



Säkerhetsplan Rikskval Optimist – 2021

uppdaterad 2021-05-30

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: **Malmö Segelsällskap, Bryggövägen 1, 21612 Limhamn**

Innehåll

Säkerhetsplan Rikskval Optimist – 2021 uppdaterad 2021-05-30	1
Krisorganisation	2
Första förband	2
Säkerhet innan och under tävling	2
Seglare eller båt i behov av hjälp på vattnet	3
Snabbguide för funktionärer vid olycka	4
Vad gör jag medan jag väntar?.....	4
Vad skall jag göra om jag råkar ut för.....	5
Banområde.....	6
Säkerhetszoner.....	6
Information om banområdet.....	6
Krisgrupp.....	7
Krisgruppen arbetsgång	7
Viktiga telefonnummer.....	7
Vid Olycka.....	8
Första insatsen.....	8
Insatser efter olycka eller dödsfall.....	8

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. Om detta av någon anledning inte fungerar använder vi kanal L2 eller mobiler, men endast i nödfall. (https://sv.wikipedia.org/wiki/Marin_VHF)

Första förband

I MSS klubbhus finns första förband samt hjärtstartare. Samtliga MSS 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 Stickprov

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

- Hanfotens avstånd till bommen (max 100 mm)
- Bogserlina, min 5 mm/8 m
- Säkerhetslina till Centerbordet & säkerhetsspärren till Rodret
- Mastsäkring
- Öskar/Paddel (med säkerhetslina/cord)

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.

Följbåtar och Coachbåtar

Vi följer Svenska OptimistjolleFörbundets anvisning avseende ” Brukande av följbåtar och coachbåtar i anslutning till Rikskval”. Kompletta skrift finns att erhålla på <https://idrottonline.se/KullaviksKKK-Segling/globalassets/kullaviks-kkk---segling/rikskval-2019/rib-begransningar-rikskval-v4---kopia.pdf>

Extrakt:

- Varje förare av en följbåt, både coach eller förälder, är en stödperson enligt KSR 3.3 och seglarna är ansvariga för dessas beteende och eventuella hindrande av andra seglare.
- Ingen följbåt tillåts att vara närmare de seglande än 100 meter eller på bansidan av begränsningsboj.
- Det är tillåtet att sakta förflytta sig från startområdet till kryssmärket i en ordentlig högerbåge eller vänsterbåge och under låg fart. Om detta görs med första startgrupp, är det viktigt att tänka på att tillbakaresan inte bör påbörjas förrän andra startgruppen har passerat.

Om väder eller andra förhållanden gör att samtliga båtar på banan kallas in i säkerhetsorganisationen hissas flagga Y 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 Säkerhetschefen.

Flagga Y



Utrustning följbåt

- Kniv, avbitartång och bogsertamp
- Sambandsutrustning
- Sjukvårdsutrustning, båt/plats
- Seglingsföreskrifter, deltagarlista, banbeskrivning, sjökort, säkerhetsplan

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 kappseglingens regler. Det är därför tillåtet för en person som tagits upp ur vattnet att fortsätta kappsegla. 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.

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

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 båtar.
- Kör i land seglarna och båtar bärgas senare.

Seglingsledaren ansvarar för kontroll av deltagarlista så att båtar i land stämmer med de startande båtar.

Säkerhetsbåtarna stannar inom avdelat område i väntan på klartecken från säkerhetschefen.

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.

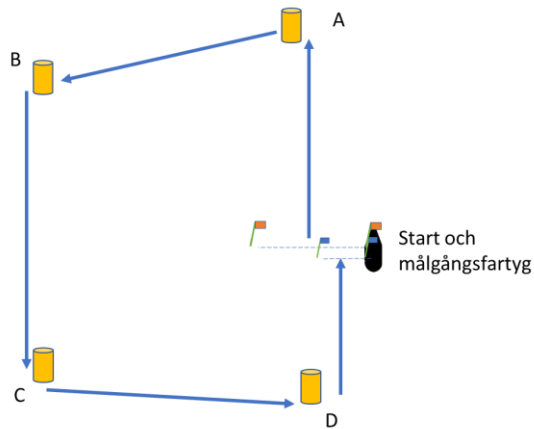
Diabetes

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 medvetlös. För att få tag på socker kan man leta i den sjukas fickor då diabetiker oftast bär det med sig.

Banområde

Säkerhetszoner

Samtliga Följe- & Coachbåtar har 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. "samtlige säkerhetsbåtar i område A assisterar i område C."

Information om banområdet



Banområdet ligger sydväst om Limhamns Småbåtshamn. Detta område är vanligtvis lugnt men alla deltagare görs uppmärksamma på

- Från hamnens inlopp rör sig båtar normalt direkt västerut samt norrut.
- Norr om hamnen finns inlopp till Limhamns fiskehamn där det förekommer viss trafik
- Väst om banområdet går farled mot Östersjön där kommersiell trafik rör sig.
- Vid vackert väder förekommer det buskörning på vattenskoter, även om denna vanligtvis är norr om banområdet.

Krisgrupp

Säkerhetsansvarig: Sara Åhlen-Björk

Informatör & Pressansvarig: Carl Johan Björkman

Psykosocialt ansvarig: TBD

Samlingslokal: Kansliet, Bryggövägen 1, 216 12, Limhamn

Krisgruppen arbetsgång

Den i krisgruppen som blir kontaktad ansvarar för telefonkedja till övriga i gruppen.

Sammankalla krisgruppen, alternativt anordna telefonmöte. Följande ansvarsområden utdelas varje gång gruppen sammankallas:

Informatör

Sammanställer aktuellt händelseförlopp och kunskapsläge fortlöpande, skriv protokoll vid alla möten. Ansvarar för att skriftligen informera följande:

- aktuell klubb
- styrelsen
- hemsida via kansliet

Pressansvarig

Sköter alla kontakter med tidningar, radio, TV, nyhetsbyråer och webbtidningar. Se vidare avsnittet om massmediekontakter. Informatör och massmediekontakter kan skötas av en och samma person.

Psykosocialt ansvarig

Planerar formerna för det psykologiska/medicinska omhändertagandet. Först kontaktas närmast berörda, i andra hand övriga. Vid behov av krisstöd hänvisas dagtid i första hand till primärvården, nätter och helger till psykakuten. Beslutar om eventuella vidare kontakter med anhöriga. Beslutar om eventuella hembesök.

Administratör

Denna person, (gärna en anställd om sådan finns), har ansvaret för aktuella telefonlistor (inkl fritidsboende och e-postadresser) över involverade personer. För en journal, där alla händelser/insatser beskrivs kortfattat med angivande av tid. Samordnar telefonpassning på förbundets/föreningens kansli om sådant finns. Vid resor och liknande ansvarar administratören för att motsvarande listor upprättas över deltagare, ledare och deras anhöriga.

Resurspersoner

Krisgruppen ska ha ett antal resurspersoner som ska vara behjälpliga beroende på vad som har inträffat. Obligatoriska resurspersoner är styrelsens ordförande och ev. andra styrelseledamöter. Andra resurspersoner varierar givetvis beroende på idrott, och händelse men några tänkbara är personer i styrelsen, insatta i teknikfrågor, juridik, medicin, doping, barnpsykologi. Huvudsaken är att det tydligt framgår vem man ska kontakta.

Viktiga telefonnummer

SOS Alarm: 112

Polisen icke akut: 114 14

Vårdguiden: 1177

Sara Åhlen-Björk: 070-9969493

Carl-Johan Björkman: 070-8657272

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.

Insatser efter olycka eller dödsfall

- **Skicka inte hem deltagarna!** Samla istället gruppen på en plats där ni får vara ifred och informera så uttömmande som möjligt om vad som har hänt.
- Informera sakligt om vad som har hänt. Spekulera aldrig om händelsen och dess orsaksförlopp.
- Ge god tid för frågor och samtal. Ge alla som vill en möjlighet att komma till tals. Förvänta dig inte att alla ska reagera på samma sätt. Var tolerant.
- Förbered deltagarna på att det är vanligt och normalt med reaktioner efteråt. Uppmana dem att berätta för sina föräldrar/anhöriga vad som hänt så att de kan förstå eventuella efterreaktioner. Uppmana dem att tala om händelsen med anhöriga.
- Kalla till återsamling direkt på morgonen dagen därpå om det är övernattnings.
- Informera krisgruppen om vad som hänt så att informationen kan spridas; avgör om en pressträff behövs och/eller om pressmeddelande ska gå ut.
- Vid olycka kontakta anhöriga, klubbledare, förbund och eventuella motståndare. *Vid dödsfall är detta en uppgift för polis eller sjukhus.*
- Diskutera behovet av präst eller annan andlig ledare.
- Låt sådant som påminner om den som har avlidit vara orört för en tid framåt. Stoppa *inte* undan föremål i tron att de ökar sorgearbetet – resultatet kan bli det motsatta.

- Ritualer är viktiga i sorgearbetet.
- Stöd stödjarna; allvarliga händelser kan ta hårt på krafterna.
- Ordna dryck och förtäring.
- Ställ in träning men samlas istället för att bearbeta händelsen.
- Följ de drabbade hem, låt inte drabbade köra bil.
- Vid dödsfall är det polis eller sjukvården som ska kontakta närmast anhörig. Kontakta anhöriga när det är bekräftat att de har fått dödsbudet.

~ slut på dokumentet ~