



HMS Idrettsarrangement

Hensikt og mål

Med fokus på HMS, kan vi unngå skader og bedre håndtere hendelser som oppstår.

Dette dokumentet er laget i forbindelse med gjennomføring av idrettsarrangementer, i regi av som Flaktveit IK. Dokumentet skal gi en beskrivelse av HMS-ansvarlig sitt ansvar og rolle ved gjennomføring av arrangementer.

Følgende betingelser gjelder:

- Alle idrettsarrangementer skal ha en HMS-ansvarlig.
- HMS-ansvarlig må være en voksen person over 20 år.
- HMS-ansvarlig avgjør selv:
 - Ressursbruk/-behov
 - Behov for tilstedeværelse på anlegget
 - Delegering av oppgaver
 - Behov for dokumentasjon/gjennomføringsplan dersom dette ikke foreligger
- HMS-ansvarlig skal sørge at det ikke forekommer mobbing og trakassering mellom deltakerne. Slik adferd skal følges opp umiddelbart.
- HMS-ansvarlig skal sørge for at det er tilgjengelig førstehjelpsutstyr og at alle er kjent med hvor dette er plassert
- Alle idrettskoler skal kunne fremvise en plan for HMS ved behov.

Viktige telefonnumre

Akutt hjelp

Ambulanse: 113

Politi: 112

Brann: 110

Annen medisinsk bistand:

Bergen Legevakt: 116 117

Adresse: Solheimsgaten 9, ring før ankomst

Tannlegevakt i Bergen: 55 31 03 10

Adresse: Solheimsgaten 18, Inngang B



Forsvinninger

Dersom noen barn kommer bort fra arrangementets område har HMS-ansvarlig følgende ansvar:

1. Bevar roen
2. Let gjennom de aktuelle områdene. Spør andre voksne og ledere om de har sett barnet.
3. Ring barnets foreldre
4. Ring Politiet på 112
5. Ring og informer klubben, i prioritert rekkefølge:
 - a. Daglig Leder, Edward Lygre, 907 36 560
 - b. Sportskoordinator, Stine Huus, 976 21 809
 - c. Styrets leder, Hans Petter Moe, 907 15 954
6. Presse henvises til klubbens representant fra punkt 5.
7. Alt disponibelt mannskap blir med og leter etter barnet
8. Ved behov; samle resten av barna. La en eller flere voksne ta hånd om dem og snakke med dem om situasjonen.
9. Ved behov; sørg for at et oppfølgingsmøte med de involverte blir gjennomført

Ulykker, Skader og førstehjelp

Generelt

Alle hendelser må vurderes/behandles på riktig måte og av kvalifisert personell. Dersom man er usikker på hva riktig behandling eller tiltak er, kontakt helsehjelp eller 113 for veiledning.

Hjertestarter

Flaktveit idrettsklubb har to hjertestartere på følgende lokasjoner:

- Flaktveithallen, i foajeen
- Flaktveit stadion, i utstyrsbrakken ved kiosk
<https://www.113.no/hjertestarterregisteret/>

Førstehjelpsutstyr

Det skal være førstehjelpsutstyr tilgjengelig på området og instruktører skal være kjent med plassering.

Forebygg skader

- a. Sørg for at tilstrekkelig oppvarming gjennomføres
- b. Sørg for at rett sportsutstyr blir brukt og at dette er kvalitetssikret. Ved oppdagede defekter skal det vurderes om utstyret kan benyttes og det må rapporteres til klubben. Rapport kan sendes inn via denne siden:
<http://portal.flaktveitik.no/forside/feil-mangler/view>
- c. Sørg for at arrangementets område blir holdt ryddig underveis

Mindre skader / ulykker

Ved mindre skader/ulykker er det viktig at leder/trener analyserer situasjonen og sørger for at det blir gitt umiddelbar hjelp om det er behov for dette.

De andre instruktørene sørger for at barn i nærheten blir tatt bort fra situasjonen.



Alvorlig skade/ulykke

Ved alvorlig skade/ulykke er det viktig at leder/trener bevarer roen og følger prosedyre:

- Plassleder tar kontroll over situasjonen og sørger for å tilkalle HMS-ansvarlig
- Sørg for å kontakte helsehjelp, tlf. 113, også i tvilstilfeller
- Instruktørene tar alle barna bort fra situasjonen og snakker med dem
- Ring barnets foreldre
- Hvis behov, ring Politiet på 112
- Ring og informer klubben, i prioritert rekkefølge:
 - Daglig leder, Edward Lygre, 907 36 560
 - Sportskoordinator, Stine Huus, 976 21 809
 - Styrets leder, Hans Petter Moe, 907 15 954
- Snakk med de involverte om det som har hendt
- Hvis behov, informer de involverte barnas foreldre

Forsikring

Idrettsskoler i regi av Flaktveit Idrettsklubb

Alle deltakere og instruktører / ledere, som deltar på arrangementer for utøvere inntil fylte 13 år er forsikret gjennom NIF.

<https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/drifte-et-idrettslag/okonomi/forsikring/>

Andre idrettsarrangementer

Alle registrerte og betalte medlemmer i Flaktveit idrettsklubb er forsikret gjennom NIF til den dagen de fyller 13 år. Dersom en skade oppstår, så skal foreldre opplyses om at de kan melde inn sak til Gjensidige.

Fra fylte 13 år, må egen forsikring / lisens løses i tråd med gjeldende særforbund. Les mer og meld skade → <https://www.gjensidige.no/meld-skade/idrettsforsikring>