

# En Bad- och vattensäker kommun.

Emmaboda kommuns handlingsprogram för en bad o  
vattensäker kommun inom ramen för lagen om skydd mot  
olyckor.

# Innehåll

Styrdokument för arbete med vattensäkerhet	3
Bakgrund	3
Mål och syfte	3
Arbetsmetodik och arbetsområde	3
Simkunnighet och kunskap	4
Säkerhet vid vatten	4
Livräddningsutrustning och bevakning	4
Tillsyn	5
Plan för verksamheten	5
Uppföljning, utvärdering och återkoppling	5
Revidering av dokument	5

## **Sammanfattning**

Arbete med vattensäkerhetsfrågor skall vara en prioriterad fråga för Emmaboda kommun då alltför många människor omkommer genom drunkning. För att få ner antalet drunkningstillbud ska simundervisning och information om vattensäkerhet förbättras. Räddningstjänsten tillsammans med teknik och fritidsnämnden ska ta stor del i att främja detta arbete och stödja de olika aktörerna.

## **Styrdokument för arbete med vattensäkerhet**

### **Bakgrund**

I Sverige omkommer ungefär lika många människor per år genom drunkning som genom brand. Under perioden 1995 t.o.m. 2005 har antalet omkomna genom drunkning enligt Svenska Livräddningssällskapets statistik varierat mellan 107 och 163. I denna siffra ingår inte självmord och liknande. Drunkning är den tredje vanligaste dödsorsaken bland barn efter trafikolyckor och självtillfogad skada. Emmaboda kommun har många badplatser, sjöar och vattendrag varför riskerna för drunkningstillbud är stora.

### **Mål och syfte**

Människor ska kunna vistas i och kring vattnet utan att riskera att skadas eller omkomma genom drunkning. Då dödsfall genom drunkning är ungefär lika vanligt som dödsfall vid bränder bör informations- och utbildningsresurser läggas på denna verksamhet i syfte att minska riskerna för drunkning.

### **Arbetsmetodik och arbetsområde**

Den statliga och kommunala räddningstjänsten har resurser för att undsätta människor som hamnar i nödsituationer. Primärt bör dock åtgärder vidtas för att se till att människor inte hamnar i nödlägen. Skulle detta ändå inträffa så har de människor som befinner sig i närheten och kan göra en omedelbar insats störst chans att rädda den nödställda.

Emmaboda kommun erbjuder i samverkan med Emmaboda Bad och Träningscenter betalsimskolor och livräddningskurser för ALLA kommunens invånare. Emmaboda Bad och Träningscenter erbjuder även bokad kostnadsfri skolsimsundervisning enl. bilaga 1. Detta görs enligt en metodstege bilaga 2. Emmaboda Bad och Träningscenter erbjuder även kostnadsfritt bokad bad för kommunens skolor, dag och fritidshem.

Anställda på Emmaboda Bad och Träningscenter ska genomföra dykövning för att klara tester 2 ggr/år enl. följande: Simma 200 m. och göra 2 kullerbyttor på varje 25 m. längd därefter dyka ner på 3.80 m djup, ta upp docka, upptagning på kant, medvetandekontroll och starta HLR. Dessa tester görs även vid nyanställningar på Emmaboda Bad och Träningscenter

De resurser som finns för räddning vid Räddningstjänst är att Vissefjärda och Emmaboda har material (simfenor, cyklop och snorkel) att tillgå vid vattenlivräddning samt att båt finns att tillgå i Vissefjärda och den kallas till incidenter i hela kommunen.

## **Simkunnighet och kunskap**

Den enskilt viktigaste faktorn för att undvika drunkning är självfallet att man kan simma men även förmågan att kunna hjälpa andra nödställda i vatten är viktig. Enligt grundskolans kursplan ansvarar kommunen och huvudmännen för de fristående skolorna för att eleverna lär sig simma och hantera nödsituationer vid vatten. Kravet gäller huvudsakligen vid slutet av det femte skolåret men med ytterligare krav vid slutet av nionde skolåret.

## **Säkerhet vid vatten**

För att undvika olyckor och underlätta räddning vid olyckstillbud måste platser där många människor vistas invid vatten anpassas så att riskerna för allvarliga olyckor minimeras. Utformningen av sådana platser och hållande av utrustning för livräddning är den enskildes ansvar. Kommunen är dock skyldig att verka för att åstadkomma skydd mot olyckor. De åtgärder som vidtas för att undvika olyckor bör bygga på resultatet av riskanalyser genomförda med avseende på varje plats. Emmaboda Kommun har som ägare till större delen av badplatserna inom kommunens geografiska område och ägare till simhallen ett särskilt stort ansvar för att sköta säkerhetsarbetet på ett föredömligt sätt. Där det inte är uppenbarligen onödigt bör fastställda dokumenterade rutiner finnas för hur säkerheten skall upprätthållas över tiden. De speciella risker som uppstår då vattnet fryser till is måste också beaktas.

## **Livräddningsutrustning och bevakning**

Livräddningsutrustning, livboj ska finnas vid kommunala badplatser, ER-sjön och i simhallen.

Livbojar ska underhållas av teknik och fritidsnämndens fastighetsskötare 3ggr/vecka under högsäsong enligt följande:

- Kontrollera att lina och boj är hela och hänger på plats.
- Kontrollera att linan är noga instoppad i linbehållaren och att ingen del av linan exponeras av solljus.
- Om linan inte är korrekt fastsatt kontrolleras den extra noga. Är linan stickig, solblekt eller spröd? Vid minsta tveksamhet om linans hållbarhet ska linan bytas ut.
- Kontrollera att livbojens upphängningsanordning är hel och fastskruvad.
- Byt ut livbojar i dåligt skick.

Vid dessa tillfällen ska även bryggor kontrolleras.

Bevakningen finns i simhallen men bad sker på egen risk. Krav att beträda är för den enskilde att vara simkunnig dvs. att kunna simma 200m på djupt vatten om inte kan själv ska medföljaren vara 18 år och simkunnig.

Den personal som bevakar ska ha adekvat utbildning och tillgång till lämplig utrustning.

## **Tillsyn**

Kommunen är ansvarig för tillsyn av efterlevnaden av LSO och de föreskrifter som meddelats med stöd av denna lag.

Tillsynen av att ägare eller nyttjanderättsinnehavare enligt LSO 2 kap. 2§. i skälighets omfattning håller utrustning för livräddning vid annan olycka än brand behandlas i Tillsynsplanen som ingår i Emmaboda Kommuns handlingsprogram enligt LSO.

## **Plan för verksamheten**

Bildningsnämnden ska aktivt arbeta med att stödja grundskolorna i kommunen så att eleverna uppnår minst de färdigheter som krävs enligt kursplanen. Detta sker genom årliga kontakter med Emmaboda Bad och träningscenter som erbjuder kostnadsfri undervisning på grundskolenivå.

Kontakt tas med Svenska Livräddningssällskapet som tillhandahåller utbildningsmateriel kring vattensäkerhet för att om möjligt att ge grundskolans lärare i Emmaboda kommun lokalt stöd för att utnyttja detta material.

Räddningstjänsten skall driva en flytvästdepå där allmänheten gratis kan låna flytvästar då tillfälliga behov uppstår gäller Detta gäller ej i kommersiellt syfte.

Teknik och fritidsnämnden ska vara rådgivare till ägare och innehavare av platser där åtgärder behöver vidtas för att minska risken för drunkning och stödja

**Emmaboda Kommun** verkar för att informera allmänheten om risker som kan finnas i samband med vistelse kring vatten. Denna information skall vara säsongsanpassad och förberedd så att den kan lämnas när det blir aktuellt, t ex vid isläggning.

**Emmaboda Kommun** verkar för att det finns tillgång till simundervisning för alla åldrar i kommunen. För de grupper av kommunmedlemmar som av olika anledningar inte har eller haft möjlighet att delta i grundskolans simundervisning ska särskilda åtgärder övervägas.

## **Uppföljning, utvärdering och återkoppling**

Kunskaperna om simning och vattensäkerhet bland kommunens invånare skall i första hand utvärderas bland eleverna i grundskolans årskurs 2,5 och 7 enligt metodstegen bilaga 2. Detta ska göras av utbildad simlärare enligt Svenska livräddningssällskapet utbildningsstegen. Statistiken och de olycksförloppsundersökningar som genomförs kring drunkningstillbud i **Emmaboda kommun** ska årligen utvärderas.

## **Revidering av dokument**

Detta dokument skall revideras vid behov.

Fullständig uppdatering sker inför varje ny mandatperiod.

## Bilaga 1

### **Erbjudande om kostnadsfri skolsimsundervisning.**

Detta gäller under ett helt läsår och förbokade tider.

Alla kan inte få bad i april och maj utan hela läsåret måste utnyttjas.

Simlärare använder sin tid till icke simkunniga elever och klassläraren använder materialet Svenska och matte i simhallen som stöd och utveckling för resterande elever.

- Barnskola: 6ggr/läsår å' 30min
- Årskurs 1-2: 4ggr/läsår å' 30min
- Årskurs 3-6: 6ggr/läsår å' 30min, stödkurser där alla kommunens skolor och årskurser erbjuds undervisning samtidigt.
- Årskurs 7-9: 6ggr/läsår å' 30min, stödkurser där alla årskurser erbjuds undervisning samtidigt.
- Livräddningsövningar: Årskurs 3-6 1ggr/läsår tillsammans med simlärare och klasslärare.

Svenska livräddningssällskapets definition på simkunnighet är:

*Simkunnig anses den vara som kan falla i vattnet, få huvudet under och därefter att åter tagit sig till ytan kan simma 200 m på djupt vatten varav 50 m ryggsim.*

Djupt vatten innebär att eleven inte bottnar. Det innebär att ett simprov kan göras även i en grundbassäng om det inte finns tillgång till djup bassäng med kontroll av att eleven inte vidrör botten under hela simningen.

Bröstsims med bröstbentag och ett ryggsim med liksidigt arm- och bentag.

God vattenvana är en förutsättning för att nå den trygghet som krävs för att klara uppsatta mål. Vattenvana erhålls endast genom övning. Regelbunden övning måste därför ske i vatten.

Larmning, medvetandekontroll, konstgjord andning och stabilt sidoläge är alla grundläggande moment som kan vara livräddande och som unga barn bevisligen lätt kan lära sig.

Enligt skolverket ska en femteklassare kunna simma och kunna hantera en nödsituation detta ingår som mål i ämnet idrott och hälsa. Det är skolans ansvar att detta mål uppfylls. Dessutom anges mål att sträva mot. Målbeskrivningarna är övergripande och respektive skolledning ska ge en konkret form av målbeskrivningarna.

Föräldrarna har givetvis ett ansvar att vara delaktiga i detta utvecklingsmoment men tyvärr saknar många föräldrarna denna kunskap och en del är själva inte simkunniga. Detta gör naturligtvis inte föräldrarna mindre ansvariga utan de kan hjälpa till med skjutsning, besöka simhallen mellan simträningar, anmäla sitt barn till betalsimskolor e.t.c

Skolorna har också god hjälp av materialet "Barnens livräddningsskola" (BLS) som delas ut gratis till kommunerna.

## METODSTEG MOT MÅL ATT UPPNÅ

### BARNSKOLAN – GRUNDFÖRBEREDELSE- NIVÅ 1

- Dyk under en rockring e.dyl. – titta under vattnet
- Hoppa från kanten – grunt vatten
- Plocka upp föremål på botten – grunt vatten
- Plantläge i vattnet med flythjälpmedel – glida
- Flytövningar
- Insikt om grunderna i bröst resp. ryggsim
- Larmrutiner
- Förlängda armen
- Badvett

### KLASS 1- NIVÅ 2

- Falla framåt få huvudet under vattnet och ta sig tillbaka till kanten utan flythjälpmedel i för provtagaren djupt vatten.
- Hoppa från kanten – grunt vatten
- Flyt och glidövningar
- Simma 10 m bröst 5 m rygg
- Larmrutiner
- Fria luftvägar
- Medvetandekontroll
- Båtvett och flytväst

### KLASS 2 – NIVÅ 3 **Åtgärdsprogram + erbjuda extra hjälp**

- Hoppa från kanten – djupt vatten
- 25 m bröst 10 m rygg
- Livräddningsdockan - grunt vatten
- Flyt och glidövningar
- Larmrutiner
- Fria luftvägar
- Medvetandekontroll
- Stabilt sidoläge
- Hansa lina – inne i simhallen
- Kasta Livboj

### KLASS 3 - NIVÅ 4 (JÄRNBOJEN)

- Dykövningar
- 50 m bröst 25 m rygg
- Öva plocka upp föremål - djupt vatten
- Vatten trampa 2 min
- Flyta med kläder och flytväst 2 min
- Isvett och issäkerhet – inne
- Hansalina – ute på is
- Larmrutiner
- Fria luftvägar
- Medvetandekontroll
- Stabilt sidoläge
- Andningskontroll

### KLASS 4 – NIVÅ 5

- Plocka upp föremål – djupt vatten
- Dykövning
- Hopp från startpallen – djupt vatten
- 100 m bröst 25 rygg
- Vattentrampa 2 min
- Larmrutiner
- Fria luftvägar
- Medvetandekontroll
- Stabilt sidoläge
- Andningskontroll

### KLASS 5 – NIVÅ 6 Åtgärdsprogram och erbjuda extra hjälp. (BRONSBOJEN)

- Dyka/falla i och därefter direkt simma:
- 150 m bröst 50 m rygg i en följd.
- Livboj 25m utsim, 25m bogsering med jämnstor kamrat
- Flyta med kläder 2 min
- Vatten trampa 2 min
- Hopp startpallen - djupt vatten
- Livräddningsdocka – djupt vatten
- Bad, båt och isvett
- Förlängda armen
- Hela kedjan från larm till Mun mot mun metoden

## KLASS 6 – NIVÅ 7

- 200 m bröst 50 m rygg
- Isflak
- Hansalina
- Flyta med kläder
- Vattentrampa 3 min
- Valfritt hopp: startpall/1/3
- Hela kedjan från larm till Mun mot mun metoden
- Stabilt sidoläge
- Luftvägsstopp – stående buktryck

## KLASS 7 - NIVÅ 8 Erbjudas extra hjälp

- 500m varav 100 m rygg
- Dyk o hopp - eget val: startpall/1/3
- Isvak o isvett
- Hela kedjan från larm till Mun mot mun metoden
- Stabilt sidoläge

## KLASS 8 – NIVÅ 9

- Simma 20 min. valfritt simsätt
- Flyta med kläder
- Vattentrampa 5 min
- Livräddningsdockan – djupt vatten
- Valfritt hopp och dyk
- Hela kedjan från larm till Mun mot mun metoden
- Stabilt sidoläge

## KLASS 9 – NIVÅ 10

- 1000 m bröstsim
- 500 m ryggsim
- Hopp från 3 meter med kläder därefter hopp från 1 meter med kläder och flytväst följt av 5 min flytning i fosterställning.
- 2 minuter vatten tramp.
- 2 livbojskast minst 5 meter.
- Livräddning: (momentet utförs med kläder på)

Hoppa från kant eller brygga med livboj och därefter 25 simning med livboj. Följt av upptagning av livräddningsdocka eller sänke från 1.80 m djup följt av 25 m bogsering av kamrat i livboj. Upptagning av person på bassängkant, brygga eller kant. Skapa fria luftvägar, visa mun till mun andning och lägg personen i stabilt sidoläge. Larma.

OBS! Allt i en följd utan vila. Dykmomentet kan alltså bestå av många försök.

- Ispik, isdubbar och hansalina.
- HLR (Hjärt och lungräddning).
- Teori:

Bad-, båt- och isvettsregler

1: a hjälpen, genomgång av förbandslåda

Enklare frågor i sjukvård.

Praktiska moment såsom nack- dykskada, sårskada, halkolycka, högläge och tryckförband

## MÅLET FÖR BARN MED SÄRSKILDA BEHOV

Det finns många positiva upplevelser för barn med särskilda behov att uppnå i sin kontakt med vatten. Att vara säker och trygg i kontakten med vatten och få uppleva sin kropp och använda sina sinnen på ett annorlunda sätt än på land är några av de positiva upplevelserna.

Strävande målen är att varje barn ska kunna vistas säkert och självständigt i vatten utifrån sina förutsättningar.

- Om barnet faller i vattnet ska det kunna ta sig till eller hålla sig fast vid säker plats och kunna vända till ryggläge.
- Lära känna vilka lägen kroppen befinner sig i, få kroppsuppfattning samt lära sig hur kroppen placeras för att få bästa balans.
- Träna sin rörelseförmåga och att vattnet har en bärande funktion.
- Öva framdrivning. Hur de tar sig fram är här inte det viktiga utan mer att de tar sig fram.
- Öva avslappning och träna alla sina sinnen.
- Att kontrollera vertikal och lateral rotation
- Lära sig andningskontroll.

Emmaboda kommun bör ha som **strävande mål:**

För **Träningskolan**, att de barnen ska efter genomförd skolgång **ha vattenvana och kunna förflytta sig i vattnet beroende på förutsättningarna.**

För **Grundsärskolan**, att efter årskurs 10 vara simkunnig enligt SLS definition, **ha vattenvana och ha kunskap om första hjälpen och livräddning.**

## AVSLUTNING

Med dessa mål uppfyllda har varje elev en god vattenvana, god uppfattning om säkert beteende vid vatten och på is, goda förutsättningar att kunna bistå en nödställd såväl i och vid vatten och på is och goda möjligheter att kunna livräddande första hjälp.

Barns vistelse i vatten kan te sig på olika sätt. Det som är generellt är när barn väl lärt sig vistas tryggt i vattnet känner de en frihetskänsla. Alla kan utan konkurrens få känna samma härliga känsla.

Den livräddande kunskapen är ett viktigt komplement som bör tas in i den ordinarie undervisningen.

Med den värdegrund som skolan ska förmedla är det positivt att motivera och skapa attityder att hjälpa andra.

Vikten att tidigt få kunskaper och rätta attityder till uppträdande i och vid vatten och till att hjälpa andra kan inte nog betonas. Detta är värdefullt såväl under uppväxten som senare i livet och medverkar till att skapa ett självskydd som gynnar hela samhället.