



## PROTOCOL ONGEVALLEN EN GEVAARLIJKE SITUATIES

Ongevallen... een risico?

De sportbranche bruist van activiteiten: trainingen, wedstrijden en evenementen. Dan kan er wel eens wat gebeuren met een sporter, een vrijwilliger of iemand uit het publiek.

Een ongeval is niet altijd te voorkomen.

Aandacht voor preventie loont om de kans op een ongeval te verkleinen. Ook is het belangrijk om goed voorbereid te zijn, voor als er toch iets gebeurt. Zo draag je er als sportvereniging aan bij dat betrokkenen weten hoe ze moeten handelen bij een ongeval en daarmee de gevolgen van het ongeval tot een minimum beperken. Daarom heeft het bestuur van Athlos onder meer voor de ongevallen preventie een arbo-coördinator aangesteld.

Welke soorten ongevallen?

Tijdens sportieve activiteiten kan er van alles voorvallen. Denk aan een ongeval met een sporter. Dit kan een eenzijdige blessure zijn die de sporter oploopt. Of een blessure door contact met andere sporters. Zo kan het ongeval optreden ten gevolge van ondeugdelijk materiaal. Bijvoorbeeld een polsstok die breekt terwijl een atleet bezig is met een oefening. Ook kan er sprake zijn van een ongeval dat ontstaat ten gevolge van omgevingsfactoren; bij deelname aan het verkeer tijdens een looptraining. Of door plotseling opkomend onweer tijdens een bosloop. Behalve de sporter kunnen ook vrijwilligers zoals trainers of begeleiders bij een ongeval betrokken raken. Ook kunnen persoonlijke ongevallen ontstaan door bijvoorbeeld brand of een andere calamiteit in/op de sportaccommodatie. Bij wedstrijden en evenementen kunnen ook de bezoekers te maken krijgen met een ongeval.

Wat kun je doen om ongevallen te voorkomen?

Met goede afspraken kun je veel doen om ongevallen te voorkomen. Het is voor betrokkenen van belang dat zij goed voorbereid zijn en adequaat weten te handelen als ze te maken krijgen met een ongeval.

Onveilige situaties dienen daarom altijd, al dan niet schriftelijk, gemeld worden bij de arbo-coördinator.

Goede afspraken

De vereniging is verplicht toe te zien op de veiligheid binnen haar organisatie. De vereniging zal toezien dat het onderhoud aan de sportaccommodatie op goede wijze wordt uitgevoerd en dat de activiteiten kunnen plaatsvinden op een goedgekeurde sportaccommodatie. De vereniging zorgt dat het onderhoud aan het sportmateriaal zo wordt uitgevoerd dat redelijkerwijs mag worden aangenomen dat door het gebruik van de beschikbaar gestelde materialen geen schade wordt geleden.

De trainer heeft (vaak) een belangrijke rol als het gaat om het voorkomen van sportongevallen en blessures. Denk aan het geven van aandacht aan de juiste techniek en het hanteren van een goede trainingsopbouw. Als er een ongeval plaatsvindt is er vrijwel altijd een trainer in de buurt. Cruciaal dus om de trainers bij de preventie van ongevallen te betrekken. Trainers moeten bij activiteiten zeker hebben gesteld dat in geval van nood hulpdiensten kunnen worden gealarmeerd. Bij trainersvergaderingen dient het onderwerp "veiligheid" altijd op de agenda te staan. Geregeld zal er een bijeenkomst EHB(S)O voor trainers worden georganiseerd.

Vrijwilligers die betrokken zijn bij evenementen en wedstrijden zullen vooraf door de betreffende (verenigings-) organisator worden geïnformeerd over het veiligheidsaspect.

EHB(S)O.

Een verbanddoos met inhoud is aanwezig in het clubhuis (achter de bar) en in het zogenaamde krachthok. In het portaal van het clubhuis is een Automatische Externe Defibrillator (AED) aanwezig. De arbo-coördinator zorgt voor noodzakelijke aanschaf en/of vervanging van het materiaal. Bij evenementen en/of wedstrijden zorgt de betreffende (verenigings-)organisatie dat personeel van het Rode Kruis aanwezig is.

En als er toch iets gebeurt...

Belangrijke regels bij Eerste Hulp:

- Let op gevaar (persoonlijke veiligheid en dat van anderen)
- Ga na wat er is gebeurd en *daarna* wat iemand mankeert
- Stel het slachtoffer gerust en zorg voor beschutting
- Zorg voor (professionele) hulpverlening (zie bij alarmeren 112)
- Help het slachtoffer op de plaats waar hij/zij is

Alarmeren 112

- Meld je aan met je eigen naam
- Welke hulpdienst (volgens jou) nodig is
- Wat er is gebeurd
- Waar het is gebeurd (markeer de plaats van het ongeval en zorg voor opvang/begeleiding van de hulpdienst)
- Hoeveel slachtoffers er zijn
- Wat de slachtoffers (volgens jou) markeren

Vervolg acties:

- Zorg dat de relatie (ouders/partner) worden ingelicht over het voorval.
- Zorg voor de persoonlijke spullen van het slachtoffer.
- Zorg dat de arbo-coördinator wordt geïnformeerd.
- Koppel het voorval terug met de groep.
- Vul het formulier melding van ongeval in en lever dit in bij de arbo-coördinator.
- Meld en bespreek het voorval in de eerstkomende trainersvergadering.

Formulier melden van ongeval  
AV ATHLOS

DATUM	
REGISTRATIENR. (in te vullen door arbo-coördinator)	

SLACHTOFFER	
CATEGORIE	ATLEET / TRAINER / VRIJWILLIGER / BEZOEKER*
TRAINER en TRAININGSGROEP/EVENEMENT	
DATUM EN TIJD VAN HET ONGEVAL	
OORZAAK VAN HET ONGEVAL	
OMSTANDIGHEDEN TIJDENS HET ONGEVAL	
SOORT LETSEL	
HULPDIENT(EN) GEWAARSCHUWD	JA / NEE*
SLACHTOFFER AFGEVOERD NAAR/PER:	
EHB(S)O TOEGEPAST	JA / NEE*
SLACHTOFFER HEEFT ZELF RELATIE GEÏNFORMEERD	JA / NEE*
RELATIE IS GEÏNFORMEERD DOOR	
ARBO-COÖRDINATOR IS GEÏNFORMEERD	JA / NEE**
Naderhand in te vullen	
TOEGEPASTE NAZORG	
ONGEVAL BESPROKEN TIJDENS DE TRAINERSVERGADERING VAN (datum)	

\* doorhalen wat niet van toepassing is

\*\*direct informeren van de arbo- coördinator is alleen noodzakelijk bij ernstige ongevallen.