

# Beredskabsplan for Ashihara Karate

## Personskade

Hvis en person kommer til skade ved træning i Ashihara Karate, skal følgende iværksættes:

	Hændelse	Livstruende hændelse	Ekstreme hændelser	Mistanker om
<b>Definition</b>	Små skader der kan klares med trøst, is, plaster osv. er ikke en hændelse. En hændelse kan f.eks. være forstuvet eller brækket arm eller ben.	Alvorlig hændelse, der f.eks. kan være hjertestop, bevidstløshed, større blødning.	Dødsfald, overfald, brand naturkatastrofer, kidnapning eller terror	Pædofili eller Tyveri
<b>Instruktørens rolle</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Stands ulykken og påbegynd førstehjælp.</li><li>• Orienterer forældre/pårørende.</li><li>• Sørg for at den tilskadekomne kommer på skadestuen sammen med forældre/pårørende.</li><li>• Saml holdet og orienter eleverne.</li><li>• Efterlad aldrig en tilskadekomnen elev.</li><li>• Opfølg på skaden efter behandling</li></ul>		<ul style="list-style-type: none"><li>• Ring 112, hvis du kan.</li><li>• Vurder situationen og beskyt børn og forældre mest muligt, uden at det går ud over din egen sikkerhed.</li><li>• Formand og Shihan Dai Casper orienteres om hændelsen.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Formand og Shihan Dai Casper orienteres.</li> <li>Kontakt altid vores formand, hvis der er mistanke om pædofili eller tyveri.</li></ul>

<p><b>Bestyrelsens rolle</b></p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Følg op over for personer, der har været direkte involveret i hændelsen. Det er også vigtigt at følge op over for f.eks. resten af holdet og eventuelle pårørende, der var til stede, da de også kan være berørt af hændelsen.</li> <li>• Informer om mulighed for psykologisk krisehjælp til den/de tilskadekomne og andre, der har været direkte involveret i hændelsen.</li> <li>• Tag stilling til, hvad der skal kommunikeres videre og orienter relevante interessenter.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Samarbejd med politi og/eller eventuelt redningspersonale, i det omfang, de ønsker det.</li> <li>• Undlad at kontakte pressen medmindre det er aftalt med politi/redningspersonale. Det kan gøre mere skade end gavn.</li> </ul>	<p>Pædofili:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Forebyggelse ved at indhente børneattester på alle instruktører/bestyrelse m.m. over 18 år.</li> <li>• Bestyrelsen undersøger, om der er tale om et overgreb eller ej.</li> <li>• Hvis der er tale om falsk anklage, kontakter vores formand, forældrene og beder om en samtale.</li> <li>• Alle overgreb eller lignende meldes til politiet. Ved tvivlsspørgsmål kontaktes politiet.</li> <li>• Hvis der konstateres tyveri, snakker vi med de berørte og anmelder om nødvendigt til politiet.</li> </ul>
----------------------------------	--	--	---	--

## Evaluering

Det er bestyrelsens ansvar at evaluere en hændelse, hvor en ambulance er blevet tilkaldt. Dette gøres ved at sikkerhedsansvarlig og formand indkalder instruktørteamet til et møde eller begivenhed, hvor bestyrelse og instruktører deltager.

Følgende punkter behandles:

- Hvad skete der, hvornår og hvordan?
- Hvordan reagerede de implicerede?
- Hvordan håndterede I det praktiske eventuelt at samarbejde med andre?
- Hvad gik godt og skidt?
- Hvordan sikrer vi, at det ikke sker igen, hvis vi kan?

## Placering af førstehjælpsudstyr og hjertestartere

Sted	Førstehjælpsudstyr	Hjertestarter

## Forslag om uddannelse:

### Instruktørkompetencer i førstehjælp:

Min. 1 instruktør fra hvert hold har et gyldigt førstehjælpskursus, og foreningen afholder førstehjælpskurser ca. hvert andet år, hvorefter det i foreningen registreres at instruktøren har deltaget og gennemgået livreddende førstehjælpskursus.



Det kan være en god ide at hente app'en Trygfonden Hjertestart.

Den kan vise vej til nærmeste hjertestarter, samt vise trin for trin i hjerte lunge massage.

Endvidere kan der ringes 112 fra app'en og lokationen angives sammen med opkaldet.

### Revidering af beredskabsplanen:

Beredskabsplanen ajourføres efter behov, dog mindst én gang om året forud for det årlige instruktørtræf.

På instruktørmøderne gennemgås beredskabsplanen således at alle instruktører, hjælpeinstruktører og bestyrelse er bekendt med denne.

Endvidere kan det være en god ide at gennemgå beredskabsplanen på voksenholdene, således at medlemmerne ved hvordan de skal håndtere svære situationer.

Tjeckliste:

Is, plaster, førstehjælpskit mv.

Førstehjælpskursus

Hvor er den nærmeste hjertestarter?

Børneattester på alle, hvert eneste år – bestyrelse og trænere

Beredskabsplanen skal være tilgængelig og synlig på hjemmesiden.