



Beredskapsplan Bergstadcupen

Bergstadcupen samler mange barn, unge og voksne til fotballfest og moro, men i idrett kan skader og uhell ramme både deltakere og publikum! Når så mange mennesker er samlet på ett sted kan det også oppstå uønskede situasjoner som brann og andre alvorlige hendelser. Rask og riktig respons og behandling er derfor viktig, både for å begrense skaden, men også for å sikre kortest mulig responstid for nødetatene.

Herunder finner dere en beredskapsplan med oversikt over de viktigste telefonnumrene, til hvem og hvor dere kan henvende dere ved behov og hvem som er sikkerhetsansvarlig på cupen. Det er viktig at alle leser denne og gjør seg kjent med innholdet, slik at vi sammen kan finne gode løsninger raskt ved behov!

Formålet med planen er

- Å sikre hensiktsmessig og rask reaksjon ved ulykker og andre uønskede hendelser.
- Om mulig være med på å redusere omfanget av skadevirkninger.
- Underlette for nødetatene.
- Gi deltakere, pårørende og frivillige i Bergstadcupen nødvendig informasjon og omsorg.
- Lage en så sikker fotballcup som mulig for alle deltakere.

LAGLEDERS ansvar er

- Sette seg inn i rutinene for brann på overnattingstedet, gjøre seg kjent med hvor nødutganger og slukkeutstyr finnes, samarbeide med brannvakt på lokasjonene som har dette. Ved hendelser som krever dette: raskt skaffe oversikt over og vurdere situasjonen. Begrense omfang (f.eks. iverksette evakuering og hvis nødvendig og varsle 110).
- Ved skader: Ved akutt alvorlig situasjon ring 113 for medisinsk hjelp. Ved annen skade/sykdom kan Røros Røde Kors kontaktes på vakttelefon 99516080 eller ved oppsatt Røde Korsstasjon på Øra. Røde

Viktige telefonnummer

Medisinsk nødhjelp:	113
Politi :	112
Brann:	110
Legevakt:	116 117

Dersom du har behov for hjelp i forbindelse med skade eller sykdom kan du ringe Røde Kors Røros på telefon: 99 51 60 80 eller ta kontakt med førstehjelpspersonellet ved oppsatt førstehjelpsplass.

Akutt skade/sykdom meldes 113 med en gang!

Merk: Du må ringe legevakten før du reiser dit. Du vil da få et oppmøtetidspunkt ut fra hvor alvorlig henvendelsen er.

Beredskapsgruppe:

Cupleder og sikkerhetsansvarlig: Freyja Siv Berger
Mobil: 40173597

Sekreteriat: Kristin Fredheim
Mobil: 94799313

Kors koordinerer med legevakt/ ambulanse ved behov. (Hjertestarter finnes på Rødekorsstasjonen og i hovedkiosk på Øra, det er også hjertestartere i verket.)

- Varsle Sikkerhetsansvarlig for Bergstadcupen, hvis du er i tvil – varsle heller en gang for mye enn en gang for lite!
- Lagleder skal jobbe sammen med Sikkerhetsansvarlig for å løse situasjonen på best mulig måte.
- Ved andre alvorlige uønskede hendelser varsles politiet, ring 112.
- Ved alvorlige hendelser som krever evakuering fra Øra eller overnatting sted, er oppmøteplass Verket, hver lagleder/trener sørger for å samle sitt lag så nødetatene raskt kan få oversikt. Nødetatene vil ha tilgang til navnelister pr lag når de ankommer verket.

Førstehjelp

Røros Røde kors har førstehjelpsansvaret på Bergstadcupen og hjelper oss under hele helgen. Førstehjelpspersonell vil være til stede 15 minutter før første kamp sparkes i gang, og forlater Øra stadion når siste spiller har forlatt arenaen for kvelden.

I tillegg til oppsatt førstehjelpsplass vil tilsatt førstehjelpspersonell patruljere rundt på arenaen til enhver tid. Ved skade eller annen lidelse utfører Røde Kors akutt skadebehandling på rødekorsstasjonen. Hjertestarter finnes på Rødekorsstasjonen og i hovedkiosk på Øra. Det er også hjertestartere i tilknytting til matserveringen i verket.

Typiske skader på fotballcup er:

- Overtråkk
- Lårhøner
- Støtskader
- Brudd
- Blødninger
- Kneskader
- Strekkskader
- Forstuelser
- Hjernerystelser

Røde kors koordinerer med legevakt og ambulanse ved behov. Akutt alvorlig sykdom eller skade skal ALLTID meldes 113 først!

Ved rask og riktig behandling av eksempelvis overtråkk eller lårhøne, kan spilleren i de fleste tilfeller spille allerede neste kamp. Dersom slike skader får «sette seg», kan det ta mye lengre tid før spilleren er spilleklar igjen. Legg lista lavt i forhold til å ta kontakt med førstehjelpspersonellet, de er der for å hjelpe!

Andre viktige instanser:

Ved akutte hendelser eller alvorlige hendelser varsles nødetaten som i sin tur bedømmer hvilke etater som er nødvendig å sende.

POLITI: Politiet varsles i samråd med Beredskapsgruppen eller direkte ved alvorlige uønskede hendelser.

Idrettens skadetelefon (IST): telefon 987 02 033 for bistand dersom uhell eller skade skjer.

Spiller registrerer skademelding på www.idrettshelse.no: Forsikringsselskapet vurderer forsikringsdekning

Idrettens skadetelefon (IST) tar kontakt med spiller uavhengig om det er dekning i forsikringen. Idrettens skadetelefon (IST) bestiller all utredning og behandling i et kvalitetssikret behandlingsnettverk. Idrettens skadetelefon (IST) følger opp spiller til etter gjennomført behandling.

La oss jobbe sammen for en skadefri og trygg fotballcup!