

Beredskabsplan for BPI Gymnastik

Personskade

Hvis en person kommer til skade ved træning i BPI gymnastikforening, skal følgende iværksættes:

(Små skader der kan klares med trøst, is, plaster el.lign. er ikke en hændelse)

	Hændelse	Livstruende hændelse
Definition	Ikke livstruende f.eks. forstuvet eller brækket arm eller ben.	Det er ulykker, der er livstruende f.eks. hjertestop, bevidstløshed, stor blødning
Instruktørs rolle	• Stands ulykken og påbegynd førstehjælp • Orienterer forældre/pårørende • Sørg for at den tilskadekomne kommer på skadestuen sammen med forældre/pårørende evt. en voksen instruktør, som pågældende er tryk ved. • Informer udvalg/kontaktperson om hændelsen samme dag, når der er ro på hændelsen.	• Stands ulykken og påbegynd livreddende førstehjælp. • Alarmer 1-1-2 • Forældre/pårørende til den forulykkede orienteres hurtigst muligt af instruktør/hjælpeinstruktør/anden person i gymnastiksalen • Ved hjertestop anvend hjertestarter ○ BPI Hallen: Udenfor ved indgangsdøren ○ Gymnasiet: Udenfor ved indgangsdøren til hallen, og i kantinen. ○ Kirstinebjerg Multihal: på væggen af hallen, mod Indre Ringvej • Forsæt den livreddende førstehjælp indtil ambulancen kommer og redderne overtager • Få en hjælpeinstruktør eller anden person til at hjælpe ambulancepersonalet fra indgangen og hen til den forulykkede • Forælder/pårørende eller instruktør kører med i ambulancen • Kontakt altid, når den akutte hændelse er under kontrol, enten formanden/udvalget/kontaktpersonen.
Instruktører og evt hjælpeinstruktørs rolle	• Saml holdet og orienter gymnasterne • Trøst dem som har brug for et ekstra kram	• Samler holdet, orienterer gymnasterne. • Vurder om alle er ok inden de tager hjem, og om der evt er nogen, der skal have ekstra omsorg, evt tilkalde pårørende. • Ved børne/ungehold er der ingen, der må tage alene hjem fra træningen. Der etableres kontakt (evt via en kontaktperson) til alle

		forældre/pårørende, som afhenter gymnasten.
Udvalgets rolle	• Kontaktperson informeres • Ved moderat til svær skade involveres kontaktperson og udvalgsformand	• Følg op over for personer, der har været direkte involverede i hændelsen. Det er også vigtigt, at følge op over for f.eks. resten af holdet, som også er berørt af hændelsen • Der skal etableres kontakt til forældre af vores ungeinstruktører, for at sikre, at de orienteret om situationen og kan få snakket med deres barn. • Informer om mulighed for psykologisk krisehjælp til den/de tilskadekomne og andre, der har været direkte involveret i hændelsen • Tag stilling til, hvad der skal kommunikeres videre og orienter relevante interessenter.
Evaluerings	Det er udvalget/formandens ansvar at en hændelse, hvor en ambulance er tilkaldt, evalueres på førstkommande instruktørmøde/udvalgsmøde • Hvad skete der, hvornår og hvordan? • Hvordan reagerede de berørte personer? • Hvordan håndterede I praktiken ift. hændelsen, f.eks. tilkalde ambulancen, samarbejde med hjælpeinstruktør/anden person i hallen/forældre? • Hvad gik godt, og hvad gik mindre godt? Hvordan kan risikoen for gentagelse af hændelsen minimeres?	Det er udvalget/formandens ansvar at en hændelse, hvor en ambulance er tilkaldt, evalueres på førstkommande instruktørmøde/udvalgsmøde • Hvad skete der, hvornår og hvordan? • Hvordan reagerede de berørte personer? • Hvordan håndterede I praktiken ift. hændelsen, f.eks. tilkalde ambulancen, samarbejde med hjælpeinstruktør/anden person i hallen/forældre? • Hvad gik godt, og hvad gik mindre godt? Hvordan kan risikoen for gentagelse af hændelsen minimeres?

Placering af førstehjælpsudstyr, hjertestarter og telefonliste:

Her finder du	Førstehjælpskasse	Hjertestarter	Telefonliste
BPI Hallen	Førstehjælpskasse i redskabsrum Førstehjælpskasse i gymnastiksal i hallen	Udenfor ved indgangsdøren	Forældre/Pårørende: Conventus Udvalg: Conventus.

Telefonliste kontaktpersoner

Trine Maria: 51182433

Helle: 61541906

Stina: 28269663

Linda: 22946644

Trine: 28904153

Carina: 26442636

Kontaktpersoner på de enkelte hold

Forældre/barn: Stina

Ildfluer: Stina

Smølfer: Trine

TurboMix: Trine

MGP: Carina

MegaMix: Helle

Rytme 3.-6. kl.: Stina

Jumping Fitness og Fusion: Linda

CrossGym: Trine Maria

KondiKarle: Trine Maria

MaxQ: Helle og Linda

Idræt på stol: Carina

Step: Helle

Yin Yoga: Helle

Hygge Fitness: Linda

Fitness Boksning: Trine

Alarmcentral: 1- 1- 2

Skadestue: 70 11 07 07