



Beredskabsplan

- Er jeres klub parat, hvis der sker en kritisk hændelse?
Vi giver jer redskaberne

Forebyggelse · Forberedelse · Alarmering · Krisehåndtering
Værktøjer · Overblik · Kommunikation · Evaluering · Kontakt

Personskade

Hvis en person kommer til skade, skal følgende iværksættes:

Træner/holdleders rolle

Hvis det er en mindre hændelse:

Stands ulykken og påbegynd førstehjælp.
Orienter forældre/pårørende.
Sørg for at den tilskadekomne kommer på skadestuen .
Oplys de pårørende om, at I har en beredskabsplan, som I følger, og at I vil følge op på hændelsen.
Saml holdet og berolig svømmerne.

Hvis det er livstruende:

Stands ulykken og påbegynd livreddende førstehjælp.
Undersøg, at der ikke er flere forulykkede.
Tilkald livredderne og alarmer 1-1-2.
Assister eventuelt livredderne ved hjerte-lunge-redning.
Fortsæt hjerte-lunge-redning indtil ambulancen ankommer.
Hjælp ambulancepersonalet fra indgangen og hen til den forulykkede.

Når ambulancen er kørt:

Orienter forældre/pårørende.
Oplys de pårørende om, at I har en beredskabsplan, som I følger, og at I vil følge op på hændelsen.
Saml holdet og berolig svømmerne.

Kontakt:

Orienter altid formanden, hvis der er sket en livstruende hændelse. Formanden beslutter, om beredskabsplanen skal iværksættes.

Forebyggelse

I kan selv gøre meget for at forebygge kritiske hændelser. Det er blandt andet vigtigt at kontrollere minimum én gang årligt, at I har det rette sikkerhedsudstyr fx hjertestarter, at det har en hensigtsmæssig placering fx er tilgængeligt hele døgnet, og at de rette nøglepersoner er uddannet i brug af udstyret. I skal også kontrollere, at træningsudstyr er korrekt monteret og fastspændt. Derudover bør I sørge for, at nøglepersoner uddannes i fx førstehjælp og livredning.

Drukneulykke

Hvis der sker en drukneulykke, skal følgende iværksættes:

Træner/holdleders rolle:

Når ulykken indtræffer:

Få den druknede op af vandet og påbegynd livreddende førstehjælp.
Undersøg, at der ikke er flere forulykkede.
Tilkald livredderne og alarmer 1-1-2.
Assister eventuelt livredderne ved hjerte-lunge-redning.
Fortsæt hjerte-lunge-redning indtil ambulancen ankommer.
Hjælp ambulancepersonalet fra indgangen og hen til den forulykkede.

Når ambulancen er kørt:

Orienter forældre/pårørende. Hvis det er meget alvorligt, bør formanden orientere de pårørende.
Oplys de pårørende om, at I har en beredskabsplan, som I følger, og at I vil følge op på hændelsen.
Saml holdet og berolig svømmerne.

Kontakt:

Orienter altid formanden ved drukneulykker.
Beredskabsplanen bør som udgangspunkt altid iværksættes ved en drukne- eller nær-drukneulykke.

Definition på en hændelse

En hændelse er, når der sker en ulykke enten fysisk eller psykisk med vores medlemmer, medarbejdere eller frivillige i foreningen. Eksempler på hændelser kan være fald-, kørsels-, drukneulykker eller madforgiftning i klubregi. Pædofili er også en hændelse. Det er i sådanne situationer, at beredskabsplanen træder i kraft.

En hændelse kan variere fra ikke-kritisk til meget kritisk. En kritisk hændelse er alvorlige ulykker eller voldsomme begivenheder. Hændelsen kan udvikle sig til en krise, hvis der ikke tages hånd om situationen, eller hvis hændelsen er meget alvorlig. Kontakt gerne Dansk Svømmeunions konsulenter og få rådgivning i den specifikke situation.

En beredskabsplan kan redde liv

Vi har udarbejdet denne folder til Dansk Svømmeunions medlemsklubber som en inspiration til at udarbejde en beredskabsplan. Vi har beskrevet nogle cases i folderen, som I kan bruge i klubbens arbejde med emnet. Folderen er baseret på en mere udførlig vejledning, som kan bruges i arbejdet med beredskabsplanen. Denne kan downloades på svoem.org.

Formålet med beredskabsplanen

En beredskabsplan udarbejdes for at forebygge, at frivillige og ansatte skal stå med uoverskuelige opgaver, hvis der sker en kritisk hændelse. En beredskabsplan er med til at sikre, at hændelsens omfang begrænses, og at der ydes hjælp hurtigst muligt. Planen foreskriver rolle- samt ansvarsfordeling, og samtidig sikres det, at relevante interessenter informeres rettidigt.



Årlig gennemgang af planen

- Beredskabsplanen bør gennemgås og ajourføres årligt fx ved sæsonstart. Bestyrelsen er ansvarlig for dette.
- Alle bør kende deres rolle, så der kan handles hurtigt.
- Tag jeres læring til efterretning og brug tid på at evaluere, hvis beredskabsplanen har været i anvendelse.
- Vi anbefaler, at planen hænges op i hallen/klublokalet samt inkluderes i personalemapper. Planen bør udleveres til alle medarbejdere og frivillige og evt. konkurrencesvømmere på mail eller i papirform.

Krisestab

Der bør på forhånd udpeges en mulig krisestab samt udarbejdes en manual for krisestabens arbejde. Det er vigtigt, at manualen indeholder en klar ansvars- samt opgavefordeling. De primære roller er en ansvarlig leder, evt. formanden, derudover lederen samt holdlederen af den berørte afdeling/hold og en kommunikationsansvarlig. Der må ikke være tvivl om, hvem der skal kontaktes, hvis beredskabsplanen skal iværksættes.

Case: Du er formand for svømmeklubben. Under en lektion i svømmeskolen er et barn på otte år næsten druknet, men er blevet genoplivet af holdets instruktør, der handlede hurtigt. Forældrene er dog oprevne og kræver klubbens sikkerhed skærpet, og pressen er også klar over hændelsen.

Hvad gør du?

Krisestabens opgaver

Skab klarhed over, hvad der er sket. Beskyt den/de tilskadekomne, og tag hånd om andre, der har været direkte involveret i hændelsen.



Vurder omfanget af hændelsen. Lav en prioriteret liste over, hvem hændelsen berører, og hvordan personerne forventes at reagere.



Beslut hvilke handlinger, der skal udføres her og nu, og om der fx skal indkaldes til fællesmøder med forældre og svømmere.



Lad al kommunikation foregå gennem den kommunikationsansvarlige. Tag stilling til, hvad der skal kommunikeres videre og orienter øvrige relevante interessenter.



Følg op over for personer, der har været direkte involverede i hændelsen. Det er også vigtigt at følge op over for fx resten af holdet, som også er berørt af hændelsen.

Når hændelsen er indtruffet

Vi anbefaler:

- At I nedsætter en krisestab hurtigst muligt og iværksætter beredskabsplanen.
- At kommunikationen foregår hurtigt og objektivt til de relevante interessenter.
- At I får rådgivning via Dansk Svømmeunion.
- At I benytter psykologisk krisehjælp via jeres medlemskab i Dansk Svømmeunion, hvis I har behov for det.

Evaluering af hændelsen

Krisestaben bør efter at hændelsen er afsluttet foretage en evaluering af hændelsens forløb. Det er vigtigt at forholde sig til, hvad der fungerede godt, og hvad der fungerede mindre godt. Evalueringen bør forholde sig til både interne og eksterne interessenter. Derefter bør I overveje, om I skal revidere beredskabsplanen og klubbens politikker.

Case: Du er træner for klubbens masterhold, hvor svømmerne er mellem 18-40 år. I er på vej til et svømmestævne i en anden by. Du kører i din private bil med tre svømmere som passagerer. Da I er på vej over et kryds, bliver bilen ramt i højre side af en anden trafikant. Du er selv ved bevidsthed, da bilen holder stille igen. Men svømmerne i bilens højre side svarer ikke, og de har sår i panden.

Hvad gør du?

Case: Du er træner for et af klubbens teenagehold, hvor svømmerne er mellem 13-15 år gamle. Én pige på holdet har sukkersyge, og du er fuldt orienteret om hendes sygdom fra forældrenes side. Men pigen er meget ihærdig, og hun kan godt glemme sin krops signaler. Under en af jeres dykkerlege har du opmærksomheden rettet mod nogle af de andre på holdet, og du opdager først for sent, at pigen ligger ubevægelig i vandet nede i den anden ende af bassinet.

Hvad gør du?

Kommunikation

Kommunikationen til interne og eksterne interessenter skal være konsistent – og interne meddelelser skal kunne tåle offentlighedens lys. Det bør diskuteres i hvilket omfang pressen og andre eksterne interessenter skal informeres om sagen.

Vi anbefaler:

- Hav fokus på dialog, proces og empati.
- Tag hensyn til hændelsen og situationen, hvori krisen er opstået.
- Giv præcis, relevant og rettidig information til de relevante interessenter.
- Benyt så vidt muligt personlig kontakt – undlad at sende mails til berørte personer.
- Lad al kommunikation foregå gennem den kommunikationsansvarlige, så I har overblik over, hvad I kommunikerer til hvem og hvornår.



Kontakt Dansk Svømmeunion

Vi håber, at denne folder kan fungere som en introduktion til arbejdet med en beredskabsplan. På svoem.org kan I downloade en vejledning til en beredskabsplan i Word, som I kan bruge som udgangspunkt i det videre arbejde.

Jeres lokale udviklingskonsulent kommer også gerne ud i jeres klub i forbindelse med en temaaften for bestyrelsen og hjælper jer i gang med at udvikle en beredskabsplan, der er tilpasset jeres klub.

Hvis der akut opstår en kritisk hændelse, er vi parate til at assistere og vejlede. Samtidig kan vi via DIFs rådgivere og specialister sikre, at I får den bedst mulige hjælp. Jeres medlemskab i Dansk Svømmeunion giver desuden adgang til tilbud om psykologisk krisehjælp.

Dansk Svømmeunion tilbyder også kurser i førstehjælp og livredning, som kan give jeres trænere og holdledere tryghed, hvis de en dag oplever en kritisk hændelse.

I finder kontaktoplysninger på udviklingskonsulenterne via svoem.org.

Folderen er udarbejdet i samarbejde med Danmarks Idræts-Forbund.



DANSK SVØMMEUNION

