

# BEREDSKAPSPLAN

## RUSTAD IL LANGRENNSGRUPPA

---

Ansvarlig: Leder, Rustad IL - Langrenn

Revisjon: 3

Revisjonsdato: 25. oktober 2019

---

### Viktige telefonnumre:

Medisinsk nødhjelp: 113

Politi: 112

Brannvesen: 110

### Beredskapsgruppens faste medlemmer

Langrennsgruppas leder: Barbro Tomter Dahlen Tlf. 41 69 20 50

Langrennsgruppas nestleder: Jørn Raastad Tlf. 92 63 30 60

Langrennsgruppas styremedlem: Jan Henrik Karlsen Tlf. 98 20 75 20

### Personer som også kan kontaktes:

Nestleder Rustad IL: Jarle Birkeli Tlf. 93 25 10 09

Adm. sjef Oslo Skikrets: Toril Vik Lindgren Tlf. 90 75 07 70

# BEREDSKAPSPLAN

## RUSTAD IL LANGRENNSGRUPPA

### 1. Formål

#### 1.1 Beredskapsplanen

Beredskapsplanen skal beskrive ansvarsforhold og tiltak ved krisesituasjon som oppstår ved arrangement, reise eller annet i tilknytning til Rustad IL Langrennsgruppa sin virksomhet, slik at gruppa settes i best mulig stand til å handle raskt og på riktig måte.

### 2. Definisjon av beredskapssituasjon

#### 2.1 En beredskapssituasjon er:

En uventet hendelse som resulterer i personskade eller større materielle skader. Personskade kan være fysisk og/eller psykisk.

#### 2.2 Krise/hendelse scenarier

#### 2.3 Følgende scenarier anses å være de mest aktuelle for Rustad IL Langrennsgruppa å håndtere.

**Ulykke/brann** i forbindelse med arrangement/reise med alvorlig skade eventuelt med døden til følge.

**Krise** – I tilfeller det er en større ulykke eller tilfeller der Politi blir innblandet

**Hendelse** – Der utøver/tillitsvalgt/trener blir skadet eller det er brudd på de etiske retningslinjene

### 3. Beredskapsgruppens oppgaver

- Innledende vurdering / Prioriteringer
- Etablering av beredskapsgruppen
- Kontakt med personell på hendelsesstedet
- Kontakt med pårørende
- Informasjon til langrennsgruppas medlemmer
- Kontakt med massemedier
- Tap av menneskeliv
- Bistand ved granskning / etterforskning
- Normalisering

# BEREDSKAPSPLAN

## RUSTAD IL LANGRENNSGRUPPA

### 3.1. Innledende vurdering

Ved melding om hendelse må flest mulig fakta innhentes, se sjekkliste under pkt 4.

Mottaker av meldingen kontakter øvrige medlemmer av beredskapsgruppen, og det avgjøres om gruppen skal tre sammen.

Prioritering når kriser / hendelser inntreffer:

- Redde og sikre menneskeliv
- Ivareta pårørende og de andre aktørene fra langrennsgruppa
- Sikre intern og ekstern informasjon
- Sikre materielle verdier

### 3.2. Etablering av beredskapsgruppen

Langrennsgruppa har nedsatt en beredskapsgruppe bestående av 3 personer.

Beredskapsgruppen skal alltid informeres når en krise/større hendelse inntreffer.

Beredskapsgruppen skal til enhver tid ha oversikt over situasjonen, vurdere alvorlighetsgrad, mulige konsekvenser og behovet for å iverksette ulike tiltak.

### 3.3. Kontakt med personell på hendelsesstedet

Skulle hendelsen være en ulykke som har inntruffet i forbindelse med reise, må kontakt med personell på stedet opprettes. Kontaktperson kan være eget medlem eller f.eks.

hjelpemannskap/politi slik at tilgang til verifiserbar informasjon sikres best mulig. Oversikt over deltakere og deres foresatte/pårørende framskaffes snarest.

### 3.4. Kontakt med pårørende

Ved personskader bør pårørende varsles av profesjonelt personell (helsepersonell).

Beredskapsgruppen bistår etter behov.

### 3.5. Informasjon til klubbens medlemmer.

Det må påses at medlemmer kun mottar verifiserbar informasjon. Langrennsgruppas hjemmesider bør benyttes.

### 3.6. Kontakt med massemedier

Det skal utøves varsomhet ved kontakt med journalister. Ved tvil om hvordan henvendelser skal håndteres, bør man henvise til offentlig hjelpeapparat.

### 3.7. Tap av menneskeliv

Dersom hendelsen fører til tap av menneskeliv gjelder følgende:

Det er i utgangspunktet POLITIETS ansvar å varsle pårørende.

Vurder å arrangere en minnestund f. eks. dagen etter ulykken

Overbring blomster eller annen form for hilsen til de pårørende, helst personlig ved representant for langrennsgruppas ledelse.

# BEREDSKAPSPLAN

## RUSTAD IL LANGRENNSGRUPPA

Langrennsgruppa bør være representert ved begravelse/bisettelse så sant slik deltakelse ikke er uønsket av pårørende.

### 3.8. Psykososial hjelpetjeneste

Den første tiden etter en alvorlig hendelse preges ofte av hjelpeløshet og handlingslammelse, både for de pårørende, tillitsvalgte og andre involverte som må håndtere en sak som til daglig ikke inngår i deres arbeid/livssituasjon.

Debrifingen bør gjennomføres og ledes av profesjonelle 1-2 døgn etter hendelsen. Dette skal være et samlingssted for pårørende og involverte. Debrifing er frivillig og åpner for samtale rundt de tanker og følelser som knytter seg til hendelsen. Langrennsgruppas administrasjon, kan i samarbeid med Politiet, bistå med å finne aktuelle aktører til å gjennomføre debrifingen. Profesjonelle aktører har den erfaring som en slik situasjon krever, samt et våkent blikk for hvem av de involverte som eventuelt trenger videre oppfølging. Det bør også gis informasjon om hvor det er hjelp å få, om det skulle være behov for videre oppfølging.

Det er viktig at langrennsgruppas ledelse er til stede for arrangør, deltakere, pårørende.

Vurder oppfølging av pårørende i tiden etter ulykken.

### 3.9. Bistand ved granskning / etterforskning

Langrennsgruppas ledelse skal opptre redelig og imøtekommende ved forespørsler om slik bistand.

### 3.10. Normalisering

Det er viktig at alle langrennsgruppas medlemmer, spesielt mindreårige, blir fulgt opp i tiden etter hendelsen. Det anbefales at langrennsgruppas ledelse utarbeider informasjon som distribueres gjennom hver enkelt treningsgruppe sitt støtteapparat. Langrennsgruppa bør i tillegg stille ressurser til disposisjon for grupper som anses å være spesielt sårbare.

# BEREDSKAPSPLAN

## RUSTAD IL LANGRENNSGRUPPA

### 4. SJEKKLISTE VED MOTTAK AV MELDING

Hvem ringer?	
Fra hvor?	
Hva har skjedd?	
Personskader?	
Politi/ Medisinsk nødhjelp/ Brannvesen varslet?	OM NØDVENDIG, SØRG FOR SLIK VARSLING

