



Säker och trygg

Att certifiera vår förening inom Säker & Trygg förening innebär en kvalitetsmärkning för Islandshästföreningen Oddur. Målet är bättre hälsa, minskad skadefrekvens och ökad säkerhet och trygghet.



Innehållsförteckning

1.Mål och värdegrund	3
2.Brandsäkerhet	4
3.Regler och besiktning av anläggningar och lokaler	4
4.Utemiljö i er närhet	4
5.Utrustning för den verksamhet som bedrivs	5
6.Föreningskultur/Klimat och trygga idrottsmiljöer	5
- Mobbing/trakasserier	5
- Likabehandlingsplan	6
- Policy för vårdnadshavare	6
- Gemenskap och social trygghet	7
7.Olycksfall/akut insjuknande	7
- Handlingsplan i händelse av olycksfall/akut sjukdom	7
- Hjärt – och lungräddning	8
8.Föreningskunskap	8
9.Ledarskap	9
10.Alkohol/narkotika/doping/tobak/spel	9
11.Resor/transporter	10
12.Planer framöver	11
13.Kontaktuppgifter till styrelsen	11



1. Mål & värdegrund

Oddur – gemenskap för islandshästväänner

Oddur är en förening med fokus på gemenskapen för islandshästväänner i vår region. Hästens välbefinnande ligger oss varmt om hjärtat och säker hästhantering och ridning är viktigt för oss. Vi är medlemmar på lika villkor och vi lär av och stöttar varandra. Oddur är en förening för alla oavsett ålder, kön, politisk eller religiös åskådning eller etnicitet.

Vårt mål är att erbjuda varierande, utvecklande och roliga aktiviteter med eller utan hästar.

Vi ser gärna att Oddurs styrelse består av både män och kvinnor, i olika åldrar och med spridda bostadsorter.

Ledamöterna byts om möjligt ut successivt för god kontinuitet i styrelsearbetet.

Vi vill gärna ha en aktiv barn- och ungdomsverksamhet. I vår verksamhet har vi regelbundna träffar, både med och utan häst.

Vi anordnar till exempel gemensamma uteritter under året. Andra aktiviteter är föreläsningar, kurser, clinics, social samvaro, resor till evenemang eller orter där det händer något på islandshästfronten. Säkerhet prioriteras och vi uppmuntrar medlemmar att beakta god hästhantering och ansvarsfull ridning, använda adekvat skyddsutrustning och att transportera hästar på rätt sätt. Vi har våra egna hästar eller lånar av varandra, men däremot inga klubbhästar eller någon anläggning.

Ett högt medlemsantal är inget självändamål utan huvudsaken är en aktiv förening med en medlemsvald intresserad och välfungerande styrelse. Vi arbetar också för att engagera våra medlemmar i genomförandet av föreningens aktiviteter.

Vi har inga ambitioner att lägga pengar på hög utöver lämplig buffert. Eventuellt ekonomiskt överskott ska gå tillbaka till verksamheten.

De aktiviteter som subventioneras är i första hand de som - åtminstone teoretiskt - kan komma många medlemmar till godo.



2. Brandsäkerhet

Oddur har inga egna lokaler och har därför inget löpande brandsäkerhetsarbete. Vid de tillfällen Oddur använder andra lokaler ska vår förening ändå tänka på att genomföra våra aktiviteter i en brandsäker miljö.

Aspekter att tänka på:

När en lokal nyttjas, ska aktivitetsansvarig samla in information kring utrymningsvägar, hur många som får vistas i en lokal, var det finns brandsläckare och var utrymningsplanen finns i lokalen.

Denna information ska även lämnas till deltagarna i samband med aktivitetens start.

Checklista vid brand

- Rädsla dig själv och de som är i omedelbar fara
- Varna andra som hotas av branden
- Larma SOS, 112
- Släck branden om du kan göra det utan risk för att själv skadas

3. Regler och besiktning av anläggning/lokaler

Islandshästföreningen Oddur omfattas i dagsläget inte av denna punkt då vi ej har egna lokaler eller anläggningar.

4. Utemiljön i er närhet

Islandshästföreningen Oddur har inga egna anläggningar men hyr in oss hos olika aktörer när vi anordnar olika aktiviteter.

När vi kommer till de olika anläggningarna ser den aktivitetsansvariga till att göra en koll så det inte finns risk för skador för vare sig människor eller hästar.



5. Utrustning för den verksamhet som bedrivs

Aktiviteter i Oddurs regi ska genomföras på ett tryggt och säkert vis. Det är viktigt att tänka på att vuxna föregår med gott exempel genom att använda korrekt utrustning och att uppträda på ett säkert sätt tillsammans med hästarna.

Islandshästföreningen Oddur står för följande:

- Vid ridning ska hjälm användas.
- Vi rekommenderar alla att använda säkerhetsväst.
- Vi arbetar för att sprida kunskap kring hur man handskas med hästar på ett säkert och tryggt sätt.
- Vid barnaktiviteter ska det finnas hjälmar att låna.
- Vi har en försäkring för de tillfällen vi deltar i aktiviteter.

6. Föreningskultur/klimat och trygga idrottsmiljöer

Mobbning/trakasserier

I vårt värdegrundsarbete ingår dessa mål och visioner och mobbning ska inte ges något utrymme.

Vi har ingen specifik klubblokal och inga egentliga ordinarie ledare eller tränare som i vissa andra idrottsföreningar.

Oddurs medlemmar väljer årligen en styrelse, som i sin tur står för olika funktioner som förutom ordförande, vice ordförande, kassör och sekreterare även har en sammankallande i aktivitetssektionen och informationssektionen. Vi arbetar aktivt med att få in medlemmar i de sektionerna.

Beslut om olika aktiviteter tas i styrelsen. Vi arbetar utifrån förslag och önskemål från våra medlemmar. Vi utser också någon ansvarig för varje aktivitet.

Den ansvariga ska bl.a. informera deltagarna om olika risker och vad som gäller i just den miljön deltagarna befinner sig i för stunden.

Risker för trakasserier/mobbning hos oss finns också, till exempel i sammanhang där man ses och ska prestera något där andra är åskådare och kommenterar.

Däremot upplever vi i dagsläget att risken för våld eller sexuella trakasserier medlemmar emellan inte särskilt stor men vi behöver ändå vara vaksamma och omedelbart ingripa om det kommer till vår vetskap.



Likabehandlingsplan

Med diskriminering menas att en person blir utsatt på grund av kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, etnisk tillhörighet, religion eller annan trosuppfattning, funktionsnedsättning, sexuell läggning och ålder.

Islandshästföreningen Oddur arbetar aktivt för att alla ska känna sig välkomna och behandlas lika utifrån sina olika förutsättningar.

Handlingsplan – om något oönskat har hänt

- Vad har hänt?
- Vilka är inblandade?
- Är det ett lagbrott?
- Är det ett stadgebrott?
- Vilket stöd behövs hos den som har blivit utsatt?
- Vilket stöd behövs hos tränare?
- Vilket stöd behövs i styrelsen?
- Vilket stöd behöver förövaren?
- Vilka behöver information?
- Vad för form av information behöver de?

Policy för vårdnadshavare

När vi som förening anordnar kurser, prova på-tävlingar, tävlingar eller andra aktiviteter är vi tydliga med att alla deltagare är viktiga och att alla deltar utifrån sina olika förmågor. All form av kränkande beteende tar vi starkt avstånd ifrån och säger ifrån direkt om vi hör eller ser något.

Det är otroligt viktigt för oss att alla, både barn, ungdomar och vuxna ska kunna vara aktiva inom idrotten utan att riskera att utsättas för någon form av kränkningar eller övergrepp

Gemenskap och social trygghet

Vi tycker att det är viktigt att kunna ordna olika aktiviteter för att inkludera medlemmar som har varierande önskemål och inom styrelsen har vi också saker som var och en värnar om lite extra.

De större arrangemangen såsom årsmötet erbjuder vi ofta någon extra programpunkt som



föreläsning och lotteri (utan kostnad, på inträdesbiljetten) med skänkta vinster.

Detta för att uppmuntra till att delta och umgås tillsammans.

Vid träffar med hästarna är det alltid åtminstone en fikastund för att vi ska hinna byta mer än bara några enstaka ord.

Däremellan håller vi kontakten med våra medlemmar via hemsida, medlemsutskick, e-post och sociala medier. Med jämna mellanrum försöker vi ta reda på medlemmarnas önskemål beträffande olika aktiviteter, detta gör vi genom att ställa frågan i olika utskick men även att bjuda in till träffar.

Våra förebilder är bland annat skickliga ryttare, ridlärare och instruktörer som kommer och gästar oss men även engagerade klubbmedlemmar som ger av sin tid till nytta för andra både för stunden och i framtiden.

Dessa förebilder önskar vi ska agera på ett sådant sätt att det överensstämmer med vår värdegrund, både beträffande fysisk säkerhet, t ex använda ridhjälm när de rider. Att de behandlar deltagare med olika förutsättningar på lika villkor är också viktigt för oss.

7. Olycksfall/akut insjuknande

Vår förening ska erbjuda trygga och säkra aktiviteter, men olyckor kan hända. När olyckan är framme har vi såväl förbandsmaterial för såväl människa som häst. Vi har också kompetens och rutiner för vad som ska göras.

Inför varje aktivitet utser vi den som är ansvarig för att organisera och delegera arbetet vid en olycka.

Oddur är en förening för vänskap och omtänksamhet, vi hjälper till och gör vårt bästa om någon far illa.

Om en olycka sker vid någon av våra aktiviteter ska ordförande snarast underrättas om detta. Det är ordförande som ser till att rätt information kommer till de berörda och vid behov är kontaktperson för pressfrågor.

Handlingsplan i händelse av olycksfall/akut sjukdom

- Organisera och delegera arbetet så vi blir effektiva.
- Sjukvårdskunnig tar hand om den drabbade personen och ber någon larma 112 om det finns behov av det.
- Någon tar hand om hästen vid behov



- Har ambulans larmats ut står någon och möter och visar vägen
- Behöver den skadade åka till sjukhus åker någon med.
- Anhöriga underrättas.
- Ordförande underrättas.
- Vid behov av debriefing prioriteras detta snarast. Då i samarbete med kommunens krisjour eller jourhavande präst.

Vad vi ska göra för att vara beredda

- Vi ska utse någon ansvarig för alla ovanstående punkter inför varje aktivitet.
- Vi ska se till att vi har telefonnummer till samtliga deltagare så vi kan ringa anhöriga om något händer.
- Vi informerar våra medlemmar om vikten av att lägga in sina ICE-kontakter i mobilen.
- Vi ska utbilda så många som möjligt inom HLR/Hjärtstartare.
- Vi ska skaffa oss kunskap om krishantering.

Hjärt- och lungräddning

Oddur har inga egna funktionärer eller ledare men däremot kunniga medlemmar. Vi har för närvarande ca 25 personer av 113 som är utbildade inom Hjärt- och lungräddning.

Vi ämnar satsa tid och resurser på att utbilda vidare inom detta område. Ett område som mycket väl kan komma till nytta vid någon av våra aktiviteter.

Vår målsättning är att ha så många utbildade medlemmar att det alltid finns en utbildad person på plats vid varje aktivitetstillfälle samt att samtliga i styrelsen ska ha gått HLR-utbildning och ha det färskt i minnet.

Hur vi ska nå vårt mål

- Vi ska erbjuda återkommande utbildningstillfällen och sprida information om när utbildning inom detta ordnas av andra aktörer.

8. Föreningskunskap

I maj 2019 var vi tre personer ur styrelsen på utbildningen "Idrottens föreningslära GRUND" där vi bland annat lärde oss om:

- Bildande av idrottsförening
- Stadgar
- Begreppet juridisk person
- Medlemmars rättigheter och representativa demokratin



- Valberedningens nyckelroll
- Föreningsekonomi
- Hur en förening utvecklar sig och håller sig attraktiv för sina medlemmar

Vi har även haft ett utbildningsmöte för hela styrelsen med temat Styrelseutveckling, som vi sedan har arbetat vidare med under resten av året på våra möten.

En av våra styrelsemedlemmar har under hösten 2019 gått en fritidsturledarutbildning via Svenska Islandshästförbundet. För övrigt har vi inga egentliga ledare i vår förening.

Den 16 november 2022 gick vice ordförande Malin Alvkäll och kassör Helena Ervenius en kurs i HLR och hjärtstartare som RF/SISU anordnade i Kalmar.

Under 2023 och 2024 ämnar vi fortsätta delta i olika utbildningar som RF/SISU anordnar men även fortsätta erbjuda våra medlemmar föreläsningar och praktiska utbildningar. Vi deltar fortlöpande på RF/SISU:s föreningsutbyten och har också kontakt med de övriga ridföreningar på Öland för kommande samarbeten.

9. Ledarskap

Islandshästföreningen Oddur har inga specifika ledare i föreningen då vi inte har lektioner och träningar själva utan vi anlitar instruktörer vid kurser och träningar. Vi hyr då in oss på olika anläggningar runt om på Öland och i Kalmar.

I och med detta har vi istället en checklista och ansvariga på varje aktivitet för att inte missa något.

Denna lista fyller vi i inför varje aktivitet utifrån de som är delaktiga ifrån föreningen. Det kan vara styrelsemedlemmar eller andra medlemmar i föreningen som är ansvarig för de olika posterna.

Checklista vid aktiviteter:

<u>Vad:</u>	<u>Namn:</u>	<u>Funktion i föreningen/styrelsen:</u>	<u>Telefonnummer:</u>	<u>E-postadress:</u>
Aktivitetsansvarig:				
Informationsansvarig:				
Ansvarig för deltagarlistor:				
Ansvarig för att veta var brandsläckare finns:				
Ansvarig för första hjälpen utrustning:				
Ansvarig för kontaktuppgifter till vårdnadshavare:				
Ansvarig för kontakt med sjukvård vid olycka/skada:				
Ansvarig för kontakt med vårdnadshavare vid olycka/skada:				
Ansvarig för att ta hand om häst om deltagare skadat sig:				
Ansvarig för kontakt med veterinär vid olycka/skada på häst:				
Ansvarig för att ta hand om övriga på plats:				
Ansvarig för att eventuellt prata med media:				
Övrigt för denna aktivitet:				



10. Alkohol/narkotika/doping/tobak/spel

Vår föreningsverksamhet är byggd på ideell bas och målet är bättre hälsa, minskad skadefrekvens och ökad säkerhet och trygghet. Ett led i detta arbete är en gemensam drogpolicy som ska fungera som riktlinjer och stöd för föreningens medlemmar. Drogpolicyn berör tobak, alkohol, narkotika, dopningspreparat och spel. Denna policy ska delges samtliga medlemmar och föräldrar till barn och ungdomar under 18 år som är medlemmar i föreningen.

Styrelsemedlemmar och övriga medlemmar i föreningen har ett extra ansvar genom att vara goda förebilder och föräldrar ska kunna trygghet i att låta sina barn delta i Oddurs aktiviteter.

Tobak

Tobak innefattar både snus och rökning. Vi arbetar för en verksamhet där medlemmar inte ska bruka tobak i anslutning till eller under våra aktiviteter. Vi i styrelsen och övriga medlemmar ska föregå med gott exempel och inte bruka tobak under aktiviteter eller i representationssammanhang.

Alkohol

Oddur tillhandahåller eller bjuder inte på alkohol under aktiviteter. Vi har ett gemensamt ansvar för att medlemmar inte deltar i aktiviteter eller hanterar hästar under påverkan av alkohol. Vi ska föregå med gott exempel genom att hantera alkohol på ett ansvarsfullt sätt.

Narkotika och dopningspreparat

Allt bruk av narkotika är förbjudet enligt svensk lag. All form av hantering eller bruk av dopningspreparat är förbjuden enligt idrottens regler. Doping är förenat med en hälsorisk för såväl häst som människa. Nolltolerans mot dessa preparat råder inom Islandshästföreningen Oddur.

Spel

Det enda spel som förekommer i Oddur är ett kostnadsfritt lotteri som – man får en lott per person vid årsmötet och oftast vinner alla något som våra givmilda sponsorer skänkt. Någon annan form av spel förekommer inte i vår förening och vi tar bestämt avstånd från allt spelande som kan leda till problem/missbruk.

11. Resor – transporter

Oddurs verksamhet är inte förenat med speciellt många gemensamma resor, men i de fall vi anordnar sådana är det ändå viktigt att dessa genomförs på ett tryggt och säkert sätt. I de fall vi hyr in fordon för att köra våra medlemmar ska vi vara noga med att använda en seriös leverantör. Vid resor som anordnas av Oddur ska barn upp till 15 år alltid resa i



sällskap av målsman eller annan ansvarig vuxen.

Deltagarlistor ska både finnas med på resan och läggas upp i Oddurs Google Drive så att de vid behov kan nås av personer i styrelsen som inte är med på resan.

Många av våra aktiviteter innebär resor för den enskilda medlemmen, både med och utan häst. Även om var och en ansvarar för sin utrustning och sitt förhållningssätt, kan Oddur öka medvetenheten och kunskapen hos våra medlemmar genom att erbjuda informationsträffar kring t.ex. att köra med släp eller att lasta och köra med häst, vilket återkommande efterfrågas.

2019 genomfördes just en kurs i hur man säkert lastar sin häst. Vi arbetar för närvarande för att återigen genomföra en lastningskurs tillsammans med de övriga föreningarna på Öland och även bjuda in Kalmarföreningar.

Planer framöver

- Säker & Trygg Förening finns som en punkt på varje styrelsemöte och på årsmötet.
- Vi ska se till att sprida information kring detta arbete till våra medlemmar, t. ex. ett uppdaterat dokument på hemsidan och i informationsutskick.
- Vi ska se till att alltid ha en ansvarig för varje aktivitet som ser till att våra rutiner följs.
- Inköp av reflexvästar med Oddurs logga på.
- Vi ska arbeta med att implementera Barnkonventionens hos styrelsen och hos våra medlemmar
- Vi ska begära ut utdrag ur belastningsregistret för oss i styrelsen men också hos de medlemmar som ska vara ansvariga för någon särskild aktivitet.
- Vi ska aktivt arbeta med att utbilda fler styrelseledamöter och medlemmar i HLR/hjärtstartare.
- Vi ska arbeta för att hitta sponsorer så vi kan köpa in en hjärtstartare som vi kan ha med vid aktiviteter.

Kontaktuppgifter till styrelsen 2024

Ordförande:	Malin Alvkäll	malinlindby@outlook.com	070 – 252 70 71
Vice ordförande:	Ulrika Conwalienmark	conwalienmark@gmail.com	073 – 318 20 31
Kassör:	Helena Ervenius	helena@ervenius.nu	070 – 640 62 41
Sekreterare:	Carolina Söderstedt	carolinasoderstedt@hotmail.se	073 – 700 96 00
Ledamot:	Lena Davoust	lenadavoust@telia.com	0736 – 22 60 71
Suppleant:	Tanja Danielsson	tanja_danielsson@hotmail.com	070 – 491 81 34
Suppleant:	Nina Kjellqvist	ninakjellqvist@me.com	070 – 939 89 99
Suppleant:	Stina Olsson	stiina.olsson@icloud.com	073 – 359 67 02