



# Handlingsplaner

vid oförutsedda/allvarliga händelser

# Köpings Ridklubb

## Innehåll

Kontaktlista.....	3
Kontaktlista för skada på människa .....	3
Kontaktlista för skada på häst .....	3
Kontaktlista kristeam.....	3
Kontaktlista medieansvarig .....	3
Information av hur vi hanterar oförutsedda händelser .....	4
Att tänka på vid tävlingar och evenemang.....	5
L-ABC .....	6
När du ringer 112 .....	7
Adressuppgifter:.....	7
Kordinater:.....	7
Vägbeskrivning till Köpings Ridklubb:.....	7
Checklista vid allvarligt olycksfall av person.....	8
Checklista vid dödsfall .....	9
Checklista vid avlivning alt. döende eller död häst .....	10
Handlingsplan vid olycka vid uteritt .....	11
Förebyggande.....	11
Checklista vid olycksfall på tävling .....	12
Brand .....	13
Vid media kontakt .....	14

## Kontaktlista

### Kontaktlista för skada på människa

1. Josefine Ivarsson 076 – 166 80 84
2. Lars Wickman 070 – 399 02 54
3. Jimmy Blom 072 – 529 53 12

### Kontaktlista för skada på häst

1. Josefine Ivarsson 076 – 166 80 84
2. Ingela Andersson 070 - 924 23 95
3. Lars Wickman 070 – 399 02 54

### Kontaktlista kristeam

1. Josefine Ivarsson 076 – 166 80 84
2. Lars Wickman 070 – 399 02 54
3. Jimmy Blom 072 – 529 53 12
4. Joakim Windahl 070 – 674 73 08

### Kontaktlista medieansvarig

1. Lars Wickman 070 – 399 02 54

### *Viktiga nummer*

112	SOS Alarm
114114	Vid ej akut SOS
113113	Informationsnummer SOS
1177	Vårdguide
010-456 6700	Giftinformation

### *Svenska Ridsportförbundets (Svrf) kontakter vid krissituation*

Informationschef 0709-79 56 76  
Sport/tävling 072-077 39 63  
Ridklubb/Ridskola 0709-79 56 39  
Generalsekreterare 0709-79 56 50

### *Köpings Kommun*

Posom Köpings kommun Krisstöd. –  
Telefonnummer till kommunens bredskapssamordnare 0221-67 00 82 / 0221 – 67 00 88

## Information av hur vi hanterar oförutsedda händelser

- Materialet skall förvaras på känd och lättillgänglig plats i anläggningen samt på internet
- Alla i kristeamet ska ha handlingsplanen samt kontaktlistan tillgänglig, t ex i telefonen
- Lektionsryttare och personal ska få kort information om nedan på första lektionen varje termin
- Om en olycka inträffar
- Var sjukvårdsutrustning finns
- Utrymningsplan och uppsamlingsplats på gräsbanan
- Att vi har en krisplan för allvarliga olyckor
- Att hjärtstataren sitter i entrén vid ingången till Stora Ridhuset.

I stallet ska det sitta uppsatt och tillgängligt

- Information i stallet via posters
- "Om en olycka inträffar"
- Utrymningsplan

Handlingsplan är gemensam för alla parter på anläggningen.

## Att tänka på vid tävlingar och evenemang

Utse säkerhetssamordnare på tävlingen och vilka som ingår i tävlingens kristeam

- Ansvarig för kontakt med externa parter: t ex kommun, media, Posom.
- Ansvarig för första hjälpen och ringa 112.
- Ansvarig för utrymning
- Ansvarig för information till berörda parter på plats t ex deltagare, åskådare, anhöriga

Viktiga aktiviteter innan:

- Kristeam uppdaterad på handlingsplan och alla i teamet har den tillgänglig med sig
- Information till speakern vid eventuell händelse om utrymningsvägar, uppsamlingsplatser och olyckshantering. Ha informationen uppsatt synligt. Ge speakern kort information om var det finns uppsatt.
- Mall för speakerns information till publiken om eventuella skador och avbrott i tävlingen.
- Hästtransport som kan föra skadad eller avlivad häst från platsen
- Tillgång till avskärmning (presenning)\* kring skadad häst eller ryttare
- Första hjälpen utrustning.\*\*
- Eventuellt avbrytande av tävling

*\*Presenning förvaras i sekretariatet på tävlingsdag. Övriga dagar i verkstan.*

*\*\*Första hjälpen utrustning finns hos sjukvården på tävling. Sjukvårdarens plats är alltid utmarkerad. Övriga dagar förvara den på kontoret. Hjärtstartare finns alltid i entrén på dörren in till ridhuset.*

## L-ABC

### **L = Läge**

1. Se över olycksplatsen innan Du springer fram till den skadade. Det kan finnas risker för både Dig och den skadade till exempel lös, orolig häst vid väg – varna trafiken

### **A = Andning**

1. Kontrollera om den skadade andas. SE – LYSSNA – KÄNN
2. Om den skadade inte andas skapa fri luftväg genom att böja huvudet försiktigt bakåt sätta två fingrar under hakan och lyfta upp underkäken kontrollera igen SE – LYSSNA – KÄNN
3. Om den skadade fortfarande inte andas, gör mun-till-munandning genom att hålla kvar fri luftväg knip åt näsan, gapa stort och blåsa in genom munnen kontrollera att bröstkorgen höjer sig gör 10 inblåsningar – LARMA 112 – fortsätt med inblåsningarna
4. Medvetslös person som andas skall ligga i stabilt sidoläge
5. Fortsätt övervaka den skadade

### **B = Blödning**

1. Kraftig blödning behöver stoppas snabbt. Tryck ihop sårkanterna med tummarna och pressa kraftigt lägg den skadade ner, men bibehåll fingertrycket hela tiden förebygg cirkulationssvikt – skadechock genom att lägga benet högt släpp inte trycket – be någon annan larma
2. Måttlig blödning stoppas genom att lägga den skadade ner – hålla den skadade kroppsdelen högt lägga ett förband och eventuellt ett tryckförband

### **C = Cirkulationssvikt, chock**

1. Cirkulationssvikt kan uppstå vid stor inre och yttre blödning. Symtom: matthet och slöhet blek hud, blåa läppar, kallsvettig snabb och flämtande andning, snabb och svag puls

### **Vid misstänkt hjärtstopp**

1. Larma 112
2. Starta 30 bröstkomparationer och 2 inblås.
3. Hämta hjärtstartare som finns i entrén vid dörren in till ridhuset/nära lånehjälmarna och västar.
4. Följ instruktionerna på hjärtstartaren.
5. Fortsätt tills ambulans anländer.

## När du ringer 112

- Då ambulans tillkallats, se till att någon möter upp vid infart eller visar vägen
- Försök behåll lugnet och var beredd på att svara på frågorna:
  - Vad har hänt?
  - Var har det hänt?
  - Vilka typer av skador gäller det?

*Lägg inte på luren förrän de säger till.*

**Tips ladda hem SOS Alarm appen och kring från den**

### Adressuppgifter:

Köpings Ridklubb  
Erikslund (Gamla Norsavägen)  
73198 Köping

### Kordinater:

59°30'28.9"N 16°2'33.9"E

### Vägbeskrivning till Köpings Ridklubb:

#### E 18 från Västerås - Stockholm

Sväng av motorvägen mot Köping - Fagersta. Ta vänster mot Köping. I rondellen, ta vänster. Följ Ringvägen rakt fram tills den upphör i T-korsning (3 km). Ta vänster mot Munktorp. Efter drygt 1 km sväng höger mot Norsa - Oljehamn. Efter ca 300 m ser du ridklubben på vänster sida.

#### E 18 från Örebro - Arboga

Sväng av motorvägen vid andra avfarten (Köping - Fagersta). Ta sedan vänster ut på Ringvägen. Följ Ringvägen rakt fram tills den upphör i T-korsning (3 km). Ta vänster mot Munktorp. Efter drygt 1 km sväng höger mot Norsa - Oljehamn. Efter ca 300 m ser du ridklubben på vänster sida.

#### Väg 56 från Kungsör

Kör in i Köping. Över viadukten vid rondellen (OK/Q8 mack) sväng höger. Följ vägen rakt fram genom centrum. Fortsätt ut ur Köping mot Munktorp. Drygt 1 km utanför Köping, sväng höger mot Norsa - Oljehamn. Efter ca 300 m ser du ridklubben på vänster sida.

## Checklista vid allvarligt olycksfall av person

1. Ta reda på vad som hänt.
2. Kontrollera luftväg, andning, stoppa eventuell blödning.
3. Se till att någon person hela tiden finns vid den skadade.
4. Bedöm om ambulans behöver tillkallas.
5. Larma ambulans, ring 112
6. Ge nödvändig första hjälp
7. Säkra olycksplatsen för vidare olyckor och undersökning
8. Ta hand om den skadade till ambulans anländer.
9. Be någon kontrollera om sjukvårdskunnig finns på anläggningen.
10. Då ambulans tillkallats, se till att någon möter vid infart och visar vägen
11. Ordna så någon följer med skadade till sjukhuset, om det är möjligt.

### När hjälp anlät

12. Kontakta anhöriga
13. Ta hand om övriga elever
14. Ta hand om hästen/hästarna
15. Informera ansvarig för ridskolan.
16. Informera föreningens ordförande
17. Samla berörda elever och föräldrar i teorisalen som en trygg och avskärmad plats
18. Uppmana elever att ringa hem och berätta. Tänk på sekretess.
19. Låt ingen gå direkt hem. Erbjud alla få samtals hjälp.
  
20. Ordna så att den skadade får besök eller samtal från föreningen
21. Ordna så att anhöriga får besök eller samtal från föreningen



## Checklista vid dödsfall

1. Larma ambulans via, ring 112
2. Säkra olycksplatsen för vidare olyckor.
3. Skärma av för åskådare. *(använd presenning förvaras på kontoret. Vid tävling i sekretariatet)*
4. Ring första person i kristeamet
5. Kontakta föreningens ordförande.
6. Medieansvarig förbereder för kontakt med media, samt vid allvarigare incident även informationschef på SvRF.
7. Säkerhetsansvarig tar kontakt med säkerhetsansvariga på distriktet och SvRF på tävling.
8. Samla berörda i teorisalen som är en trygg och avskärmad plats, uppmana att de ringer hem och berättar. Tänk på sekretess.
9. Ge tydlig information till närvarande
10. Låt ingen gå direkt hem. Erbjud alla att få samtalshjälp.
11. Ordna socialt kontaktnät för kvällen
12. Ordna så att anhöriga får besök från föreningen, om de så önskar och uppskattar

## Checklista vid avlivning alt. döende eller död häst

1. Ring omedelbart veterinär
2. Om hästen inte kan flyttas - Skärma av med hinderstöd, filter och presenning
3. Eventuellt: Utrym ridhuset (i vart fall från barn, ungdomar och känsliga personer), be de närvarande stanna kvar på anläggningen för vidare information
4. Hämta filter till hästen, ryttaren och anhöriga
5. Invänta hjälp
6. Lägg presenning på hästen vid dödsfall.  
*Presenning förvaras i sekretariatet på tävlingsdag. Övriga dagar i verkstan.*
7. Informera närvarande vid händelsen
8. Om häst dör under tävling informera SvrF som ansvarar för obduktion av hästen.

## Handlingsplan vid olycka vid uteritt

1. Larma ambulans via SOS Alarm, ring 112
2. Ge nödvändig första hjälp
3. Ta hand om den skadade till ambulans anländer.
4. Då ambulans tillkallats, om möjligt möt upp ambulansen och visa vägen
5. Kontakta anhöriga
6. Ta hand om hästen/hästarna
7. Informera ansvarig för ridskolan.

## Förebyggande

- Rid alltid ut minst två och två
- Ta med mobiltelefon
- Skriv upp på tavlan i stallet:
  - Vilka som rider ut
  - Vilken tid ryttarna rider från stallet och när de beräknas vara åter.
  - I vilket område ritten ska vara.

## Checklista vid olycksfall på tävling

1. Tillkalla sjukvårdspersonal
2. Ge nödvändig första hjälpen.
3. Säkra olycksplatsen för vidare olyckor och undersökning.
4. Sjukvårdspersonal tillkallar alltid ambulans via SOS Alarm, ring 112
5. Om möjligt se till att någon följer med skadade till sjukhuset
6. Informera tävlingsledaren
7. Vid allvarig olycka kontaktas även ordförande
8. Medieansvarig förbereder för kontakt med media, samt vid allvarigare incident även informationschef på SvRF
9. Säkerhetsansvarig tar vid allvarigare incident kontakt med säkerhetsansvariga på distriktet och SvRF
10. Tävlingsledaren kontaktar anhöriga till skadade
11. Var förberedd på kontakt med polisen
12. Var förberedd på kontakt från media, hänvisa till medieansvarig
13. Samla berörda medarbetare och funktionärer i teorisalen som en trygg och avskärmad plats.
14. Ge tydlig information till publiken
15. Uppmana funktionärer att ringa hem och berätta. Tänk på sekretess.
16. Låt ingen gå direkt hem. Erbjud alla att få samtalshjälp.
17. Ordna socialt kontaktnät för kvällen
18. Bestäm när gruppen ska ses nästa dag
19. Informera andra anställda, tävlande, uppstallade m.fl. om händelsen
20. Se till att skadade får Samtal eller besök från tävlingsledningen
21. Se till att anhöriga får samtal eller besök från tävlingsledningen

## Brand

1. Larma SOS Alarm, ring 112.
2. Om möjligt rädda människor och djur som finns i byggnaden
3. Släck
4. Informera ansvarig för ridskolan
5. Informera ordförande.

## Vid media kontakt

### Ordförande hanterar alltid mediakontakter.

- Du vara tillgänglig hela tiden för att informera ☒
- Övriga i tävlingsledning, på ridskolan eller i stallet ska ha Ditt telefonnummer och kunna hänvisa frågor till Dig
- Bestäm vad Du vill säga och vilket intryck Du vill ge
- Exakt vad har hänt och varför?
- Vilka säkra fakta finns det?
- Var ärlig och uttala Dig bara om saker som Du säkert vet. Spekulera aldrig. Håll Dig till fakta även om Du inte har särskilt mycket att berätta
- Tveka inte att säga att Du inte vet och varför, och be att få återkomma, om Du inte kan svara
- Huvudbudskapet ska vara det samma till alla, både internt och externt
- Hänvisa mer allmänna frågor till informationschefen på Svenska Ridsportförbundet
- Bestäm eventuellt ett nästa informationstillfälle och håll det
- Kom ihåg att det är polisens sak att informera anhöriga vid dödsfall och svårare olyckor
- Skyll aldrig ifrån Dig ☒
- Erkänn om Du säkert vet, och det är helt uppenbart, att ett fel är begånget
- Visa empati