



KRISHANDBOK

Viksjo Golfklubb, Viksjo Golf AB & Viksjo Golfrestaurang AB



DEN 19 JANUARI 2022

Krishandbok

Viksjo Golfklubb Viksjo Golf AB Viksjo Golfrestaurang AB

Den här krishandboken är ett viktigt stöd för ansvariga om en allvarlig händelse eller kris inträffar hos oss. Om någon anställd, gäst eller medlem blir allvarligt skadad eller vittne till något allvarligt som olycka eller dödsfall, är det viktigt att det finns en plan för vad vi ska göra, hur vi gör och vem vi kontaktar för att få stöd och hjälp.

Viktiga telefonnummer för hjälp och stöd i en akut eller svår situation

Kontakta alltid

Akutnummer	Receptionen	Tel: 08-580 313 00 eller
Klubbchefen	Magnus Österlund	Mobil: 070-858 42 40

Akuttelefonen är bemannad under receptionens öppettider, utanför dessa tider följ instruktionerna nedan.

Ring 112

SOS Alarm

Nödnummer vid fara för liv, egendom eller miljö när du behöver omedelbar hjälp från ambulans, räddningstjänst, polis, jourhavande präst eller giftinformation. Beskriv kortfattat och tydligt vad som har hänt, var, vem som behöver hjälp och varför samt vilket telefonnummer du ringer ifrån.

Är du först på plats, möt upp uttryckande blåljuspersonal vid behov. Är ni flera på plats? Utse en arbetsledare som ansvarar för:

- Vem/vilka som ska ta hand om eventuella skadade.
- Vem som möter upp blåljuspersonal.
- Vem som kontaktar klubbchefen, ordföranden eller reception.
- Vem som tar hand om övriga på plats och informerar om vad som hänt.

SMS:a 112

SOS Alarm för döv-, tal- eller hörselskadade

För detta måste mobilen vara förregistrerad på www.sosalarm.se.

Ring 1177

Sjukvårdsrådgivningen när det inte är livshotande

Ring 114 14

Polisens nummer vid icke akuta händelser

Ring 010-730 90 00

Operativt ansvarigt kontaktar snarast Arbetsmiljöverket vid arbetsplatsolycka eller Arbetsmiljöverkets jourtelefon 08-737 15 55

Sjukdomsfall, brand eller åska

Vid sjukdomsfall

Hjärtstartare

Vi på Viksjo GK har en hjärtstartare som finns inne i klubbhuset. En hjärtstartare är enkelt uttryckt en maskin som känner av hjärtverksamheten hos en människa och som om det är nödvändigt kan leverera en strömstöt mot hjärtat och på så sätt återställa den normala rytmen och få hjärtat att slå igen.

Hjärtstartare (även kallad defibrillator eller Automatisk Extern Defibrillator, AED) som finns tillgängliga i samhället är enkla att använda och kräver inga egentliga förkunskaper. De är i stort sett självinstruerande och hjälper och vägleder användaren genom de olika moment som ska ske, en del ger även instruktioner i hur hjärt- och lungräddning ska utföras korrekt. Det finns ett flertal olika hjärtstartarmodeller på marknaden men de har närmast samma funktioner och ser förhållandevis lika ut.

Vem som helst, oavsett ålder, utbildning eller tidigare erfarenhet kan använda en hjärtstartare för att försöka rädda livet på någon som drabbats av ett hjärtstopp. I praktiken är det omöjligt att använda apparaten fel. Hjärtstartaren ger tydliga röstinstruktioner på svenska som är lätta att följa.

Det är viktigt att känna till att skulle man försöka använda hjärtstartaren på en person som inte har drabbats av hjärtstopp så kommer den att protestera, den levererar bara ström om den känner av det elektriska kaos som är mottagligt för den behandlingen. Detta gör hjärtstartare till en säker och användarvänlig, potentiellt livräddande apparat.

Hjärt- & lungräddning – HLR

Vid ett hjärtstopp kan hjärtat inte längre pumpa blodet ut i kroppen. Med start av HLR, hjärt-lungräddning kan blodet pumpas manuellt. Kraftiga bröstkompressioner i högt tempo samt inblåsningar kan ge tillräcklig blodcirkulation tills professionell hjälp kommer. Ju tidigare HLR, bröstkompressioner och inblåsningar startas, desto större blir chansen att överleva vid ett hjärtstopp.

Innan du startar hjärt-lungräddning, HLR, måste du kontrollera medvetande och andning.

Kontroll av medvetande

Ta ett tag i axlarna, skaka försiktigt i personen och försök väcka henne/honom. Om personen inte vaknar ska du kontrollera andningen.

Kontroll av andning

Öppna luftvägen genom att lägga en hand på pannan, böj huvudet bakåt och lyft upp hakan med din andra hands pek- och långfinger. Lägg ditt öra nära personens näsa och mun, lyssna och känn efter andetag, se samtidigt på bröstkorgen om den höjer sig.

Om personen har onormal andning eller inte andas alls, eller om du är osäker så ska du bedöma det som att personen har drabbats av hjärtstopp, larma 112 och starta hjärt-lungräddning.

Så här gör du hjärt-& lungräddning - HLR

HLR görs genom bröstkompressioner (tryck på bröstkorgen) och inblåsningar.

Bröstkompressioner

Placera din ena handlov mitt på bröstbenet mellan bröstvårtorna, placera din andra hand ovanför den andra. Tryck ned bröstkorgen minst 5 cm (ej mer än 6 cm). Håll en takt av 100–120 tryck/min.

Tryck 30 gånger.

Inblåsningar

Öppna luftvägen: håll en hand på pannan, böj huvudet bakåt och lyft upp hakan med andra handens pek- och långfinger. Knip om personens näsa, placera din mun tätt runt den drabbades och blås in luft tills bröstkorgen höjer sig.

Gör 2 inblåsningar.

Fortsätt att göra 30 kompressioner och ge 2 inblåsningar, 30 kompressioner och 2 inblåsningar... tills hjälp anländer eller att personen andas med normala andetag.

Vid brand

Se till att gäster och medlemmar beger sig till återsamlingsplatsen som är stora parkeringen.

Aktiviteter:

- Rädda - kontrollera om det finns nödställda och rädda dem.
- Larma - ring 112.
- Släck – brandsläckare finns placerade runt om i klubbhuset, omklädningsrummen, bilgaraget, maskinhallarna samt bagbodarna.
- Utrym - följ skyltarna.
- Återsamling vid stora parkeringen.
- Avprickning – ansvarig är den som tar hand om övriga på plats och informerar om vad som hänt.

Vid åska

Vid åska är inte klubben ansvarig för spelare på banan. Vi ska dock agera omsorgsfullt och tydligt och avråda från spel. Vid tävling har tävlingsledare ett ansvar, men även då ligger ansvaret på spelaren.

Kommunikation

I en kris är kommunikation med olika målgrupper – både interna och externa (till exempel anställda, medlemmar, gäster och media) – en viktig del i hanteringen. Identifiera viktiga målgrupper och ta fram en enkel plan för kommunikationen.

- Vilka behöver informeras? Varför?
- Vem ansvarar för att informera?
- När? Var? Hur?
- Sammanfattning av läget – vad har hänt, vilka är drabbade, hur många, vad gör vi just nu.

Ansvarig för kommunikation med anställda, medlemmar och gäster

Magnus Österlund	Klubbchef	mobil 070-858 42 40	magnus@viksjogk.se
Åke Karlson,	Ordförande	mobil 070-591 12 91	ake.karlson@telia.com
Per Johansson	Idrottschef	mobil 070-255 60 78	per@viksjogk.se
Urban Nilsson	Banchef	mobil 070-582 65 10	banchef@viksjogk.se
Dan Rosenberg	Kökschef	mobil 072-543 56 62,	restaurang@viksjogk.se

Ansvarig för kommunikation med media

Magnus Österlund, Klubbchef

Uppföljning och efterarbete

Möte om vad som har hänt

- Samla styrelse, berörd personal och övriga berörda.
- Fastställ vad som säkert har hänt.
- Besluta om vad som ska göras, av vem och tid för uppföljning.
- För protokoll vid mötet.
- Starta journal över alla händelser och insatser.
- Utvärdera och följ kontinuerligt upp insatserna.
- Informera öppet, sakligt och tydligt.
- Sammanställ pressmeddelande samt information till medlemmarna vid behov.

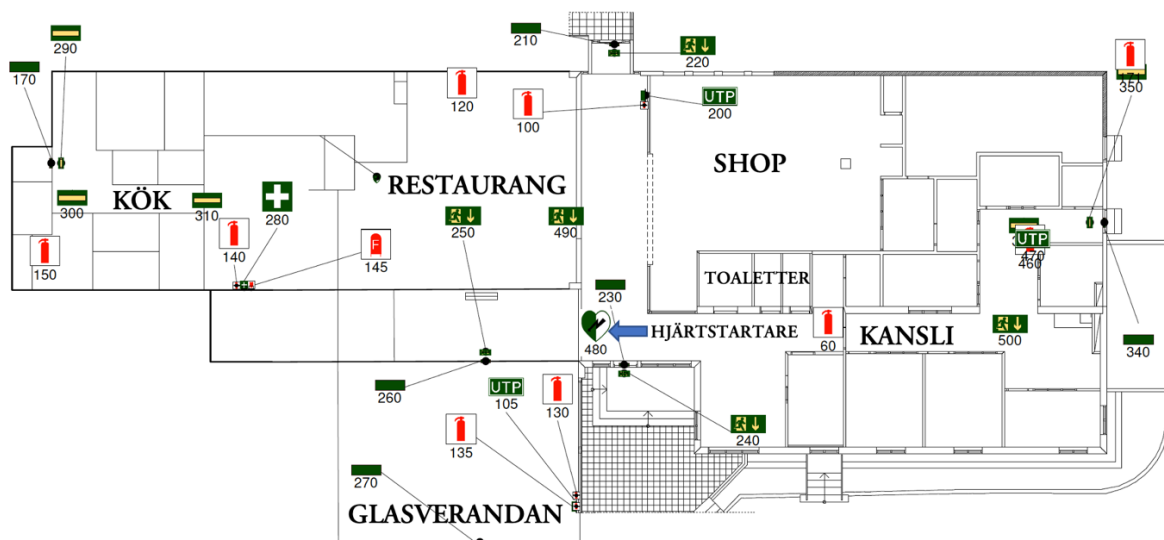
Insatser för anställda efter olycka eller dödsfall

- Om det bedöms lämpligt, ställ in verksamheten.
- Samla gruppen i lämpligt avskilt rum. Informera sakligt och uttömmande om vad som hänt.
- Diskutera behovet av psykiskt stöd eller självvård.
- Ge god tid för frågor och samtal. Ge alla som vill en möjlighet att komma till tals. Förvänta dig inte att alla ska reagera på samma sätt. Förbered deltagarna på att det är vanligt och normalt med reaktioner efteråt. Uppmana dem att berätta för sina nära vad som hänt så att de kan förstå eventuella efterreaktioner.
- Ordna dryck och förtäring.
- Kalla till återsamling direkt på morgonen dagen därpå vid behov.
- Vid olycka kontakta anhöriga, klubbledare och förbund.
- Vid dödsfall är det polis eller sjukvården som kontaktar närmast anhörig.
- Kontakta anhöriga när det är bekräftat att de har fått dödsbudet.

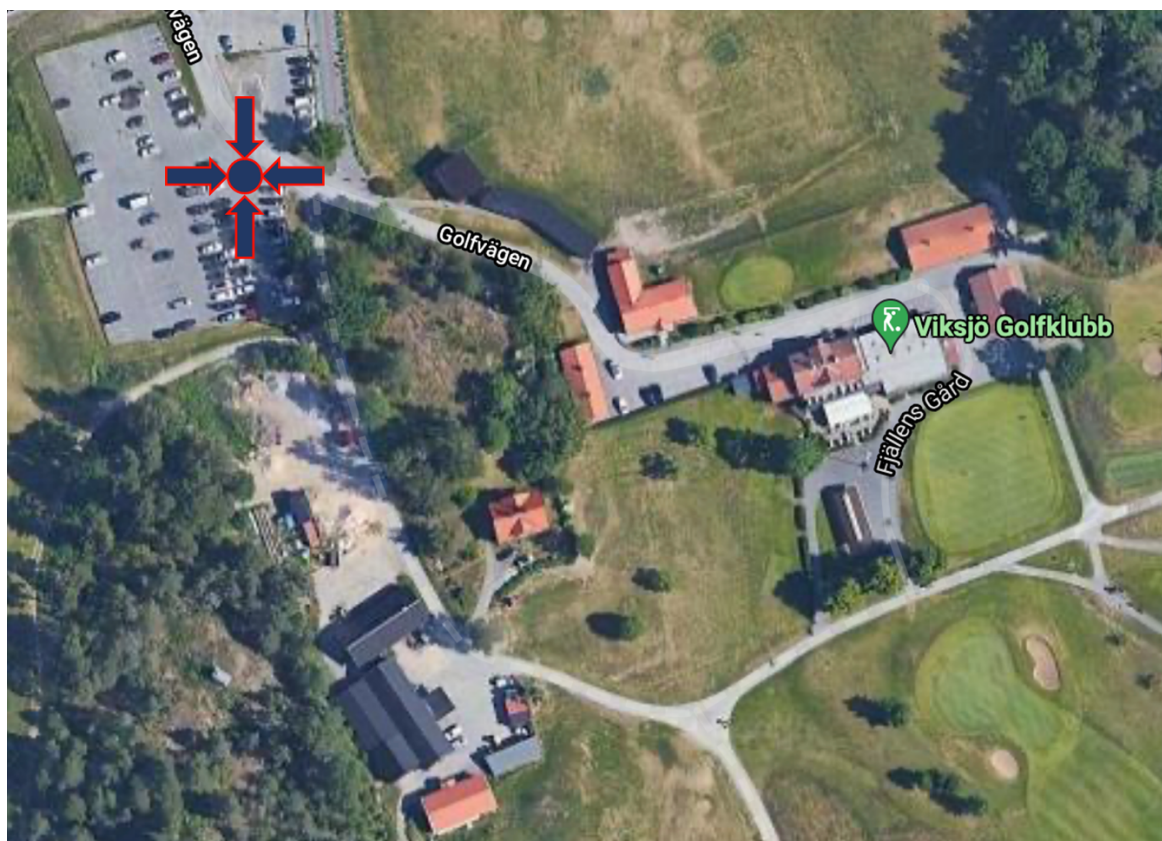
Prövning och förnyelse

Alla chefer med personalansvar ansvarar för att denna policy är känd och efterlevs inom det egna ansvarsområdet. Ett exemplar av planen ges till varje styrelseledamot, klubbchef/verkställande direktör, de anställda, kommittéordförandena och publiceras på klubbens hemsida.

Hjärtstartarens placering i klubbhuset entréväning



Återsamlingsplats



Version	Godkännande
2022-02-15	Krisplanen har fastställts vid sammanträde med Viksjö Golfklubb, Viksjö Golf AB samt Viksjö Golfrestaurang AB den 15 februari 2022 och revideras därefter vid behov.