



# HMS-PLAN FOR FRIVILLIGE

under Fiskefestivalen på Bessaker

Fiskefestivalen ønsker å ha et aktivt forhold til HMS. Frivillige skal være opplyst om sine rettigheter i forhold til arbeidsmiljøloven, signert for at de har lest og forstått Fiskefestivalens HMS- og sikkerhetsinformasjon elektronisk eller på skjema.

## TAKK FOR AT DU STILLER I KOMITÉ

På Fiskefestivalen er vi opptatt av at du skal ha det bra, men du har også et eget ansvar for at både du og andre trives. Vi kan tilrettelegge så godt vi kan, men du må følge våre retningslinjer. Det er viktig å ikke glemme at arbeid er arbeid og lek er lek. Selv om vi har det gøy og en lekende tone i mange tilfeller, må vi tenke sikkerhet!

- Du har ansvar for å samarbeide med komitélederen din om sikkerhet og helse.
- Du har ansvar for å følge sikkerhetsprosedyrene for din egen og dine arbeidskameraters skyld.

Som frivillig på Fiskefestivalen er du oppsatt i en komité. Alle komitéer har egne instruksjoner hvor arbeidsoppgavene er beskrevet i korte trekk. Hver komité har en ansvarlig leder. Vi håper du trives, og at vi sammen kan lage tidenes festival!

## TING SOM VIKTIG PÅ FISKEFESTIVALEN

- Vi er i nærheten av sjøen. Vær spesielt oppmerksom på at besøkende kan havne i vannet både dag og kveld.
- Løfting av tunge gjenstander må skje på en forsvarlig måte med egnede hjelpemidler og riktig løfteteknikk.
- På festival er det som kjent høy musikk. Pass på å bruke hørselsvern!
- Stress er en bivirkning av masse mennesker og høyt tempo. Bruk pauser fornuftig, senk skuldrene og få i deg nok væske.
- Grip aldri inn i en voldelig eller truende situasjon på egen hånd.
- Fiskefestivalen har et bevisst forhold til miljøet. Hjelp oss å kildesortere alt avfall og rydd når du ser søppel på avveie.

## UNGE ARBEIDSTAKERE

Fiskefestivalen er pliktig til å følge arbeidsmiljølovens kapittel 11 om arbeid av barn og unge.

Arbeidstiden for frivillige under 18 år må ikke overstige 40 (35 hvis under 15 år) timer i uken og ikke 8 (7 hvis under 15 år) timer pr døgn. Det skal i løpet av dagen være en pause på 30 minutter dersom arbeidstiden overstiger 4,5 timer.

Dersom du er under 15 år må en foresatt samtykker i at du kan utføre frivillig arbeid på Fiskefestivalen.

## SIKKERHETSINFORMASJON

På neste side finner du konkret sikkerhetsinformasjon som du er nødt til å lese deg gjennom og gjøre deg kjent med. Har du spørsmål, så still dem heller enn å gjøre noe du er usikker på.

Sikkerhetsinformasjonen vil du også finne som oppslag i festivalområdet.



# SIKKERHETSINFORMASJON

under Fiskefestivalen på Bessaker

På Fiskefestivalen er vi opptatt av at alle skal ha en sikker arbeidsplass, og ønsker å minimere risiko for skader under arbeid på Festivalen. Det vil foregå mange ting på kort tid innenfor et lite område. Vær oppmerksom og varsom på hvor du beveger deg.

## FORHOLDSREGLER:

- Å innta alkohol/rusmidler i arbeidstiden, eller å arbeide i beruset tilstand, er strengt forbudt
- Alle skader må rapporteres til komitéleder, som skal avgjøre faktor av skade og om inspeksjon er nødvendig
- Hold arbeidsområdet ditt ryddig
- Bruk av utstyr og maskiner skal bare utføres etter kyndig opplæring
- Møt opp til avtalte tider og gi beskjed til din komitéleder når du kommer og går
- Hvem som er din komitéleder og telefonnummer til denne står på komitélista

## HELSE:

1. For akutt nødhjelp **ring 113**
2. Varsle din komitéleder
3. Start livredning hvis nødvendig (se instruks nedenfor)

## ORDEN:

1. For akutte situasjoner **ring 112**
2. Varsle din komitéleder
3. Tilkall vakter, fjern deg og andre utenforstående fra situasjonen

## BRANN:

1. Ved brann **ring 110**
2. Varsle din komitéleder
3. Hold nødutganger fri og assister brannvesen hvis nødvendig

## FØRSTEHJELPSINSTRUKS:

- Ved akutt skade eller sykdom, varsle 113 og din komitéleder
- Ved varsling av 113, oppgi Bessaker som skadested og forklar tydelig hvor du er.
- Ved bevisstløshet, sjekk at luftveier er åpne og at vedkommende puster, legg deretter i stabilt sideleie. Sjekk puls og overvåk åndedrett
- Dersom vedkommende ikke puster, igangsett straks hjerte- og lungeredning (HLR): 30 raske kompresjoner midt på bryst, 2 innblåsing – gjentas
- Følg instruksjoner fra alarmsentral, ikke bryt forbindelsen!