í óveðri jafnt sem blíðviðri. Það er ekki vænlegt að treysta á björgunarmann sem aðeins hefur æft sig í logni og sólskini. Því duga engin vettlingatök ef æfingin á að skila góðum árangri. Í hverri viku eru því björgunarsveitir við æfingar á jafnt láði sem legi, á jöklum og við strendur landsins.

Björgunarsveitirnar eru skipaðar konum og körlum á öllum aldri. Þó svo að hver einasti björgunarmaður eigi þá ósk heitasta að hver björgunaraðgerð endi vel er það ekki alltaf raunin. Alvarleg slys eiga sér stað og stundum berst hjálpin of seint. Það er oft stutt á milli lífs og dauða. Björgunarfólk þarf að vera viðbúið því að mæta erfðum aðstæðum. Á slíkum stundum skiptir máli að allir hjálpist að og styðji hver annan. Þú þarft að vera tilbúin(n) til að gefa af þér og tíma þínum ef þú ætlar að starfa í björgunarsveit. Þúsundir Íslendinga eru tilbúnir til þess og það skiptir máli að menn séu sjálfbodnir að hjálp öðrum þegar vá ber að höndum.

Slysavarnafélagið Landsbjörg fær stuðning frá ríkinu fyrir að reka björgunarbáta, slysavarnaskýli og sjá um slysavarnanámskeið fyrir sjómenn.



# Verkefni



- 1.** Þekkir þú einhvern sem notið hefur aðstoðar björgunarsveita?  
Skrifaðu niður lýsingu á þeim atburði.
- 2.** Lestu grein í dagblaði eða frétt af vefmiðli sem fjallar um björgunarsveitir. Hvað fannst þér athyglisverðast við lýsinguna?
- 3.** Taktu viðtal við einhvern fullorðinn sem er félagi í björgunarsveit. Aflaðu þér upplýsinga um hvaða hlutverki hann/hún gegnir í sveitinni.
- 4.** Veldu eina tegund af búnaði björgunarsveitarmanna sem lýst er í bókinni og aflaðu þér nánari upplýsinga um hana.
- 5.** Æfðu þig að hnýta einn af hnútunum sem lýst er í bókinni. Kenndu einhverjum hnútinn, það gæti verið einhver skólafélagi eða fjölskyldumeðlimur.
- 6.** Hversu hentug heldur þú að fötin sem þú klæddist í morgun séu til útivistar til fjalla miðað við veðrið í dag?
- 7.** Skrifaðu stutta umsögn um bókina. Það gæti til dæmis verið um eitthvað sem þú lærðir nýtt, fannst skemmtilegt, áhugavert, undarlegt eða leiðinlegt.
- 8.** Skrifaðu 5–10 orð í bókinni sem þú skilur ekki. Finndu þýðingu þeirra í orðabók eða orðskýringum hér að aftan.
- 9.** Hvar er Kjölur, Sprengisandur, Fjallabak og Herðubreið?  
Aflaðu þér upplýsinga um einhvern þessara staða á netinu. Segðu bekkjarfélögum frá í máli og myndum.
- 10.** Skrifaðu upp tvær setningar í bókinni sem þú skilur ekki alveg. Fáðu hjálp til að finna merkingu þeirra.
- 11.** Finndu þrjú örnefni sem nefnd eru í bókinni á landakorti og skrifaðu stutta leiðarlýsingu hvernig þú kæmist heiman frá þér á einn þessara staða.

- 12.** Skrifaðu stutta endursögn um aðalatriði textans þar sem fjallað er um:
- Starfsemi björgunarsveita
  - Leitarhunda
  - Að vera í myrkri og kulda á Hlöðufelli  
Þú getur notað spurnarorðin hver, hvað, hvar, hvenær og af hverju til að finna hvað skiptir máli.
- 13.** Taktu ímyndað viðtal við piltinn sem féll í sprunguna á Langjökli, hvernig leið honum, hvaða hugsanir sóttu á hann?
- 14.** Þú ert í stuttri fjallgöngu með vinum þínum. Skyndilega skellur á þoka þannig að þið villist. Hvað eigið þið til bragðs að taka? Skrifaðu stutta frásögn af þessum atburði.
- 15.** Hvernig tengist titill bókarinnar innihaldi hennar?
- 16.** Semdu stutta sögu þar sem setningin: „Betri er krókur en kelda“ kemur fyrir.
- 17.** Finndu kafla í bókinni þar sem eftirtaldar setningar gætu átt vel við.
- Þar skall hurð nærri hælum
  - Það er auðvelt að vera vitur eftir á
  - Kapp er best með forsjá
  - Í upphafi skyldi endinn skoða
- 18.** Hvaða svið björgunarsveitar væri líklegt að þú veldir ef þú ætlaðir að ganga í björgunarsveit? Segðu af hverju.
- 19.** Kynntu þér starfsemi björgunarsveitar í þínu hverfi/þinni heimabyggð. Búðu til veggspjald til að kynna sveitina.
- 20.** Skrifaðu frétt af ímynduðu slysi og útkalli björgunarsveitar í kjölfarið. Mundu eftir spurnarorðunum hver, hvað, hvar, hvenær og af hverju. Búðu til fyrirsögn við hæfi.





## Orðskýringar

**3 Gnaud:** Tilbreytingalaus þytur, ýl eða hljóð í vindinum.

**4 Að lúta í lægra haldi:** Að tapa eða verða undir í baráttunni.

**Hrammur Ægis:** Öldur sjávarins/öldurnar í sjónum, hafið.

**Hríð:** Stormur með snjókomu.

**Tjón á verðmætum:** Verðmæti geta verið eignir, t.d. hús, bílar og önnur tæki, hlutir sem kosta mikið. Tjón verður þegar þessir hlutir eða hús skemmast. Tengist orðinu að týna. (Verðmæti týnast, hverfa).

**5 Bakhjarl:** Stuðningsmaður.

**Að hafa frumkvæði:** Að vera sá sem byrjar á einhverju nýju.

**Náttúruhamfarir:** Hamfarir verða þegar einhver skiptir um ham, sýnir á sér allt aðra mynd en venjulega, t.d. fær æðiskast. Náttúruhamfarir eru því hálfgerð æðiskast sem náttúran tekur, eitthvað sem við ráðum ekki við, t.d. eldgos, jarðskjálftar, flóð o.þ.h.

**Iðkendur:** Þeir/þær sem leggja stund á eða æfa t.d. ákveðnar íþróttir eða áhugamál, að iðka.

**Rötun:** Að læra að rata, læra að finna leiðir t.d. eftir korti og áttavita.

**Viðra:** Hvernig veður er. Hér er átt við að þeir njóti útiveru sama hvernig veðrið er.

**6 Að starfa á svipuðum grunni:** Að starfa með svipuðum hætti, starfið er nánast alveg eins.

**Uppbygging:** Fyrirkomulag, skipulag.

**Staðhættir:** Aðstæður, hvernig hagar til á einhverjum stað.

**Á döfinni:** Í undirbúningi eða að gerast.

**Að dytta að:** Lagfæra, laga.

**Sig:** Fara bundin(n) við línu niður bratta (til dæmis kletta, bratta brekku eða af þaki á byggingu).

**Að vera í stakk búin(n):** Að vera viðbúin(n), reiðubúin(n). Sjóstakkur er hlífðarfatnaður sem ver gegn regni og sjógangi.

**Að halda til haga:** Halda utan um, fylgjast með og sjá til þess að allt sé í lagi.

**Vettvangur:** Staður þar sem einhver atburður verður.

**7 Handagangur í öskjunni:** Mikið er um að vera.

**Viðeigandi:** Sem á við, réttur.

**Snjóflóðaýlir:** Tæki sem sendir frá sér merki til að finna fólk sem hefur lent í snjóflóði.

**8 Árla:** Snemma að morgni, dögum, sólarupprás.

**Þverhníptur:** Mjög brattur staður.

**Ólgandi brim:** Freyðandi, stórar öldur sem brotna fram fyrir sig í fjöru.

**Dagrenning:** Snemma að morgni.

**Strandberg:** Lóðréttur klettaveggur sem gjarnan stendur upp úr sjó.

**Hvalbakur:** Þiljur eða hvelfing yfir fremsta hluta skips.

**9 Að hirst:** Húka, vera einhverstaðar við þröngar eða erfiðar aðstæður.

**Vaður:** Reipi, taug, öryggislína.

**Vistir:** Matarbirgðir, matur og drykkur.

**10 Illkleifur:** Mjög erfitt að klífa.

**Slagarar/slögurum:** Dægurlög, lög sem margir þekkja.

**Morgunskíma:** Þegar byrjar að birta að morgni.

**12 Að fara að lengja eftir:** Að vera farin(n) að bíða eftir einhverju eða einhverjum. Lengja tengist orðinu lengi.

**Beygur:** Ótti eða hræðsla.

**Að svara um hæl:** Að svara strax.



**13** **Á hvora hönd:** Báðum megin.

**Svelgur:** Hringlaga op í jökli sem myndast þegar rigningarvatn grefur trektlaga vatnsrás í gegnum jökulinn.

**Viðsjárverður yfirferðar:** Hættulegt að ferðast yfir hann.

**14** **Lóukliður:** Söngur lóunnar.

**Að sofna á verðinum:** Að hætta að sýna aðgát. Að verða kærulaus.

**Haustlægð:** Lægð fylgir óveður, með miklu roki og úrkomu (regni eða snjókomu). Lægðir koma allan ársins hring yfir Ísland. Fyrsta haustlægðin er oft öflug og með óvenju miklu roki miðað við liðna mánuði.

**Blindhríð á augabragði:** Skyndilegur stormur með mikilli snjókomu eða hagli.

**15** **Að fara sér að voða:** Lenda í hættu.

**Að halda skepnum á húsi:** Hafa húsdýrin innandyra (kýr í fjósi og fé í fjárhúsum) og hleypa þeim ekki út.

**Flúormengun:** Í gosösku er oft mikið af efninu flúor. Flúor í hæfilegu magni eins og í tannkremi styrkir tennur en of mikill flúor getur verið hættulegur fyrir búfénað. Þegar hættulega mikið er af flúor er talað um flúormengun.

**Híbýli:** Hús.

**16** **Ögnum/agnir:** Örsmár hlutur eða korn.

**Að temja sér:** Að læra eða venjast.

**18** **Urð:** Stórgrytt landsvæði.

**Krapi:** Vatnsblandaður snjór eða ís.

**Vatnselgur:** Mikil bleyta.





**19 Markvissar:** Sem stefna að ákveðnu marki.

**Hnökralaus:** Án nokkurra vandræða eða mistaka.

**20 Að afla sér fjár/tekna:** Að vinna sér inn pening.

**Að sérhæfa sig:** Þjálfra eða mennta sig sérstaklega til ákveðins verks eða á ákveðnu sviði.

**21 Bakþræddur:** Þræddur til baka (sjá skýringarmynd þar sem orðið kemur fram í texta).

**22 Einangra:** Hleypa ekki líkamsvarmanum í burtu. Hér er átt við að fötin eigi að geyma vel loftið sem líkaminn hitar og hleypa ekki kalda loftinu að líkamanum.

**23 Að taka mið af einhverju:** Að miða við eitthvað, hafa eitthvað til hliðsjónar.

**Kjarngott:** Næringarmikið, heilsusamlegt.

**Aðgát:** Varúð.

**24 Drjúgur:** Stór, stór hluti.

**Umfangsmikill:** Yfirgripsmikill, víðtækur, nær til dæmis yfir stórt svæði eða stórt verkefni.

**Firnindi:** Óbyggðir.

**25 Duga engin vettlingatök:** Það verður að taka rösklega til hendinni. Léleg vinnubrögð duga ekki.

**Láði sem legi:** Á landi og vötnum (láður- land, lögur- vatn).

**Þegar vá ber að höndum:** Þegar hætta steðjar að.

**26 Örnefni:** Sérnafn á tilteknum stað, t.d. fjall, á eða bæjarnafn.



## Á ögurstundu

ISBN: 978-9979-0-2291-6

© 2013 Helgi Grímsson

© 2013 teikningar: Íris Auður Jónsdóttir

### Réttthafar ljósmynda:

Adolf Þórsson bls. 25

Brynjar Gauti Sveinsson bls. 15 neðst

Dreamstime.com bls. 3 neðst, 6, 16, 18 neðst, 23, 27

Guðrún Katrín Jóhannsdóttir bls. 17 neðri

Hilmar Snorrason forsiða, bls. 18 næst neðst

Hrefna Hilmisdóttir bls. 4 efst

iStockphoto bls. 1, 4 í miðju, 5 neðst, 8, 13, 17 efri, 19 efst, 29

Íris Eva Einarsdóttir bls. 22

Júliús Ó Ásgeirsson bls. 10

Landmælingar Íslands bls. 11

Leonard Birgisson bls. 18 næst efst

Ljósmyndasafn Reykjavíkur bls. 4 neðst, ljósmyndari Magnús Ólafsson,  
9 efri, ljósmyndari Óskar Gíslason

Ólöf Snæhólm Baldursdóttir bls. 9 neðri

Óskar Andri Viðisson bls. 7 efri, 18 efst

Sigríður Wöhler bls. 17, 30

Sigurður Ó Sigurðsson bls. 3, 7 neðri, 13 neðri, 19 í miðju og neðst, 24

Skátarnir bls. 31

Slysavarnafélagið Landsbjörg bls. 6 (merkin), 20

Timarit.is bls. 10

Veðurstofa Íslands bls. 14. Mynd af veðurkorti tekin af <http://www.vedur.is/vedur/frodleikur/greinar/nr/2533>

Þorsteinn Frímánn Guðmundsson bls. 5 efst

Ritstjóri: Sigríður Wöhler

Yfirlestur og ráðgjöf: Hrafnhildur Sigurðardóttir, varaformaður HSG, Magdalena B. Björnsdóttir kennari,  
Ólöf S. Baldursdóttir upplýsinga- og kynningafulltrúi Landsbjargar

Málfarsyfirlestur: Ingólfur Steinsson

Þakkir fá: Anna Karen Elvarsdóttir, Emil Grettir Ólafsson, Helgi Hrafn Axelsson og Hrafnhildur Ming Þórunnardóttir.

Hönnun og umbrot: Námsgagnastofnun

Prentvinnsla: Litróf ehf.

### 1. útgáfa 2013

Námsgagnastofnun

Kópavogi

Bók þessa má ekki afrita með neinum hætti, svo sem með ljósmyndun, prentun, hljóðritun eða á annan sambærilegan hátt, að hluta eða í heild, án skriflegs leyfis höfundar og útgefenda.

Við gerð þessarar bókar var meðal annars stuðst við eftirtalið útgefið efni Björgunarskóla Slysavarnafélagsins Landsbjargar: Fjallamennska, Ferðamennska og rötun, Leitartækni, Kynningarblað stofnunar Slysavarnafélagsins Landsbjargar auk greina úr blaðinu Björgun. Þá var stuðst við efni af heimasíðu félagsins og einstakra björgunarsveita.

## TIL NEMENDA

Þessi bók er eign skólans og þú hefur hana að láni. Bækur eru dýrar og því mikilvægt að farið sé vel með þær. Gættu þess vel að skrifa ekki í þessa bók.



Gættu þess vel að skrifa ekki í þessa bók.  
Svaraðu öllum skriflegum verkefnum í vinnubók

Skóli		Bók nr.		
		Tekin í notkun		
Nemandi/bekkur	Útlán: (dags.)	Ástand	Skil: (dags.)	Ástand

- 1) Nafn nemanda skal greinilega skrifað í línurnar hér að ofan.
- 2) Ástandi bókar við útlán og skil skal lýst þannig:  
N: ný bók, G: gott, S: sæmilegt, L: lélegt.





HEIMUR  
Í HENDI

# Á ÖGURSTUNDU

Á ögurstundu er í flokki lestrarhefta fyrir nemendur á miðstigi. Efnið tekur tekur mið af áhugamálum nemendanna. Heftið fjallar um björgunarsveitirnar, sögu þeirra, verkefni og björgunarafrek. Einnig eru í heftinu fróðleiksmolar um útbúnað og ferðamennsku. Aftast eru orðskýringar og fjölbreytt verkefni.

Höfundur bókarinnar er Helgi Grímsson skólastjóri. Hann hefur langa reynslu að baki við gerð námsbóka og kennslu í grunnskóla.

 NÁMSGAGNASTOFNUN

40617

ISBN-13: 978-9979-0-2291-6



9 789979 022916