



**Krishantering och skada**

## Innehåll

|                                 |   |
|---------------------------------|---|
| Inledning.....                  | 3 |
| Skada .....                     | 3 |
| Idrottsrelaterad skada .....    | 3 |
| Skada med fordon inblandat..... | 4 |
| Sjukdom.....                    | 4 |
| Brand .....                     | 4 |
| Krissituation .....             | 5 |

## Versionshistorik

| <i>Datum</i> | <i>Ändrad av</i>      | <i>Version</i> | <i>Kommentar</i>           |
|--------------|-----------------------|----------------|----------------------------|
| xxxx-xx-xx   | Leif Andersson        | 0.9            | Dokument skapat            |
| 2014         | Fristad Golf Styrelse | 1.0            | Ny version godkänd på möte |
| 2016-11-07   | Fristad Golf Styrelse | 1.1            | Ny version godkänd på möte |
| 2018-11-19   | Fristad Golf Styrelse | 1.1            | Inga uppdateringar gjorda  |
| 2020-11-04   | Fristad Golf Styrelse | 1.2            | Ny version godkänd på möte |
|              |                       |                |                            |
|              |                       |                |                            |
|              |                       |                |                            |
|              |                       |                |                            |
|              |                       |                |                            |

Denna upplaga godkänd datum

2020-11-04

.....

Ordförande Fristad Golf

.....  
Klas Jonsson

# Inledning

Detta dokument beskriver kortfattat hur vi skall agera vid skada, brand och krissituation.

## Skada

### Idrottsrelaterad skada

En idrottsrelaterad skada för idrottare på den nivå vår förening spelar är oftast lindriga – men kan vara allvarliga ibland.

Vad gäller de **yngre spelarna** så är oftast föräldrar i närheten och de brukar komma springande om någon skadar sig. Se till att den skadade inte omedelbart bärs iväg utan att man först konstaterar hur allvarlig skadan är. Om man bär iväg någon med rygg eller nackskada kan man förvärra skadan. Kan ni inte bedöma – vänta tills ambulans anländer om skadan är så allvarlig. Bår finns väl synlig i vår klubbstuga och i kommunens hallar.

- Kontakta anhöriga för de yngre spelarna
- Kontakta 112 om detta verkar nödvändigt, följ deras instruktioner.
- Behandla skadan, stoppa blodflöde, stabilisera, högläge, kyl etc enligt instruktioner för hantering av skada.
- Se till att någon tar hand om övriga spelare. En av ledarna kan lämpligen samla alla en bit bort och förklara vad som hänt, lite lugnt spel eller aktivitet en bit bort tar bort fokus från "det otäcka" som hänt.
- När situationen är under kontroll och den skadade omhändertagen diskuterar ni hur ni fortsätter. Om skadan varit allvarlig och övriga spelare är påverkade av situationen skall ni samla alla spelare i ett omklädningsrum för att prata en stund med dem och lugna dem. Kontrollera att det finns föräldrar som tar hand om dem innan ni lämnar dem.
- Ge föräldrar erforderliga telefonnummer.
- Kontakta vårt kansli på telefon 033-26 67 24 för information om hur skadeanmälan till försäkringsbolag ska göras.. Detta är viktigt! Gör det så snart som möjligt efter händelsen då man glömmer fort. Anledningen till att en skadeanmälan skall göras är för att om man senare får men av skadan så är skadan dokumenterad. Ersättning utgår från försäkringen för direkta utlägg.
- Ledaren för spelarens lag bör följa upp hur det går med skadan och kontrollera om de önskar någon mer hjälp med skadan och hur träning framöver skall hanteras.

För de **äldre spelarna** så har vi ett liknande förfarande förutom att föräldrar troligen inte finns på plats och har den roll de har när spelaren är yngre.

- Fråga spelaren om vi skall kontakta någon (sök t ex efter "ICE" i deras mobiltelefon om de ej är vid medvetande)
- Kontakta 112 om detta verkar nödvändigt, följ deras instruktioner.
- Behandla skadan, stoppa blodflöde, stabilisera, högläge, kyl etc enligt instruktioner för hantering av skada.
- Informera övriga spelare om situationen.
- Vid match, tala med domaren om situationen och informera även ev. publik om allvarighetsgraden så att spekulationer minskas.
- Se till att någon följer med den skadade i ambulans.
- Ge föräldrar erforderliga telefonnummer.
- Ledaren säkerställer att en skadeanmälan skrivs och lämnas in till föreningens försäkringsbolag. Detta är viktigt! Gör det så snart som möjligt efter händelsen då man glömmer fort. Anledningen till att en skadeanmälan skall göras är för att om man senare får men av skadan så är skadan dokumenterad. Ersättning utgår från försäkringen för direkta utlägg.

- Tränare/ledare diskuterar fortsatt träning och rehabilitering.

## Skada med fordon inblandat

En skada med ett fordon inblandat skall alltid anmälas till polis och försäkringsbolag. Man måste inte alltid anmäla fordonsrelaterade skador men om man misstänker vårdslöshet eller brott skall man alltid anmäla.

- Ring 112 och rapportera att en olycka med ett fordon inträffat, lägg inte på luren utan vänta på att de skall fråga dig färdigt om uppgifter de behöver för att snabbt kunna skicka rätt personal
- Ta hand om de skadade så försiktigt som möjligt. Kontrollera att inte brand kan uppstå om det är ett motorfordon.
- Fråga den skadade – om de är vid medvetande – om vi skall kontakta någon, be dem säga namn och telefonnummer samt relation. Det är bra att prata med den som skadat sig då detta tar fokus från skadorna och kan fördröja chocken tills professionell personal kommer.
- Behandla också chock hos den skadade.

## Sjukdom

Om någon drabbas av sjukdom i vår närhet skall vi beakta följande punkter:

- kontrollera om det finns någon läkare eller sjuksköterska på anläggningen som kan hjälpa till
- Det finns en lista med HLR/DHLR kunniga personer inom föreningen, kontrollera om någon av dessa är på plats. Listan finns i klubbbrummet.
- Larma 112
- Hjärtstartare finns i klubbstugan och lista på utbildade personer finns vid den

## Brand

Då brand uppstår skall man se till att man kan lämna anläggningen snabbt, om brandlarm utlöses skall man söka sig till någon av de tre utgångar som finns och ta sig till samlingsplatsen som är **”Staketet mot Sveba”** på östra sidan om anläggningen, för hallar gäller de utrymningsplaner som kommunen satt upp.

- Rädda (utan fara för din egen hälsa – rädda de som är kvar)
- Larma (Ring 112 säg: Det brinner på Hedens IP, Industrivägen i Fristad 513 32 Borås)
- Varna (ropa ”det brinner”)
- Släck (släckmaterial finns uppskyttat i anläggningen)

Respektive ledare är ansvarig för att räkna in spelare som är på match/träning och skall kunna rapportera till räddningsledare.

## Krissituation

Om någon större krissituation uppstår, t ex svår skada, brand, dödsfall så finns det ett antal telefonnummer där man kan få hjälp och stöd med att hantera detta. Dessa följer nedan:

| Namn                                                           | Funktion                                                                           | Telefonnummer                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Vid nödsituation. larmcentralen                                | Polis, Giftinformation, Jourhavande präst, Polisen, Räddningstjänst, Socialjour    | 112                                                                                                                      |
| Föreningens ordförande, Klas Jonsson                           | Föreningens ordförande, presskontakter, beslut rörande föreningen och anläggningen | 073-7650236                                                                                                              |
| Läkemedelsupplysning, mån-fred 8-17                            |                                                                                    | 0771-46 70 10                                                                                                            |
| Jourhavande tandläkare                                         |                                                                                    | 033-12 34 55                                                                                                             |
| Jourhavande präst, vardagar 9-12, 13-15,.                      |                                                                                    | 033-17 94 00<br>Varje dag kl 21-06, via 112                                                                              |
| Jourcentral AVC, Borås Lasarett (när vårdcentralen är stängd), |                                                                                    | 033-616 10 00                                                                                                            |
| Giftinformation                                                |                                                                                    | - vid inträffade förgiftningstillbud, 112, begär giftinformation<br>- i mindre brådskande fall, dygnet runt, 08-33 12 31 |
| Jourhavande medmänniska                                        |                                                                                    | kl 06-21, 08-10 10 04<br>kl 21-06, 08-702 16 80                                                                          |
| BRIS                                                           |                                                                                    | - barnens hjälptelefon, 116 111<br>- vuxentelefon om barn, 0771-50 50 50                                                 |
| Barn- och ungdomsmottagningen, Borås Lasarett,                 |                                                                                    | 033-616 17 56                                                                                                            |

Vid krissituation skall föreningens ordförande tillkallas och denne eller av denne utsedd person leder krishanteringen på föreningen. I stort går detta ut på:

- Kontakta föräldrar/anhöriga till ev. drabbade om detta ej är gjort
- Sammankalla berörda personer och myndigheter
  - Kyrka
  - Kommun (POSUM)
  - Räddningstjänst
- Leda koordinerande aktiviteter
- Hantera press och media
- Följa upp händelsen dagen efter

Samling sker i föreningens klubbrum där telefon finns.