

Mål for helse, miljø og sikkerhet

- MOSS ROKLUBBs mål for Helse, Miljø og Sikkerhet er null skade. Dette gjelder både på miljø og på roernes fysiske og mentale helse.
 - Vi skal gjennom god planlegging og risikovurderinger sørge for at all roing foregår med så høy grad av sikkerhet som mulig.
 - Ved systematisk opplæring av våre medlemmer vil vi arbeide for å skape høy grad av bevissthet vedrørende miljø og sikkerhet.
 - Sikkerhet skal alltid være første prioritet.
 - Vi forplikter oss til å ikke skape negative virkninger og forstyrrelser på miljø som følge av vår aktivitet.
 - Vi skal føye oss etter lokale normer og regler for vår ferdsel i naturen.
 - Vi skal ikke forsøple naturen (ytre miljø) i forbindelse med våre aktiviteter.
 - Vi skal aktivt søke informasjon om hendelser og ta lærdom av disse og fra andre ro-miljø
- Vi har alle felles ansvar for egen og andres sikkerhet. På tur skal vi ta vare på hverandre og på det ytre miljø.

Virksomhetens organisasjon og aktiviteter i klubbregi

Ansvar, oppgaver og myndighet for arbeidet med Helse, Miljø og Sikkerhet er fordelt på denne måten:

Styrets leder

Overordnet ansvar for at hvert styremedlem og ansvarshavende utfører sine HMS oppgaver og at internkontrollsystemet etterlevs.

Ansvar for å følge opp og vedlikeholde internkontroll systemet. Herunder ligger systematisk overvåkning og gjennomgang av internkontrollen for å sikre at den fungerer som forutsatt.

Internt kontrolldokument, godkjent av styret i MOSS ROKLUBB 18.11.2015

Rosjef

Skal aktivt bidra til at klubbturene og klubb arrangementene blir planlagt og gjennomført på en sikker måte, i samsvar med klubbens HMS og internkontrollsystem.

Ansvar for å legge ut informasjon om turer i klubbregi på hjemmesidene. Informasjonen skal være tilstrekkelig for at medlemmene selv kan vurdere om de har nok ferdigheter til å delta.

Aktiviteter i klubbregi

For aktiviteter i klubbregi menes turer som er planlagt gjennom klubbens organisasjon og lagt ut på klubbens hjemmeside/ aktivitetsliste.

Turer som er avtalt mellom utøvere gjennom klubbens nettverk, regnes som utenfor klubbregi dersom det ikke er lyst ut som klubbtur på klubbens nettside. Dette vil være en privat tur og ansvaret ligger således på deltakerne.

Rutiner

Her omtales rutiner for å avdekke, rette opp og forebygge overtredelser av krav fastsatt i eller i medhold av Helse-, Miljø- og Sikkerhetslovgivningen.

Vedlikehold av utstyr

Alt utstyr skal kontrolleres med hensyn til sikkerhet to ganger i året (vår og høst). Ansvarlig er Routvalget.

Utstyrliste og Inventarliste skal være tilgjengelig, kontrollpunkter skal identifiseres og krysses av. Lista skal inneholde elementer fra både båthus, klubbhus og friområde.

I tillegg skal skjema for tapt eller skadet utstyr være tilgjengelig i klubblokalet for at medlemmer/ brukere enkelt skal kunne rapportere mangler, tap eller skade av utstyr til styret.

Skjemaet leveres i "postkassen" til styret som henger i klubben.

Etablert merkesystem for utstyr gjennomføres.

MOSS ROKLUBB har som målsetting til enhver tid å ha system for reparasjon/ erstatning av klubbens utstyr.

Rapportering av uønskede hendelser.

Hendelser skal rapporteres på skjema, RUH vedlegg 1, og tas opp på styremøte. Styret har ansvar for å treffe tiltak der det er hensiktsmessig. Ellers er hensikten med rapporteringen en ren erfaringsutveksling.

Det er et ønske om at alle uhell, nesten uhell og farlige situasjoner rapporteres til styret.

Skjemaet leveres i "postkassen" til styret som henger i klubben eller sendes på epost til leder@mossroklubb.no

Det er en målsetting å gjøre RUH skjemaet tilgjengelig på MOSS ROKLUBBs nettsider, slik at skjemaet kan levers elektronisk.

Lån av klubbåter.

Lån av robåter krever at en har gjennomgått opplæring i roing og behandling av båtmateriell.

Videre gjelder:

Det forutsettes at de som ønsker å prøve seg på vannet kan svømme.

Brukerinstruks for roklubbens følgebåt med motor.

1. Ved trening skal båtmotoren være montert på båten før roerne setter seg i båtene.
2. Bensintank skal når den ikke brukes oppbevares i rohallen sammen med båtens øvrige utstyr. Bensintanken skal til enhver tid være full, det skal benyttes blyfri bensin 95 okt. med 2% outboard oljeblanding. Oljen skal oppbevares sammen med det øvrige utstyret.

3. Redningsvester og øse-utstyr skal utenom bruk oppbevares i rohallen.

4. Bruk av følgebåt:

Før hver rotrening skal roklubbens følgebåt trilles ut og ligge klar til bruk ved roklubbens brygge. Redningsvest skal ligge i. Bensin til båtmotor skal være fylt opp.

Når treningen er over skal følgebåt, motor, bensinkanne og vester låses inn i klubbhuset

5. Det tillates ikke bruk av følgebåten til privat bruk uten at dette er avtalt med noen i styret.

6. Mangler, skader mv. skal meldes til Routvalget.

Systematisk overvåkning og gjennomgang av intern kontroll

Styret i MOSS ROKLUBB v/ leder skal gjennomgå dette dokumentet en gang per år for å sikre at det er oppdatert, relevant for aktiviteten, og at målene som er satt for dokumentet oppfylles.

De pliktene dokumentet stiller til styremedlemmer og/ eller ansvarshavende skal i denne anledning ettersees.

Risikoanalyse

Risikoanalyse forventes gjennomført for alle terminfestede regattaer/ arrangement.

Det oppfordres videre til at det gjennomføres risikoanalyse på alle turer, også turer i privat regi.

Roing

Generelle anbefalinger:

Utstyr og risiko varierer mye med årstiden og type aktivitet. Det er viktig å forstå hvordan man skal vurdere sikkerheten totalt. Farer ved roing er som for annen vannsport: nedkjøling (hypotermi), drukning, og andre fysiske skader.

- En bør ikke ro under forhold verre enn det en på forhånd har øvd og mestrer redningsteknikker i.
- En bør unngå å ro alene, uansett egne ferdigheter.
- En bør ha med vest.
- Kle deg etter sjøtemperatur, ikke lufttemperatur.
- Sørg for at farkosten er i god stand.
- Hør på værmeldingen, les været.
- Definer nærtur og langtur områder.

Risikovurdering Roing:

Nedkjøling (hypotermi)	Ved rundvelt på rotur vil temperaturen si noe om hvor lang tid roeren har før en bør være på land. Hvis en går rundt i et sund vil en drive med strømmen.	Ved roing i farvann hvor en må krysse kortere eller lengre strekninger skal følgebåt være med
Temperatur (Vann og i luften)	Kan bidra til nedkjøling. Særlig på dager med varm lufttemperatur og lav vanntemperatur kan det være fare for nedkjøling ved en velt.	Kle seg etter forholdene, og da særlig med sikte på risiko for en velt.
Nedbør	Kan bidra til nedkjøling.	Kle seg etter forholdene.

Bølger	Bølger kan bidra til at roeren velter, eller fylles med vann, noe som kan medføre fare for drukning og nedkjøling, særlig i kombinasjon med vind.	Unngå å ro i større bølger enn man kan mestre. Holde seg nær land.
Vind	Øker faren for en velt og kan være direkte årsak til nedkjøling.	Unngå roing i mer vind en man kan mestre. Kle seg etter forholdene.
Annen båttrafikk	Annen båttrafikk kan representere fare for kollisjon.	Holde god avstand til annen båttrafikk og kryss farleder på oversiktlige steder. Roing i kjent farvann reduserer risiko for å bli pårent av lystbåter, husk å se bak deg!

Utstyr:

Redningsvest bør alltid være med om bord når dette er praktisk mulig. Lenseutstyr (enten beger, bømte eller pumpe) bør være med om bord.

Redning:

Det arrangeres kurs, som alle roere oppfordres å delta på. Personer som skal fungere som aktivitetsledere på nybegynnerkurs eller andre arrangementer skal ha gjennomført kurs.

Livredning med hjerte lungeredning (HLR) for veiledere/ instruktører og ansvarlige. Alle bør kunne yte hjerte lungeredning ved drukning (HLR) og nedkjøling (hypotermi) og førstehjelp.

Egenredning:

Roere som er på nybegynnerstadiet, bør ha kunnskaper om og prøvd ulike teknikker for egenredning. Roere må være i stand til å svømme og kunne ta vare på seg selv i kaldt vann.

Følgebåt:

Ved trening av nybegynnere skal det brukes følgebåt for instruksjon og sikkerhet. Følgebåt skal alltid brukes i høst, vinter og vår sesong for alle roere