



## **Rutiner vid olycksfall/akut sjukdom**

Besiktningen av utrustning och träningslokal för att förhindra olycksfall skall göras två gånger per år; före säsongstart och efter säsongsslut.

För träningshallen är Chefstränaren ansvarig.

Som nödtelefon används mobiltelefoner.

Skadeanmälan skall ske via vår hemsida, <https://www.boraskarateklubb.se/skadeanmalan/>.

Vid brister som vi ej råder över eller har rättighet att rätta till själva skall ett påpekande omedelbart göras till ansvariga inom Borås Stad.

### **Krishantering**

Föreningens styrelse är också föreningens krisgrupp. Om något händer i föreningen som föranleder krishantering i någon form skall **Ordförande** i styrelsen omedelbart underrättas och krisgruppen skall utan dröjsmål sammankallas.

Föreningens krisgrupp bedömer från fall till fall huruvida situationen skall hanteras inom föreningen eller om extern hjälp behöver kopplas in. Extern hjälp kan vara experthjälp av olika slag, Borås Stads Krisstöd vid allvarlig händelse eller liknande. All kommunikation utåt skall i dessa fall skötas av utsedd person inom krisgruppen.

### **Om olyckan är framme**

Om en olycka händer eller om någon insjuknar akut under träning eller tävling skall föreningens ledare veta hur man går tillväga.

Basutbildning/repetitionsutbildning i hjärt- och lungräddning skall erbjudas alla ledare.

En plan för krishantering och riktlinjer för vem som skall kontaktas vid olika händelser ska finnas tillgänglig.

---

**Adress:**

Borås Karateklubb  
Kansli: Mollag, 34, 50745 Borås  
Träning: C2-Hall i Boråshallen

**Kontakt:**

Email: [info@boraskarateklubb.se](mailto:info@boraskarateklubb.se)



### ***Omhändertagande vid olycksfall eller akut sjukdom***

- Lämna aldrig den skadade ensam
- Tillkalla annan vuxen för hjälp
- Tillkalla ambulans om det behövs, tel 112
- Se till att någon möter ambulansen
- Underrätta förälder/anhörig
- Vid osäkerhet ang skada/omhändertagande ring sjukvårdsupplysningen, tel 1177
- Trösta, finnas tillhands och hämta gärna en filt till den skadade

### ***Hjärt- och lungräddning***

Målet är att alla ledare och minst en ledare i varje träningsgrupp skall ha genomgått HLR utbildning.

- Föreningen ansvarar för att basutbildning/repetitionsutbildning genomförs

### ***Material***

- En grundutrustad förbandsväska finns i förrådet som är i anslutning till dojon.
- Den sjukvårdsansvariga i föreningen ansvarar för väskan och dess innehåll.
- Saknas något material kontaktas den sjukvårdsansvariga.

### ***Viktigt att tänka på/föräldraansvar***

- Det är viktigt att barn/ungdomar som använder medicin alltid har dessa med på träning och tävling. I dessa fall måste föräldrarna noga instruera de ansvariga ledarna så de vet vad som gäller och hur de ska administreras.
- Träna aldrig vid halsont, infektion eller allmän sjukdomskänsla.

### ***Ansvarig***

Andreas Safko  
Ledamot  
Borås karateklubb  
Tfn: 0708-52 72 70

---

**Adress:**

Borås Karateklubb  
Kansli: Mollag, 34, 50745 Borås  
Träning: C2-Hall i Boråshallen

**Kontakt:**

Email: [info@boraskarateklubb.se](mailto:info@boraskarateklubb.se)