

2023-06-18

Uppsala

Policydokument gällande verksamhet anordnad av Uppsala Paddlarklubb

Vid klubbturen, dvs. en schemalagd tur med en turansvarig. Den ansvariga behöver inte vara ledare vid paddlingen.

Säkerhet vid forsen

- Goda förberedelser och ett gott omdöme är en självklarhet.
- Vidta nödvändiga åtgärder för att kunna tillkalla hjälp och sjuktransport
- Se till att deltagarna har lämplig utrustning och klädsel
- Införskaffa aktuell information om forssträckan. När vattenståndet ändras så ändras svårigheterna, valsar och fall förändras, träd faller ner över älven, svårighetsgraderingen kan vara gjord vid ett annat vattenstånd än det dagsaktuella.
- Om du är osäker så reka forsen.
- Om du inte kan tänka dig att simma nerför forsen skall du nog inte paddla den.
- Tillsä tillämplig räddningsutrustning medtas t.ex. kastlinor, visselpipor, mm.
- Alla som har kastlina skall bära kniv.

Ledare för klubbturen

- Ledare för klubbturen skall ha tillräckligt med erfarenhet för att på ett säkert sätt kunna leda och instruera på aktuellt vattendrag.
- Beskrivning av turens svårighetsgrad bör göras så att deltagarna kan göra en bedömning om det är en tur som passar dem.
- Meddela alla paddlare om svårigheter i forsen, partier som behöver bäras förbi etc.
- Meddela om den mindre erfarne paddlaren skall paddla överhuvudtaget.
- Håll koll på hur många deltagare som är med.
- Ta reda på innan turen om någon av deltagarna har någon allmänsjukdom t.ex. diabetes, epilepsi så kan man lättare hjälpa denne ifall något händer.
- Tänk på att i förväg bestämma vem som är huvudansvarig för turen, detta gäller även vid sk. spontanturer.

Vid nybörjarkurs

Instruktörer

- Instruktörerna skall vara erfarna paddlare.
- En av instruktörerna är kursansvarig och också ansvarig för att säkerheten efterföljs.
- En instruktör per 3-4 kursdeltagare. Alltid minst två instruktörer.
- Minst hälften av instruktörerna skall ha kunskaper som motsvarar HLR och KRT

Teori och säkerhetsutrustning

Vid teorigenomgång kan det vara lämpligt att ha någon form av checklista så att man kan pricka av efterhand, det säkerställer att man får med allt man skall förmedla.

- Håll en teoretisk genomgång om farorna vid forspaddling. Visa skisser etc.
- Teoretisk genomgång om hur man simmar i fors.
- Visa säkerhetsutrustning, kastlina, kniv, visselpipa, tecken.
- Instruktörerna kollar varandras samt kursdeltagarnas personliga säkerhetsutrustning, hjälmar, flytvästar och våt/torrdräkt.
- Upprätta ett sjuktransportfordon för att användning om ambulansen dröjer.
- Vidta nödvändiga åtgärder för att kunna tillkalla hjälp och sjuktransport.
- Se till att det finns mobiltelefon och undersök om det i området finns täckning.
- Gå igenom med instruktörerna var bilnycklar och telefon finns.
- Pressa inte deltagarna så att det gör något de inte vill.
- Säg ifrån om deltagarna vill göra något som är olämpligt.

Svensexa/möhippa i kvarnfallet.

Här krävs lika hög kompetens som vid nybörjarkurser. Man bör tänka på att det är totala nybörjare man tar ner för fallet. Även om Kvarnfallet ligger mitt i civilisationen kan en räddning bli ganska komplicerad. Att vända upp en person som fastnat i kanoten, eventuella svårigheter att komma upp vid Nybron vid högt vattenstånd kan ge en ganska lång simtur.

Säkerhetspaddlare

- Tre stycken säkerhetspaddlare, varav en utsedd som chef
- Sök igenom forsen om det finns hinder, cyklar etc.
- Ledarna skall bedöma om personen är lämplig att paddla nerför fallet

Svensexa/möhippa-deltagaren.

- Deltagaren måste vara nykter.
- Deltagaren måste ha korrekt utrustning. hjälm, flytväst och våtdräkt.
- Informera deltagaren om att det är ett visst riskmoment.
- Öva wet-exit med deltagaren.
- Tillse att telefon finns lättillgänglig.

Checklista vid nödsituation i anslutning till forspaddling

Om olycka händer med paddlare.

- Se först till att få en överblick över situationen så att din egen säkerhet (ditt liv) eller andras säkerhet inte riskeras genom förhastade åtgärder vid räddningen.
- Lokalisering av den nödställde/nödställda
- Åtkomst till den nödställde/nödställda

- Stabilisering av situationen (t.ex. första hjälpen)
- Transport ut från riskområdet
- En (1) person, lämpligen den turansvarige fördelar uppgifter så att arbetet blir effektivt och säkert. Om det är den turansvarige som är offret så tar någon annan över enligt på förhand uppgjord rangordning.
- Kontakta larmtjänst
- Sök om möjligt reda på id-handlingar till den skadade och ge till ambulanspersonalen.
- Kontakta ordföranden i UPK och ge en utförlig beskrivning om vad som hänt.

Att tänka på för ordföranden vid en olycka och kontakt med pressen.

- Låt pressansvarig på Kanotförbundet sköta alla presskontakter.
- Spekulera inte, meddela endast verifierade fakta.
- Man skall inte uppge namn på inblandade annat än till polis och ambulans/räddningstjänst.