

# Veiligheidsplan ATV Scorpio versie 3 febr 2016



Dit plan omvat aanwijzingen welke de veiligheid tijdens trainingen ,wedstrijden en andere Scorpio activiteiten moeten bevorderen. Het geeft tevens aanwijzingen voor calamiteiten in de gebouwen. Voor de leesbaarheid van dit veiligheidsplan is gekozen om personen aan te duiden als zijnde mannelijk.

## 1.Definities

### Calamiteiten

Waar wekelijks bij Scorpio honderden atleten actief zijn, kunnen calamiteiten niet worden uitgesloten. Van calamiteiten kan worden gesproken in situaties waarbij hulp van buitenaf zoals medische hulp, ambulancevervoer en/of politieassistentie noodzakelijk is.

De graad van calamiteit kan variëren van minder urgent bv. Been(arm)fractuur tot hoogste urgentie zoals bij een hartstilstand, waarbij elke seconde telt.

Calamiteiten kunnen zich voordoen bij wedstrijden, trainingen en overige activiteiten.

Onder Scorpio wedstrijden verstaan wij alle baanwedstrijden, Rondje Vrachelen, Trimlopen, Trailoop, Scorpiocross en Wandeltochten /NW tochten, Oliebollenloop, Snerttocht wandelen. Hiervoor gelden eveneens de maatregelen die hieronder genoemd worden voor activiteiten buiten of op de baan.

Onder "Scorpio trainingen verstaan wij enkel en alleen de trainingen zoals die genoemd zijn in ons clubblad evenals : jeugdkampen, trainingen op andere locaties, zaal trainingen elders, bijscholingen, regiotrainingen carnavalsvieringen ,disco zwemmen.etc. Alles onder leiding van een bevoegde trainer/ leidinggevende.

Alle andere activiteiten van Scorpiotrainers of groepjes vallen NIET onder het begrip Scorpiotraining. Scorpio accepteert geen enkele aansprakelijkheid voor dit soort activiteiten, ook al vertrekken zij vanaf het Scorpioterrein en staan zij onder leiding van een Scorpio-trainer.

Het kan mogelijk zijn (bv door weersomstandigheden) dat een training vroeger of later begint dan aangegeven in het clubblad. Ook dan blijven de bepalingen in dit stuk van kracht.

Buiten deze tijden (officiële trainingsuren) kan er alleen op de baan en het middenterrein getraind worden met toestemming van de trainers-coördinator.

Dit stuk is niet bedoeld om aan te geven of er wel/geen dekking is van een verzekering ,maar is uitsluitend gericht op het komen tot een efficiënte hulpverlening bij ongevallen.

## **2. Hulpverlening in het buitengebied**

In het onderstaande beschrijven wij de meest complexe situatie. Dat is die waarbij een groep in het bos of het buitengebied is. Bij een training op onze accommodatie zijn een aantal van de hieronder beschreven situatie minder relevant, omdat een telefoon, een verbandkist en een AED aanwezig zijn. Dit zal op andere accommodaties veelal ook het geval zijn.

De eerste verantwoordelijke in de groep is **de trainer**.

De Scorpio trainer die de accommodatie verlaat heeft altijd bij zich:

-mobiele telefoon met EHBO app

-EHBO set

-en heeft de laatste 12 mndn deelgenomen aan een Reanimatie/AED cursus.

Het is van groot belang dat de trainer ook weet wie er in de groep een geldig E.H.B.O. –diploma en/of reanimatiecertificaat heeft. Het is wenselijk om hiervan per groep een overzicht te maken. Iedere trainer levert zijn overzicht in bij de trainer coördinator. Deze ziet toe op de actualiteit van het overzicht.

Wanneer in een groep medische deskundigheid aanwezig is, dan neemt deze de verantwoording van het praktische deel van de hulpverlening van de trainer over.

### **Hartproblemen bij een training in het buitengebied.**

In geval van een acute hartstilstand moet direct met reanimatie worden begonnen en is direct alarmeren nodig.

Gezien de relatief lange tijd die er kan verstrijken tussen het begin van de calamiteit en het moment waarop de ambulance op de plaats van de calamiteit kan arriveren, is het belangrijk dat, indien mogelijk, meerdere helpers elkaar regelmatig aflossen.

Proefondervindelijk is bewezen dat de kwaliteit van de hartmassage na 2 minuten sterk afneemt, dus houdt aan om de 2 minuten afwisselen

Vindt de acute hartstilstand plaats in de buurt van de accommodatie van Scorpio, dan is het zaak om zo snel mogelijk de AED uit de kantine te laten halen.

### **Melden en wachten op hulpdiensten**

Tegelijk met het opstarten van de hulpverlening moet het voorval worden gemeld.

De snelste manier van melden is gebruik te maken van de (mobiele) telefoon.

\* Vindt de calamiteit plaats op de accommodatie van Scorpio, dan kan er gebruik worden gemaakt van de telefoon in de kantine. De toegang naar het terrein van Scorpio dient in dit geval zo snel mogelijk vrij gemaakt te worden.

\* Buiten de accommodatie is een mobiele telefoon de snelste manier van melden. Daarom heeft de trainer bij het verlaten van de accommodatie altijd een goed werkende mobiele telefoon bij zich. Dit geldt ook voor jeugdtrainers die met een groep naar buiten gaan. De jeugdtrainer heeft minimaal een telefoon bij de hand. De trainer is verplicht een EHBO app op de telefoon te installeren waarin oa.de coördinaten staan waar hij zich bevind, de alarmnummers en aanwijzingen WAT te doen en waar de dichtstbijzijnde AED zich bevind.

Het verdient aanbeveling om meerdere mensen van de groep te vragen om een mobiele telefoon bij zich te hebben. Een mobiele melding naar het alarmnummer komt binnen op de alarmcentrale in Driebergen. Bij een 112 -melding met een calamiteit in de openbare ruimte, wordt meestal ook de politie meegestuurd en deze is tegenwoordig ook uitgerust met een AED

Indien , ondanks alle aanwijzingen ,er toch geen mobiele telefoon beschikbaar is, gaan twee personen van de groep zo snel mogelijk naar de dichtstbijzijnde gelegenheid waar telefoon aanwezig is. In het bos kunnen we daarbij denken aan woonhuizen langs de rand van het bos, Lievenshove, Brasserie Wood( Brabants Bontje), Vlindervallei.

\* In de kantine is een lijst van (jeugd) trainers met mobiele telefoons aanwezig, zodat de kantinemedewerker ook contact op kan nemen met de trainer. Deze lijst is ook bruikbaar als een lid van de loopgroep opgeroepen moet worden

\* Het is van het allergrootste belang om de plaatsvermelding zeer nauwkeurig door te geven. Dus bijvoorbeeld niet alleen als plaats "bos" noemen, maar "bos bij Vrachelen in Oosterhout in Noord-Brabant".

\* Belangrijk is de aard van de calamiteit te noemen. Bij een hartstilstand zullen er namelijk altijd twee hulpverleningsvoertuigen komen.

\* Geef ook een mogelijke ingang voor de ambulance in het bos aan bv.

- ingang bij Bergsebaan (voormalige huis van de boswachter)
- ingang bij Lage Molenpolderweg (Lievenshove)
- ingang Bredaseweg 140 nabij Jutz(Lievenshove)
- ingang bij Lage Molenpolderweg (Brasserie Woods(Brabants Bontje)
- ingang bij Bredaseweg (Waterleidingsmij Noord West Brabant NV Oude Bredasebaan 10)
- ingang bij Lage Molenpolderweg (Lievenshoven)
- ingang bij Pannenhuisstraat, hoek Bergsebaan (put van Caron)
- ingang bij Schiedams Schoolbuitenhuis, Vrachelseheide 15(0162-423730)

\* Twee personen wachten de ambulance op bij de toegang van de accommodatie of het bos. De andere leden van de groep vormen met tweetallen een keten voor de verdere begeleiding van de ambulance naar de plaats van de calamiteit.

\* Als er meerdere mogelijkheden voor de ambulance zijn, dan dienen ook daar twee personen post te vatten om samen met de andere groepsleden een ketting te vormen.

\* In de ambulance en/of politieauto is geen sleutel van een afzetboom aanwezig, zodat alleen maar brede toegangswegen gebruikt kunnen worden. De ambulance is niet verantwoordelijk voor het verschaffen van toegang tot een terrein. De verantwoordelijkheid ligt in deze bij de eigenaren van het terrein. In geval van de Vrachelse Heide is dat het Ministerie van Defensie. Op de hierbij gevoegde plattegrond zijn wat betreft het bos de belangrijkste toegangswegen aangegeven.

\* Bij minder ernstige calamiteiten, waarbij geen ambulancevervoer nodig is, kan het clubhuis gebeld worden om te vragen of er voor hulpverlening iemand met een auto naar de plaats van de calamiteit kan komen om de geblesseerde op te halen. Het telefoonnummer van het clubhuis is 0162-460019. De trainer en de leden van de groep, die een mobiele telefoon bij zich hebben, dienen dit nummer vooraf in de bellijst te programmeren.

### **Contactpersonen en trainers**

De trainer waarschuwt de trainerscoördinator, die zorgt voor informatie aan het bestuur van Scorpio. Voor zover nodig zorgt de trainer voor de auto/fiets van het slachtoffer.

Bij ongevallen zal de trainer het "Ongevallen melding formulier" zo spoedig mogelijk invullen en bij het bestuur inleveren

### **Begeleiding naar het ziekenhuis**

Wanneer het slachtoffer naar het ziekenhuis moet worden vervoerd, gaat één van de helpers als begeleider mee. Voor het vertrek naar het ziekenhuis spreken de achtergebleven helpers met de begeleider af of hij in het ziekenhuis moet worden opgehaald, er voor zijn auto gezorgd moet worden en of er thuis iemand gewaarschuwd moet worden dat hij later thuis komt. Dit om onnodige onrust te voorkomen. Vraag altijd even voor vertrek naar welk ziekenhuis de patiënt wordt vervoerd (meestal is dit het Amphia Molengracht in Breda) maar ook de patiënt zelf heeft hierin keuze.

De begeleider blijft in het ziekenhuis zolang de aanwezigheid daar gewenst is, in ieder geval totdat familieleden van het slachtoffer zijn gearriveerd. Indien de familieleden dit wensen, kan er een gesprek plaats vinden tussen de familieleden en de begeleider.

Een jeugdtrainer zal indien mogelijk zijn assistent mee sturen met de ambulance. De jeugdtrainer blijft te allen tijde bij de rest van zijn groep en keert terug naar de baan.

### **Opvang familieleden van het slachtoffer**

Wanneer familieleden van het slachtoffer door de politie moeten worden gewaarschuwd, gaat iemand van Scorpio mee. Bij voorkeur iemand die de familie kent. Indien nodig vergezelt hij de familie naar het ziekenhuis.

### **Opvang hulpverleners**

Helpers moeten zeker bij een calamiteit met fatale afloop worden opgevangen. De politie zal daarom de aanbeveling doen om contact op te nemen met slachtoffer hulp telefoon 076-5282207 of 076 5282203.

### **3. Veiligheid op onze accommodatie**

Voor de veiligheid op onze atletiekaccommodatie hebben hanteren wij zgn baanregels. Alle trainers worden geacht de baanregels goed te kennen. Zij informeren periodiek de deelnemers van hun groep over deze regels en zien toe op de handhaving.

#### **Baanregels versie januari 2016**

##### **Algemeen**

1. De baan en het middenterrein is voor trainers en groepen beschikbaar tijdens de officiële trainingsuren. Een atleet die buiten de eigen groep op de baan traint ( na overleg met de trainer coördinator) mag de training van de aanwezige groepen tijdens hun officiële trainingsuren, niet hinderen.
2. Op de baan wordt niet getraind zonder de aanwezigheid van een trainer.
3. *Buiten de officiële trainingsuren* kan er alleen op de baan en het middenterrein getraind worden met medeweten van een erkende trainer die hiervoor toestemming heeft van de trainers-coördinator.
4. Bij meerdere groepen op hetzelfde moment maken de trainers voorafgaand aan de training goede afspraken met elkaar.
5. De baan mag alleen met sportschoenen zonder ballast (modder e.d.) worden betreden. Blote voeten is niet toegestaan. De spikepunten mogen maximaal 6 mm lang zijn.
6. Bij het oversteken van de baan worden lopers niet gehinderd.

##### **Inlopen & uitlopen**

7. Bij voorkeur in baan 5 en 6 en zeker niet in baan 1 en 2. Maximaal 2 personen naast elkaar.
8. Inlopen tegen de draad in kan alleen wanneer er zich geen andere groepen op de baan bevinden.

##### **De kern op de baan**

9. Tegen de klok in.
10. Snelle lopers in baan 1, de langzame in de overige banen..
11. Maximaal 2 personen naast elkaar. .
12. In baan 2 wordt NIET gewandeld. Wandel/dribbelpauzes vinden plaats op de banen 3,4 en 5 of op de grasrand ,maar niet op het middenterrein en de aanloop voor het hoogspringen.
13. De snellere gaat buitenom.

##### **Middenterrein (onder middenterrein wordt verstaan: het terrein binnen de goot aan de binnenkant van de lanen)**

14. Volgorde van voorrang:
  - a. Jeugdgroepen

- b. Technische onderdelen
  - c. Loopgroepen
15. De warming-up voor loopgroepen tijdens de officiële trainingsuren vinden bij voorkeur niet plaats op het middenterrein. Mocht dat wel nodig zijn dan wordt uitsluitend gebruikt het terrein achter de lijn Discuskooi--- Starttrap. Tot 20.00 uur kan ook de hoogspring-sector worden gebruikt, maar om 20.00 dienen alle materialen in die sector te zijn opgeruimd..
  16. Na de warming-up komen de lopers niet meer op het middenterrein. Oversteken is ten strengste verboden. Ook als er geen werponderdelen worden beoefend.
  17. Bij hoogspring-, verspring-, polshoog- en speertrainingen worden de aanlopen niet door andere groepen doorkruist.
  18. Geen fietsen op de baan.

#### **MFR**

19. De MFR wordt uitsluitend gebruikt voor trainingen en vergaderingen en EHBO. Toegang hebben uitsluitend leden boven de 12 jaar onder leiding van een trainer. Het gebruik van apparaten en toestellen mag pas vanaf 14 jaar.
20. Er worden geen etenswaren genuttigd in de MFR

#### **Gedragcode**

21. Op de baan geldt natuurlijk ook de Scorpio gedragscode voor de omgang met elkaar. Zoals niet spugen op de baan en niet plassen langs de baan.

#### **4. Nadere aanwijzingen voor trainers.**

Onder het geven van een training wordt verstaan: het geheel zelfstandig lessen verzorgen op het gebied van atletiek ten behoeve van leden van de vereniging. Van de trainer mag worden verwacht dat hij/zij de trainingen verzorgt volgens de stof, die in de diverse trainerscursussen van de Atletiekunie worden aangeboden.

Daarbij gaan wij ervan uit dat de trainer regelmatig bijscholingen volgt en zijn licentiepunten haalt. Vervalt zijn licentie dan vervalt ook zijn niveau 3 of 4 bevoegdheid tot zelfstandig training geven bij Scorpio.

Een trainer is niet alleen verantwoordelijk voor de organisatie van de training maar ook voor de veiligheid binnen de groep. Daartoe heeft hij van het bestuur de bevoegdheid gekregen om een training af te gelasten of een atleet uit de groep te verwijderen, als de gang van zaken of de veiligheid dat vereist.

Het bestuur van de vereniging kan uit veiligheidsoverwegingen de trainer organisatorische aanwijzingen geven. Zo verwacht het bestuur van de vereniging van een trainer dat hij/zij erop toeziet, dat zijn/haar groep de baanregels zal volgen en dat bij de trainingen buiten de baan de verkeersregels worden nageleefd.

Iedere trainer die met een groep onze accommodatie verlaat heeft een mobiele telefoon bij zich en een beperkte EHBO set. Hij heeft ervoor gezorgd dat hij maximaal 1 jr geleden een cursus Reanimatie/AED heeft gedaan. Gaat hij in het

donker naar buiten dan draagt hij en alle leden van zijn groep een reflecterend vestje. Tevens verwacht het bestuur van de vereniging dat hij het calamiteitenplan kent en beoefent( minimaal 1x per jaar). De trainer (niv2+hoger) zal minimaal 1x per 2 jaar een reanimatiecursus volgen. Ieder jaar zal hij/zij een herhalingscursus volgen. Het bestuur stelt de trainer in de gelegenheid bijscholing te volgen over onderwerpen als EHBO, AED, omgaan met agressie, omgaan met ongewenst gedrag en omgaan met emotionele gebeurtenissen. Wij verwachten van de trainer dat hij deze bijscholingen volgt en dat hij het Pestprotocol Scorpio kent. Voor het omgaan met Jeugd is een "Verklaring omtrent Gedrag" vereist. Alle Nieuwe jeugdtrainers moeten een dergelijke verklaring kunnen overleggen. Deze verklaring vragen wij ook voor de trainers van de groep VB( Verstandelijke Beperking) nodig. Onze vereniging heeft een vertrouwenspersoon. Voor ongewenst gedrag zoals seksuele intimidatie, discriminatie, pesten etc kan hij/zij bemiddelend optreden.

De trainer mag van het bestuur de vereniging verwachten dat de accommodatie aan alle veiligheidseisen voldoet. Derhalve zal de vereniging de accommodatie voortdurend toetsen aan de normen en regelgeving van de Atletiekunie en de vigerende wetgeving zoals Arbo-wet, milieuwet, warenwet, drankwet, etc. Ook de provinciale en gemeentelijke bepalingen (incl brandweer) zal de vereniging strikt naleven.

## **5.Overigen**

### Extreme weersomstandigheden.

De enige die besluit of trainingen wel/niet door kunnen gaan is de trainers-coördinator.

### Wedstrijden

Voor de door Scorpio georganiseerde wedstrijden moeten er door het WOC goedgekeurde draaiboeken zijn. In het draaiboek wordt 1 hoofdstuk gewijd aan omgaan met calamiteiten.

### Calamiteit in de gebouwen (Kantine en MFR)

De veiligheid en calamiteiten in de gebouwen wordt gewaarborgd door ontruimingsoefeningen welke 1x per jaar zullen worden beoefend olv een BHVér. Hoofd Accommodatie is verantwoordelijk voor een degelijk ontruimingsplan en de beoefening daarvan.

### Overige activiteiten

Veiligheid bij jeugdkampen, trainingen op andere locaties, zaal trainingen elders, bijscholingen, regiotrainingen carnavalsvieringen ,disco zwemmen.etc.

Deze activiteiten vinden plaats onder leiding van een bevoegde trainer./leidinggevende. Hij maakt van te voren afspraken met de locatie beheerder over wie wat doet bij ongevallen.

Hij vergewist zich van de veiligheidsvoorschriften op/ in de locatie waar deze activiteiten plaatsvinden en hij is verantwoordelijk voor het naleven van deze voorschriften. Hij weet waar hij de AED kan vinden en waar een vertegenwoordiger van deze locatie is te vinden. Hij heeft altijd een mobiele telefoon bij zich met EHBO app. Hij neemt de leiding bij een ongeval totdat hulpverleners ter plaatse zijn.

#### Bijlage ;Lijst met telefoonnummers van trainers

##### **Looptrainers**

|                  |              |
|------------------|--------------|
| Johan Akkermans  | 06-28510260  |
| Henk Rams        | 06-34599092  |
| Sjaan van Hoof   | 06-20491896  |
| Mari Kastelijns  | 06-15627165  |
| Heleen Kusters   | 06-12319729  |
| Bernd Struys     | 06-37139948  |
| Christ Maas      | 06-23279147  |
| Rene v.d. Pas    | 06-29556365  |
| Peter Vermonden  | 06-16780338  |
| Susanne Voges    | 06-41142356  |
| Kees Tekke       | 06-20622105  |
| Monique Jehea    | 06- 42723211 |
| Anita Beekers    | 06-17004468  |
| Aad Winkelman    | 06-42299348  |
| Rob Simons       | 06-23030474  |
| Ineke Verkuijl   | 06-52432714  |
| Frank Peek       | 06-30788915  |
| Gert vanden Berg | 06-52432328  |

##### **Wandel+NW trainers**

|                   |             |
|-------------------|-------------|
| Peter Casteleijns | 06-10660630 |
| Mich van Wasbeek  | 06-20237796 |
| Kees Tekke        | 06-20622105 |

##### **Jeugdtrainers**

|                   |             |
|-------------------|-------------|
| Antoinette Jansen | 06-50525391 |
| Corry van der Pas | 06-44120184 |
| Esther Nijdam     | 06-48770509 |
| Eugenie Schets    | 06-38152357 |
| Fabian Verdaas    | 06-42558254 |
| Freek Gerritsen   | 06-17527865 |
| Helena Pluimes    | 05-46272615 |



|                     |             |
|---------------------|-------------|
| Janneke Visser      | 06-24241169 |
| Jeroen Provoost     | 06-53382993 |
| Leendert Brethouwer | 06-24177899 |
| Luciano Stam        | 06-81094584 |
| Marco Joosen        | 06-53198928 |
| Nick Schipperen     | 06-28917433 |
| Nienke Walsma       | 06-43211213 |
| Patric Kuppens      | 06-53792233 |
| Raymond Baartmans   | 06-34077410 |
| René van der Pas    | 06-29556365 |
| Tia Ackermans       | 06-21608078 |
| Tim Magielse        | 06-37424116 |
| Yvonne Martens      | 06-53269852 |