



Säkerhetsplan
Regionkval Optimist Region 2
LJS Linköping
2022-06-11 – 2022-06-12

Alla följebåtar ingår i säkerhetsorganisationen!

Ansvariga

Tävlingsledare: Pär Hammarström 072-202 62 77

Seglingsledare: Bo Nordenram 073-520 57 10

Säkerhetsansvarig: Patrik Bergenwald 070-150 70 01

Viktiga telefonnummer

SOS Alarm: 112

Polisen icke akut: 114 14

Vårdguiden: 1177

Säkerhetsinfo ges på **VHF kanal 77 vid krisläge**

Säkerhetsorganisationen använder VHF kanal L2

112 Nödnummer 112 när du behöver omedelbar hjälp från: Polis, Ambulans, Räddningstjänst, Brandkår, Sjöräddning m.m.

Det är viktigt att den första som ser en brand eller annan olycka **larmar 112 direkt**. Säkerhetschefen eller någon annan inom säkerhetsorganisationen behöver inte tillfrågas innan. Bättre att larma en gång för mycket än inte alls.

När du larmar får du svara på ett antal frågor och det är då viktigt att du uppger rätt adress:

LJS Jollehamn, Stångåns utlopp i Roxen,
N 58° 26' 39" E 15° 37' 21"

Krisorganisation

Samtliga följbåtar och funktionärsbåtar är skyldiga att medverka i krisorganisationen på Säkerhetsansvarigs anmodan. Instruktioner kommer att ges per VHF på kanal 77 för all säkerhetskommunikation.

Första förband

Samtliga motorbåtar samt startfartyg har mindre första förbands-utrustning.

Dricksvatten finns också ombord på dessa båtar att användas vid risk för uttorkning.

Säkerhet innan och under tävling

Säkerhetskontroll

IODA:s klassregler med avseende på säkerhet i Optimisten är följande:

- Hanfotens avstånd till bommen (max 100 mm)
- Bogserlina, min 5 mm/8 m OBS skall ligga löst i fören
- Säkerhetslina till Centerbordet
- Säkerhetsspärren till Rodret
- Mastsäkring
- Öskar/Paddel (med säkerhetslina/cord)

Utsegling till banområde



Under utsegling till banområdet är det viktigt att följa farleden. Gul markering i bilden ovan.

Båtar som bryter eller ej ämnar starta

Båtar som bryter meddelar närmaste funktionärsbåt som sedan meddelar seglingsledaren. Om man ej ämnar starta skall man meddela regattaexpeditionen.

Uppsamlingsplats på vattnet

Vid behov av en uppsamlingsplats på vattnet, om ex flera seglare har hamnat i vattnet, så är Start- & Målfartyget uppsamlingsplats. Människor går alltid före egendom.

Följebåtar och Coachbåtar

Varje förare av en följevåt, både coach och förälder, är en stödperson enligt KSR 3.3. Seglarna är ansvariga för sina stödpersoners beteende och eventuella hindrande av andra seglare.

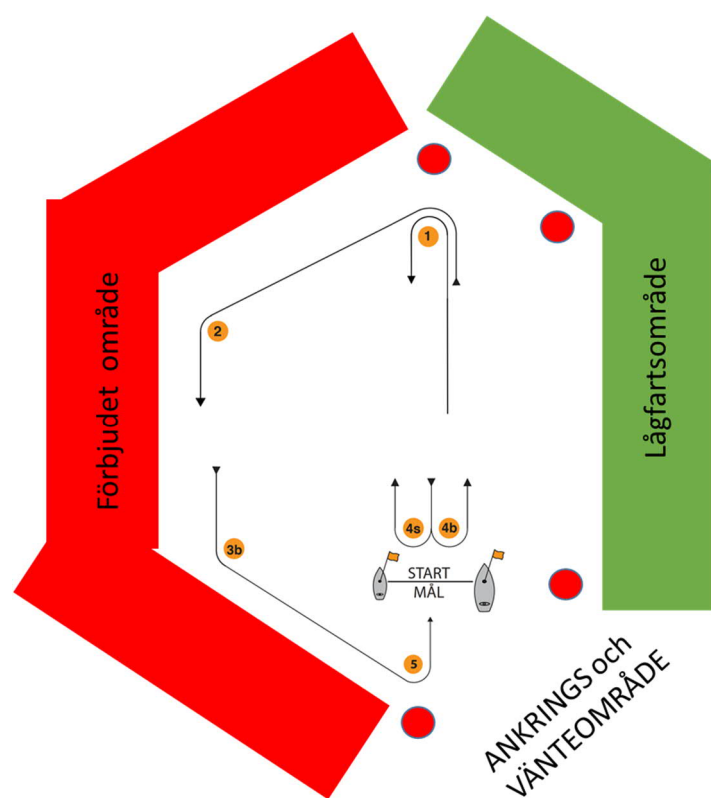
Ingen följevåt tillåts att vara närmare de seglande än 50 meter eller på bansidan av begränsningsboj.

Det är tillåtet att sakta förflytta sig från startområdet till kryssmärket och tillbaka i en ordentlig högerbåge och under låg fart.

En extra **röd boj** kommer att markera begränsning mot banan för samtliga följevåtar vid kryssmarke. Vid sidan/nedanför startfartyget kommer en zon för ankring och väntan att finnas, som också avgränsas mot banan av **röda** bojar.

Alla coacher och följevåtar förväntas befinna sig i vänteområdet. Dvs. alla **röda** bojar nedan är **markering för gräns mot banområde** och vi förväntar oss att alla följevåt- och coachbåtar respekterar dessa avstånd.

Om väder eller andra förhållanden gör att samtliga båtar på banan kallas in i säkerhetsorganisationen **hissas flagga F** på Startbåten samt båtarna kallas upp på VHF. Från och med detta så avbryter **alla** Följe- och Coachbåtar det de gör och ingår i säkerhetsorganisationen. De följer då instruktioner från Säkerhetsansvarig. Vid ett sådant läge kommer säkerhetsansvarig tillåta alla följevåtar att följa fältet runt hela banan och agera som säkerhetsbåt.

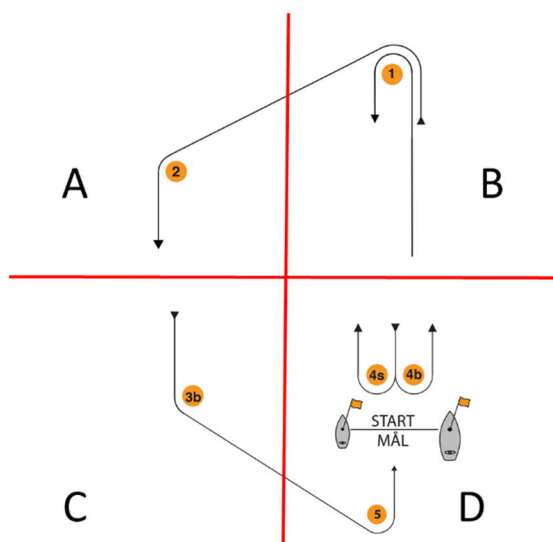


Utrustning som skall medtagas i varje följebåt

- Kniv, eltejp, avbitartång och bogsertamp
- Svart spritpenna av god kvalitet – se nedan för användning
- Sambandsutrustning
- Sjukvårdsutrustning, båt/plats
- Seglingsföreskrifter, deltagarlista, banbeskrivning, sjökort, säkerhetsplan

Säkerhetszoner

Samtliga Följe- & Coachbåtar tilldelas ett förbestämt ansvarsområde enligt kartan nedan: Detta betyder att båtar, om de kallas till Säkerhetsorganisationen, har primärt ansvarsområde enligt sin tilldelade bokstav. Säkerhetsansvarig kommer att be båtar förflytta sig till område med större behov, ex. ”samliga säkerhetsbåtar i område F assisterar i område C.”



Seglare eller båt i behov av hjälp på vattnet

En säkerhetsbåt bör omedelbart gå fram till en kapsejsad eller havererad båt men skall inte aktivt ingripa förrän bistånd begärs av haveristen eller då det av den på platsen säkerhetsansvarige bedöms som nödvändigt.

Säkerhetsbåtarna ska kunna ge assistans till alla nödställda personer inom fem minuter. Tidgränsen avser inte bärgning av båtar. En person i vatten ska som regel anses vara i fara. Det är en skyldighet för varje deltagare och funktionär att vid behov undsätta en person i fara. Att plocka upp en person i fara ur vattnet och återbörda denna till sin båt ska normalt inte betraktas som hjälp från utomstående ur kapseglingsreglernas bemärkelse. Det är därför tillåtet för en person som tagits upp ur vattnet att fortsätta kapsegla. Exempel på fara är om personen ligger i farleden och fartyg är på kollisionskurs eller om personen ligger vid rundningmärke och inte kan ses av andra tävlande.

I tveksamma fall – konsultera med seglaren och/eller säkerhetsansvarig.

Att tänka på

- Närma dig med stäven så att propellern inte utgör ett riskmoment.
- Om personer i vattnet hamnar i närheten av propellern, stäng av motorn omedelbart.
- När en båt ska undsättas bör den undsättande båten närma sig från lovart för att undvika/minska risken att kringflytande materiel kommer in i propellern.
- Undsätt alltid människor först och därefter utrustning och båtar.
- När en båt ska bogseras bör det alltid finnas någon ombord på den bogserade båten.

- Bogsera med låg/måttlig fart, undvik ryck och håll uppsikt.
- Start- & Målfartyg är uppsamlingsplats när det blir många som har ramlat i vatten.
- Rita ett stort "X" i botten på en båt som lämnas i vattnet efter att seglarens tagits omhand. Så vet andra som kommer till båten att seglaren är i säkerhet.

Säkerhetsbåt får inte lämna avdelat område annat än på order av säkerhetsansvarig.

Allmän fara: Om seglingsledaren bedömer den rådande situationen som farlig så informeras säkerhetsbåtarna via VHF.

Exempel på åtgärder;

- Seglingen avbruten, segla i land och vänta på vidare besked.
- Bogsera skyndsamt i land båtarna.
- Kör i land seglarna och båtarna bärgas senare.

Seglingsledaren ansvarar för kontroll av deltagarlista så att båtar i land stämmer med de startande båtarna. Säkerhetsbåtarna stannar inom avdelat område i väntan på klartecken från säkerhetsansvarig.

Uppsamlingsplats Landbas – Räddningstjänst & Ambulans

Vid eventuell olycka där räddningstjänst/ambulans tillkallas skall den skadade personen föras direkt till uppsamlingsplats i hamnen för överlämnande till räddningstjänst/ambulans som därvid tar över den skadade personen. Förare av båt skall ta skadad person direkt till **bryggan vid jollerampen**.

Snabbguide för funktionärer vid olycka

Vad gör jag medan jag väntar?

Basic Life Support – BLS är numera benämningen på det som kallades ABC-sjukvård där står A för andning, B för blödning och C för chock.

A

När det har hänt en olycka är det lätt att man fokuserar på det man ser nämligen blod och på att stoppa en blödning... Men det är ingen idé att göra något åt det om den olycksdrabbade inte andas. Andning är alltid viktigast. För att kontrollera att den skadade andas är nyckelorden titta, lyssna, känna. Luta örat mot munnen, titta mot bröstkorgen och lyssna och känn efter andetag.

En av de vanligaste orsakerna att man inte andas är att det finns ett hinder i luftvägarna. Känn först efter i munnen om det finns något där och försök öppna luftvägarna. Man kan också lätta på åtsittande kläder. Ett sätt att få fria luftvägar är att ta tag i huvudet och lyfta underkäken försiktigt. När man konstaterat att den skadade andas är det bäst att lägga den i stabilt sidoläge (framstupa sidoläge). Det är också viktigt att hela tiden kontrollera att den skadade fortfarande andas. Om man känner sig osäker kan man alltid få instruktioner från SOS medan man väntar på hjälp.

Om den skadade fortfarande inte andas fast man rensat och skapat fria luftvägar får man göra munmotmunmetoden.

Här lyfter man hakan något och håller för den skadades näsa varefter man blåser in ett normalstort andetag, detta upprepar man sedan i lugn takt. En annan orsak till att man inte andas är att det fastnat något i luftstrupen. Det man då kan försöka är Heimlich manöver. Man ställer sig bakom den som har något i halsen och tar tag precis under bröstkorgen och trycker till ordentligt. Meningen är att den luftpuff man åstadkommer skall pressa upp det som fastnat. När det gäller mindre barn kan ett alternativ vara att vända dem upp och ner och försöka skaka ut det som fastnat.

B

Blod utgör ungefär 7% av kroppsvikten och en förlust av 30% av detta är livshotande. Något som kan orsaka stor blodförlust är frakturer av olika slag. Man skiljer mellan yttre och inre blödningar. I detta fall är inre blödningar det luriga eftersom de inte syns. Här kan man inte som lekman göra speciellt mycket mer än kalla på hjälp. När det handlar om en yttre blödning skall man försöka stoppa blodförlusten så gott man kan med hjälp av tryckförband eller högläge.

C

Att en människa går in i chock beror på att den cirkulerande blodvolymen är för liten för kärlträdet. Detta är ett livshotande tillstånd och kan orsakas av till exempel blödning, brännskador, allergi, hjärtsvikt eller annat. Varningstecken för chock är att den skadade har en snabb och tunn puls, är blek, kallsvettig, visar tecken på oro eller förvirring, är törstig och/ eller har en snabb och ytlig andning. Tillståndet leder så småningom till medvetslöshet och hjärtstillestånd.

Det man kan göra om man misstänker att någon håller på att gå in i chock är att skapa fria luftvägar, lägga personen i stabilt sidoläge, placera benen högt, stoppa eller minska blod- och vätskeförluster. Man skall inte ge dryck eller lämna personen ensam! Kalla också genast på hjälp!

Vad skall jag göra om jag råkar ut för...

Drunkningstillbud?

Det första man skall göra för någon som har råkat ut för ett drunkningstillbud är ABC sjukvård. De som legat i vatten är ofta nerkylda vilket i sig är ett allvarligt tillstånd. Det man då skall tänka på är att benen inte skall vara neråt – lägg benen högt! Om möjligt skall man också försöka ta upp personen ur vattnet i liggande ställning. Allt man gör (t ex ABC) skall man göra ytterst försiktigt, då man annars kan utlösa hjärtstillestånd. När personen är uppe ur vattnet skall man förhindra ytterligare förlust av värme till exempel genom torra kläder och normal rumstemperatur. Om personer vill ha något att dricka är det ok, så länge personen kan dricka själv.

Brännskador

Allvarlighetsgraden i brännskador beror på djup och utbredning. Också här är det ABC som gäller. Viktigt är också att spola länge med kallt vatten, dock inte så länge att den skadade börjar huttra. Efter man kylt ner skadan så mycket som möjligt skall man lägga på ett rent och torrt förband, byt om det blöder /vätskar igenom.

Frakturer

Om man misstänker att det är något brutet är det återigen ABC som gäller. Man kan också, så gott man kan, försöka stabilisera skadan genom att fästa något stelt på varje sida och håll den skadade delen högt.

Allergi

Symptom på att någon fått en allergisk reaktion är: Klåda, rinnande slemhinnor, svullnader, utslag, andningssvårigheter och chock. Vad man skall göra är fråga efter allergimedicin samt ge ABC-sjukvård.

Diabetes

Om man misstänker att någon blir dålig på grund av diabetes är det bästa att chansa på att ge den sjuka socker. Om man har tillgång på honung kan det fungera att smeta det på läpparna även om den sjuke är medvetslös. För att få tag på socker kan man leta i den sjukas fickor då diabetiker oftast bär det med sig.

Vid Olycka

Först och främst; säkra liv, ta hand om skadade, säkra egendom. Se nedan.

Samla krisgruppen och börja mötet med att fastställa vad som *säkert* kan konstateras har hänt. Besluta om *vad som ska göras, av vem, när och tid för uppföljning*.

- Skriv protokoll vid mötet.
- Starta en journal över alla händelser och insatser.
- Utvärdera och följ kontinuerligt upp insatserna.
- Informera öppet, sakligt och tydligt.
- Vid olyckor kontaktas polisen som har informationsansvar gentemot allmänheten.
- För att undvika onödiga spekulationer bör den lokala föreningen informeras om det inträffade så snabbt som möjligt.

Första insatsen

En person ansvarar för arbetsfördelning och utser:

- En eller två personer som tar hand om den skadade (välj dem med mest vårdkunskap)
- Lämna *inte* den skadade ensam!
- En person larmar och möter även uttryckningen. Följande uppgifter ska lämnas när du larmar:
 - *Vem* är du som ringer och vilket telefonnummer ringer du från? *Vad* har hänt?
 - *Var* har det hänt, d v s vart ska räddningspersonal bege sig?
- Om platsen är svår att hitta för räddningspersonalen: var kan du möta dem och visa vägen? Var möts ni om det är terräng utan bilväg? Tänk på att helikopter och båtar kräver särskilda landningsplatser. Lämna deltagarförteckningen till räddningspersonalen.
- Hur många är skadade och hur allvarliga är skadorna? När hände det?
- En tar hand om de övriga i gruppen och informerar vad som hänt.
- En tar hand om press och polis.
- En följer med transporten till olycksplatsen.
- En följer med transporten till sjukhus.
- Informera krisgruppen hemma

