



DANSK SVØMMEUNION

BEREDSKABSPLAN

Er jeres svømmeklub parat, hvis der sker en kritisk hændelse?

EN BEREDSKABSPLAN KAN REDDE LIV OG STØTTER OP OM JERES FRIVILLIGE

Formålet med en beredskabsplan er at sikre, at hændelsers omfang begrænses og at der ydes hjælp hurtigst muligt. En beredskabsplan udarbejdes også for at forebygge, at frivillige, ansatte med flere, ender midt i uoverskuelige opgaver, når der sker en kritisk hændelse. Beredskabsplanen foreskriver roller, ansvarsfordeling med mere, når ulykker sker, og er blandt andet med til at sikre, at relevante interessenter informeres rettidigt.

Med en beredskabsplan tager jeres forening ansvar!

I samarbejde med Danmarks Idrætsforbund har vi udarbejdet en folder samt tilhørende vejledning, som en hjælp til at udarbejde en beredskabsplan i jeres forening.

I folderen er blandt andet nogle cases, der kan understøtte udviklingsprocessen. Dele af vejledning kan samtidig fungere som skabelon for jeres beredskabsplan. Vejledning kan downloades i word-format på Dansk Svømmeunions hjemmeside via svoem.org/beredskabsplan.

VI RÅDGIVER GERNE – OGSÅ VED KRITISKE HÆNDELSER

I Dansk Svømmeunion har vi ansat flere udviklingskonsulenter og jeres regionale konsulent kommer gerne på besøg i jeres svømmeklub – eksempelvis som en temaaften for bestyrelsen, hvor vi i fællesskab kan påbegynde udviklingen af en beredskabsplan til jeres forening.

Opstår der en kritisk hændelse, så er vi også parate til at assistere og vejlede jer. Jeres medlemskab i Dansk Svømmeunion giver nemlig adgang til tilbud om eksempelvis psykologisk krisehjælp, og via Danmarks Idrætsforbunds rådgivere og specialister, sikrer vi at I får den nødvendige hjælp inden for en lang række af områder.

I finder kontaktoplysninger på udviklingskonsulenterne via svoem.org/udviklingskonsulenter.

KURSER I FØRSTEHJÆLP OG LIVREDNING

Husk at Dansk Svømmeunion tilbyder kurser i førstehjælp og livredning. Kurser i førstehjælp og livredning giver jeres trænere, holdledere med flere tryghed, hvis de en dag står midt i en kritisk hændelse. Det giver også både bestyrelsen og medlemmerne en tryghed og en sikkerhed, og så viser det samtidig, at jeres forening vægter sikkerheden højt.

Find Dansk Svømmeunions kurser via svoem.org/kurser.

ÅRLIG GENNEMGANG AF PLANEN - DET ER BESTYRELSEN, DER HAR ANSVARET!

- *Gennemgå og ajourfør beredskabsplanen, eksempelvis ved sæsonstart.*
- *Roller og funktioner tildeles, så der kan handles hurtigt, hvis en kritisk hændelse sker.*
- *Evaluer beredskabsplanen og justér hvis nødvendigt.*
- *Udlever beredskabsplanen til alle medarbejdere, frivillige samt eventuelt til konkurrencesvømmere.*
- *Hæng beredskabsplanen op i hallen, klublokalet osv. og inkludér i en eventuel personalemappe.*



VED PERSONSKADER

NÅR EN MINDRE HÆNDELSE SKER:

1. Stands ulykken og påbegynd førstehjælp.
2. Orienter forældre/pårørende.
3. Sørg for at den tilskadekomne kommer på skadestuen, hvis nødvendigt.
4. Oplys de pårørende om, at I har en beredskabsplan, som I følger, og at I vil følge op på hændelsen.
5. Saml holdet og orientér svømmerne.

FOREBYGGELSE

I kan selv gøre meget for at forebygge kritiske hændelser. Det er blandt andet vigtigt at kontrollere nedenstående minimum én gang årligt:

- At der er det rette sikkerhedsudstyr – eksempelvis en hjertestarter, en redningskrans, etc.
- At sikkerhedsudstyret i hallen er hensigtsmæssigt placeret: Er udstyret eksempelvis nemt tilgængeligt og tilgængeligt hele døgnet?
- At de rette nøglepersoner uddannes – eksempelvis i førstehjælp og livredning, og er uddannet i brug af det tilgængelige udstyr.
- At træningsudstyr og lignende er korrekt og forsvarligt monteret og fastspændt.

NÅR EN LIVSTRUENDE ULYKKE INDTRÆFFER:

1. Stands ulykken og påbegynd livreddende førstehjælp.
2. Undersøg, at der er flere forulykkede.
3. Tilkald livredderne, hvis disse er til rådighed, og alarmer 1-1-2.
4. Send en hjælper ud af for at tage imod ambulancen og anvis dem en hensigtsmæssig redningsvej.
5. Assister eventuelt med livreddende førstehjælp.
6. Fortsæt indtil ambulancen ankommer.

Når ambulancen er kørt:

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

Kontakt:

10. Orienter altid lederen for den pågældende afdeling / formanden, hvis der er ydet førstehjælp med efterbehandling på skadestuen.
11. Formanden beslutter, om efterfølgende trin i beredskabsplanen skal iværksættes.

VED DRUKNEULYKKER

NÅR EN DRUKNEULYKKE SKER:

1. Få den druknede op af vandet og påbegynd livreddende førstehjælp.
2. Undersøg, at der er flere forulykkede.
3. Tilkald livredderne, hvis disse er til rådighed, og alarmer 1-1-2.
4. Send en hjælper ud af for at tage imod ambulancen og anvis dem en hensigtsmæssig redningsvej.
5. Assister eventuelt med hjerte-lunge-redning.
6. Fortsæt hjerte-lunge-redning indtil ambulanceredderne ankommer til ulykkesstedet.

Når ambulancen er kørt:

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

Kontakt:

10. Orienter altid formanden og lederen for den pågældende afdeling ved drukneulykker.
11. Beredskabsplanen bør som udgangspunkt altid iværksættes til fulde ved drukne- eller nær-drukneulykker.

DEFINITION PÅ EN HÆNDELSE

En hændelse er, når der sker medlemmer, medarbejdere, frivillige eller andre i foreningen en ulykke, enten af fysisk eller psykisk karakter – eksempelvis fald-, kørsels- eller drukneulykker, men også madforgiftning og lignende. Det er i sådanne situationer, at jeres beredskabsplan træder i kraft.

Pædofili, overgreb og andre former for krænkelse, er også kritiske hændelser. Læs mere herom i Dansk Svømmeunions folder "Etisk kodeks", der kan findes via svoem.org/etiskkodeks.

En hændelse kan variere fra 'ikke kritisk' til værende 'ekstremt kritisk'. En kritisk hændelse er alvorlige ulykker og/eller voldsomme begivenheder. Meget alvorlige hændelser kan udvikle sig til regulære kriser, hvis der ikke tages hånd om dem i tide. Kontakt derfor gerne Dansk Svømmeunions konsulenter for hjælp og rådgivning i den konkrete situation.

KRISESTAB

Der bør på forhånd udpeges en krisestab og udarbejdes en udførlig manual i beredskabsplanen, for krisestabens potentielle arbejde. Manualen skal indeholde en klar ansvars- og opgavefordeling, så der ikke er tvivl om, hvem der gør hvad, når hændelser sker.

Krisestaben bør som regel bestå af tre primære personer: en overordnet ansvarlig leder (fx formanden), lederen af det berørte hold (fx træneren) og en kommunikationsansvarlig.

EKSEMPLER PÅ KRISESTABENS OPGAVER

- Skaber klarhed over, hvad der er sket og vurderer omfanget af hændelsen.
- Laver en prioriteret liste over, hvem hændelsen berører, og hvordan personerne forventes at reagere.
- Beskytter den/de tilskadekomne, og tager hånd om pårørende samt andre, der har været direkte involveret i hændelsen.
- Beslutter hvilke handlinger, der skal udføres her og nu, men også om der skal indkaldes til fælles møde(r) med forældre, øvrige svømmere på holdet med flere. Det kan også være nødvendigt at informere øvrige klubmedlemmer og forældre, der eksempelvis kan have hørt om hændelsen.
- Tager stilling til, hvad der skal kommunikeres og orienterer relevante interessenter.
- Evaluerer hændelsen og reviderer eventuelle ændringer i beredskabsplanen.

NÅR HÆNDELSEN ER SKET

- Aktiver krisestaben hurtigst muligt og iværksæt de dele af beredskabsplanen, der endnu ikke er aktiveret.
- Lad al kommunikation foregå hurtigt og objektivt til relevante interessenter via en kommunikationsansvarlig.
- Få rådgivning via Dansk Svømmeunion og benyt psykologisk krisehjælp via jeres medlemskab, hvis der opleves behov for det.

KOMMUNIKATION

Kommunikationen til både interne og eksterne interessenter skal være præcis og konsistent. Interne meddelelser skal kunne tåle offentlighedens lys. Vi anbefaler:

- Hav fokus på dialog, empati og proces.
- Tag hensyn til hændelsen og situationen.
- Giv præcis, relevant og rettidig information.
- Lad al kommunikation ske via den kommunikationsansvarlige, så I har overblik over, hvad I kommunikerer til hvem og hvornår.
- Benyt så vidt muligt personlig kontakt – undlad at sende e-mails til berørte personer.

EVALUERING AF HÆNDELSEN

Alle hændelser bør evalueres. Forhold jer til, hvad der fungerede godt og mindre godt, og vurder om klubbens beredskabsplan og politikker skal revideres på baggrund af hændelsen.





DANSK SVØMMEUNION

Tlf. +45 44 39 44 50 · svoem@svoem.dk · www.svoem.org · Idrættens Hus · Brøndby Stadion 20 · 2605 Brøndby



Dansk Svømmeunion er en del af
Danmarks Idrætsforbund

Protoktor:
Hendes Kongelige Højhed
Kronprinsesse Mary