

Svenska Livräddningssällskapetets råd och rekommendationer till huvudmän; kommuner och regioner samt verksamhetsansvariga för friluftsbad med anledning av covid-19 pandemin.

Version: 2020-07-01

Allmänt

Svenska Livräddningssällskapet följer regeringens beslut och Folkhälsomyndigheten föreskrifter och allmänna råd med anledning av covid-19 pandemin. Som landets ledande vattensäkerhetsorganisation och som en del av civilsamhällets ideella organisationer ser vi som en självklarhet att bidra med våra expertkunskaper inom området vattensäkerhet. Det handlar om att; *främja, förebygga och avhjälpa* i syfte att öka säkerheten för allmänheten på landets friluftsbad.

Regeringens och Folkhälsomyndighetens beslut och rekommendationer

Folkhälsomyndigheten (FHM) har den 1 april 2020, för att motverka smittspridning med anledning av covid-19, meddelat föreskrifter och allmänna råd riktade till bland annat; enskilda personer, föreningar, verksamhetsutövare m.fl. FHM har därefter vid flera tillfällen reviderat och kompletterat sina rekommendationer. Den 9 juni 2020 meddelas revidering av föreskrifter och allmänna råd med anledning av att reserestriktioner lättas från och med 13 juni och generellt om rekommendationer för sommarens aktiviteter bl.a. på badplatser s.k. friluftsbad.

Vi alla i Sverige är inställda på "hemester" i år och det kan innebära att väldigt många fler besöker landets friluftsbad jämfört med en normal sommar. Svenska Livräddningssällskapet ser det som självklart att bidra med organisationens samlade kunskaper och erfarenheter kring ett tryggare strand- och badliv genom våra tre verksamhetsområden; Vattensäkerhet, livräddning och simkunnighet, med förhållningssättet; "Ställ om, ställ inte in".

Svenska Livräddningssällskapet delar här med sig av vägledande råd och rekommendationer som ett stöd till huvudmän i landets; kommuner och regioner samt verksamhetsansvariga för friluftsbaden.

Råden och rekommendationerna är sammanfattade med följande perspektiv:

Bevakningssituationen för livräddare, utomhus simskola och märkestagning, fördelade enligt nedan.

Myndighetens allmänna råd	Påverkan på verksamheten	SLS rekommendation	Kommentar/ länkar
---------------------------	--------------------------	--------------------	-------------------

Medicinska rekommendationer är granskade av Svenska Livräddningssällskapetets högsta medicinskt ansvariga läkare och är markerade med *. Expertrekommendationer beträffande; Vattensäkerhet, livräddning och simkunnighet, är granskade av sakkunniga inom respektive område på Svenska Livräddningssällskapetets. Kontakter återfinns i slutet av dokumentet.

Organisationer och myndigheter, förkortningar och kontakt

ILS	International Life Saving federation	https://www.ilsf.org/
SLS	Svenska Livräddningssällskapet	https://svenskalivreddningssallskapet.se/
FHM	Folkhälsomyndigheten	https://www.folkhalsomyndigheten.se/
MSB	Myndigheten för samhällsskydd och beredskap	https://www.msb.se/
SOC	Socialstyrelsen	https://www.socialstyrelsen.se/
1177	Vårdguiden	https://www.1177.se/Stockholm/
KO	Konsumentverket	https://www.konsumentverket.se/
HLR	Hjärt- och lungräddning	https://www.hlr.nu/
SBB	Svenska Badbranschen	https://svenskabadbranschen.se/
SvBmf	Svenska Badmästarförbundet	http://www.svbadmf.se/

Bevakningsuppdrag specifikt med anledning av FHM allmänna råd

FHM allmänna råd för att undvika spridning av Covid-19	Påverkan på verksamhet	SLS rekommendationer	Kommentar och länkar
<p><i>Alla verksamheter i Sverige</i> <i>Allmänna råd;</i> Åtgärder för att förhindra smittspridning:</p>	<p>Specifika riktlinjer för nämnda målgrupper och rådgivning hur organisations-specifika verksamheter kan genomföras med minimal smittorisk</p>	<p>Grundregel i alla sammanhang. Har du sjukdomssymptom STANNA HEMMA.</p> <p>Bevakningsorganisationer och verksamhetsansvariga behöver hålla sig uppdaterade på FHM's senaste direktiv såväl som regionala rekommendationer.</p>	<p>https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/h/hslf-fs-202031/</p> <p>https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/27ee1d3ea5cd4669aea9250b53000ae1/hslf-fs-2020-31.pdf</p> <p>https://www.folkhalsomyndigheten.se/globalassets/publicerat-material/foreskrifter/konsoliderade/hslf-fs_2020_12.pdf</p> <p>https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/8829d962a37d4035916b9d0920b1881d/rad-minska-smittspridningen-covid19-badplatser.pdf</p>



FHM allmänna råd för att undvika spridning av Covid-19	Påverkan på verksamhet	SLS rekommendationer	Kommentar och länkar
<p>Förbudet mot allmänna sammankomster och offentliga tillställningar där fler än 50 personer deltar omfattar inte simhallar och bassänger och inte de som vistas på stränder, i parkområden eller liknande.</p>	<p>Däremot gäller FHM's föreskrifter och allmänna råd om allas ansvar att förhindra smitta av covid-19 m.m.</p>	<p>SLS är behjälplig genom att bl.a ta fram informationsmaterial; Hur vill vi att allmänheten ska agera på stranden, strand- och poolvett.</p> <p>Livräddare (LR) = ansvarar för bevakning; förebyggande och avhjälpanse insatser vid olyckor i vatten och på land.</p> <p>Strandvärdar = kommunikatörer av samhällsviktig information för att informera om 2-metersreglen i syfte att minska smittspridning.</p> <p>Badvärdar = personal som arbetar på bassängbad med arbetsuppgifter så som; värdska, lokalvård, försäljning, övervakning m.m.</p>	<p>SLS informationsmaterial: https://svenskalivraddningssallskapet.se/sakerhet/strand-och-poolvett-under-coronapandemin</p> <p>Livräddare är en person som är utbildad av SLS. Det finns två officiella nivåer i Sverige:</p> <ul style="list-style-type: none">• Havslivräddare• Pool-livräddare <p>Strandvärdar är ett bra komplement till befintlig bevakningsverksamhet. SLS föreslår att t.ex. personal från simhallar och badhus, som har grundläggande livräddningskompetens omdisponeras till lokala stränder.</p> <p>Konsumentverkets vägledning för badanläggningar: https://www.konsumentverket.se/globalassets/publikationer/produkter-och-tjanster/sport-fritid-och-skyddsutrustning/vagledning-badanlaggningar-konsumentverket.pdf</p>



FHM allmänna råd för att undvika spridning av Covid-19	Påverkan på verksamhet	SLS rekommendationer	Kommentar och länkar
Huvudmannens förebyggande ansvar till anställda avseende risker i samband med bevaknings- och eller övervaknings uppdrag	Samtal med strandgäster	<p>*Risken för smitta utomhus är generellt mkt låg. Vid interaktion med <i>friska</i> strand- och badgäster håll avstånd, undvik beröring och vid behov ex. efter beröring använd handsprit.</p> <p>Vid interaktion med <i>sjuka</i> gäster gäller munskydd och glasögon eller visir. Efter beröring använd handsprit.</p>	ILS Life Saving Position Statement (LPS20) https://www.ilsf.org/wp-content/uploads/2020/05/LPS-20-Reduced-Lifeguards-in-the-COVID-19-Pandemic.pdf
	Eventuell risk för smittspridning i samband med räddningsutrustning och material; torpeder, radio, bilar, båtar etc. och personlig räddningsutrustning (PPE). T.ex: visselpipa, pocketmask, badkläder, handduk, skyddshandskar etc.	<p>*Risken är låg om livräddare är friska och för allt i utomhusmiljö. Alla livräddare ska vara symptomfria. Rekommendation att utrustning torkas av med valfritt rengöringsmedel mellan pass eller då utrustningen lämnas från person till person. All utrustning torkas av en gång per dygn i tillämpliga delar.</p>	



FHM allmänna råd för att undvika spridning av Covid-19	Påverkan på verksamhet	SLS rekommendationer	Kommentar och länkar
<p>Huvudmannens avhjälpande ansvar för ideella och anställda avseende risker i samband med bevaknings- och eller övervakningsuppdrag</p>	<p>Vid drunkning Närkontakt med nödställd vid ytlivräddning</p>	<p>*Minimal risk i vattnet. Moment som ska minimeras är sådana där den nödställdes saliv eller dylikt kan spridas i luften. Svårt med skydd i vattnet.</p>	<p>ILS rekommendationer vid drunkning: https://www.ilsf.org/2020/06/05/idra-ils-imrf-joint-position-statement-resuscitation-of-the-drowned-person-in-the-era-of-covid-19-disease/</p> <p>PDF guide vid drunkning: file:///C:/Users/38895-12/Downloads/IDRA-ILS-IMRF-COVID-CPR-Algorithm-EN%20(1).pdf forts.</p>
	<p>Hämta under ytan</p>	<p>Se ovan</p>	
	<p>Inblåsningar i vattnet vid drunkning</p>	<p>OBSERVERA! Inblåsningar i vatten ska inte genomföras med hänvisning till den förhöjda risken av smittspridning med anledning av covid-19. Se länk till ILS rekommendationer</p>	<p>PDF guide vid drunkning: file:///C:/Users/38895-12/Downloads/IDRA-ILS-IMRF-COVID-CPR-Algorithm-EN%20(1).pdf</p>
	<p>Inblåsningar på land</p>	<p>Gör en riskbedömning av den nödställda, följ ILS vägledning. Om LR bedömer att den nödställda är en person med låg risk för smittspridning, t.ex. barn, gör fem inblåsningar och därefter 30:2</p> <p>Om personen bedöms utgöra risk för smittspridning försök få anhörig att utföra inblåsningar och LR utför kompressioner, alternativt använd skyddsklassad utrustning.</p> <p>Om personen bedöms utgöra risk för smittspridning och ingen anhörig finns på plats och det saknas skyddsklassad utrustning, utför förenklad HLR med endast bröstkompressioner till dess att ambulanspersonal anländer.</p>	<p>PDF guide vid drunkning: file:///C:/Users/38895-12/Downloads/IDRA-ILS-IMRF-COVID-CPR-Algorithm-EN%20(1).pdf</p>



FHM allmänna råd för att undvika spridning av Covid-19	Påverkan på verksamhet	SLS rekommendationer	Kommentar och länkar
	Hjärt- och lungräddning	<p>*För Livräddare i ideell bevakning gäller:</p> <p>Rubrik 3 <i>"Rekommendationer för allmänheten"</i> och</p> <p>Rubrik 4 <i>"Rekommendationer gällande barn"</i></p>	<p>HLR rådets generella rekommendationer vid hjärt- och lungräddning: https://www.hlr.nu/wp-content/uploads/2020/03/Svenska-HLR-r%C3%A5det-rekommendationer-g%C3%A4llande-covid-19-200320-Final.pdf</p> <p>HLR rådets specifika rekommendationer vid hjärt- och lungräddning vid drunkning: https://www.hlr.nu/hlr-vid-drunkning-i-samband-med-covid19-pandemin/</p>



FHM allmänna råd för att undvika spridning av Covid-19	Påverkan på verksamhet	SLS rekommendationer	Kommentar och länkar
Huvudmannens ansvar för ideella och anställda avseende risker i samband med bevaknings- och eller övervakningsuppdrag	Första hjälpen insatser (sjukdoms- och olycksfall)	<p>*Vid omhändertagande av skadad person där LR bedömer att <i>personen saknar symptom på covid-19</i>: Vanligt omhändertagande.</p> <p>Vid omhändertagande av skadad person där LR bedömer att <i>personen har symptom på covid-19</i>:</p> <p>*Om det framkommer några symptom på covid-19 bör man hålla distansen när detta är möjligt, även om smittrisker generellt är lägre utomhus. Om man måste ha nära kontakt med person bör man ha skydd för ansiktet. T.ex: Visir alternativt glasögon och munskydd.</p>	ILS rekommendationer vid drunkning och första hjälpen: https://www.ilsf.org/2020/06/05/idra-ils-imrf-joint-position-statement-resuscitation-of-the-drowned-person-in-the-era-of-covid-19-disease/

Simskola på friluftsbad med anledning av FHM allmänna råd

FHM allmänna råd för att undvika spridning av Covid-19	Påverkan på verksamhet	SLS rekommendationer	Kommentar och länkar
<p><u>Alla verksamheter i Sverige</u> Allmänna råd; Åtgärder för att förhindra smittspridning</p>	<p>Deltagares oro för smittspridning vid deltagande i simskola</p>	<p>Grundregel i alla sammanhang. Har du sjukdomssymptom STANNA HEMMA.</p> <p>Håll avstånd till varandra. Undvik närkontakt och gör motsvarande övningar på andra sätt. Exempel:</p> <ul style="list-style-type: none"> • I så stor utsträckning som möjligt rekommenderar vi engångsmaterial och att deltagarna har eget material. • Låt externa föreläsare föredra via teams eller liknande. • Sträva efter att i så stor utsträckning som möjligt genomföra utbildningen utomhus. • Livräddningsövningar kan genomföras genom att bogsera docka istället för annan deltagare. • Lägg förband på sig själv istället för en annan deltagare. • Planera eventuellt ett uppsamlingsheat för övningar som kräver närkontakt (exempelvis sjukvårdsbana, upptag på kant etc.) 	



Svenska
Livräddningssällskapet

		<p>vid ett senare tillfälle.</p> <ul style="list-style-type: none">• Vid examinationer som kräver figuranter ska dem som redan är involverade i utbildningen användas.• Eventuella avslutningsmiddagar / banketter ska övervägas om dem kan genomföras på ett säkert sätt avseende 50-personersregeln och 2-metersregeln.	
Information till medlemmar, personal, kunder och besökare med hjälp av myndighetsinformation såsom, affischer, flyers, foldrar m.m.		Skapa trygghet genom att informera eleven och föräldrar vid anmälan till simskolan om ett tryggt och säkert deltagande m.m.. Besök gärna badet innan simskolans start om du är osäker. Använd mallen som FHM gett ut "riskbedömningsverktyg"	https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/e5185243fa404598a08d4b62f7616249/riskbedomning-evenemang-sammankomster.pdf
Möblera om eller på annat sätt skapar utrymme för att undvika trängsel	Vid trånga omklädningsrum eller dylikt.	Om det inte finns tillräckligt med utrymme enligt FHM föreskrifter. Uppmuntra eleven att byta om hemma eller utomhus.	https://www.krisinformation.se/detta-kan-handa/handelser-och-storningar/20192/myndigheterna-om-det-nya-coronaviruset
Erbjuda möjlighet att tvätta händer med tvål och vatten och erbjuder handsprit		Följ FHM föreskrifter och allmänna råd. Länken till höger leder till lättläst information om vikten av handhygien.	https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/skyddadig-och-andra/lattlast/undvik-att-bli-smittad-och-att-smitta-andra-lattlast/
Undvik att flera personer samlas, särskilt i trånga lokaler		Undvik att ha stor avslutning på simskolan med alla grupper tillsammans. Samla istället mindre avslutningar för varje grupp.	
Se till att Idrottsutövare undviks	SLS likställer idrottsutövare	Vi rekommenderar att varje simlärare gör en riskbedömning för varje	https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella



Svenska
Livräddningssällskapet

	med deltagare i simskolan	specifik övning och varje moment i simskolan där det bedöms att det kan förekomma moment där det föreligger risk för närkontakt mellan; • utbildare - deltagare • deltagare - deltagare (se länk i nästa kolumn) Exempel på moment: Medvetande kontroll, fria luftvägar, stabilt sidoläge, bogsering i livboj, m.m.	-utbrott/covid-19/verksamheter/information-till-arrangörer-av-evenemang/
--	---------------------------	---	--

Vid utförande av kunskapsbevis specifikt med anledning av FHM allmänna råd

FHM allmänna råd för att undvika spridning av Covid-19	Påverkan på verksamhet	SLS rekommendationer	Kommentar och länkar
Se till att närkontakt mellan idrottsutövare undviks	SLS likställer idrottsutövare med elever i simskolan	Vi rekommenderar att simläraren gör en riskbedömning för momenten som ingår i kunskapsbeviset. Om det bedöms att det kan förekomma moment där det föreligger risk för närkontakt utför istället motsvarande övningar. (se länk i nästa kolumn) Exempel på moment: <ul style="list-style-type: none">• Medvetande kontroll, fria luftvägar, stabilt sidoläge, bogsering i livboj, m.m.• Livräddningsövningar kan genomföras genom att bogsera livräddningsdocka i livboj istället för jämnstor kamrat.• Stabilt sidoläge och fria luftvägar kan istället eleven uppvisa på sig själv.	Se till att närkontakt mellan idrottsutövare undviks



Denna tolkning uppdateras beroende på nya direktiv och förutsättningar.

Krisledningen inom SLS riksorganisation m a a Covid-19

Anders Jacobsson, ordförande SLS och Läkare/medicinsk sakkunnig.

Kennie Thörn, ledamot SLS och sakkunnig myndighets och krisfrågor

Karin Brand, Generalsekreterare, övergripande ansvarig samt talesperson i press och media

Handläggande sakkunniga tjänstemän

mikael.olausson@sls.a.se ansvarar för stöd i sakfrågor inom området säkerhet

louise.bradde@sls.a.se ansvarar för stöd i sakfrågor inom området livräddning

jill.afedholm@sls.a.se ansvarar för stöd i sakfrågor inom området simkunnighet

HÄR HITTAR NI AKTUELL INFORMATION?

KRISINFORMATION (sajt som samlar och länkar till berörda myndigheter i arbetet med Covid19)

Vi rekommenderar att ni följer och tar del av information som kommer upp på denna sajt. Från denna sajt kan ni sedan ta er vidare till alla myndigheter som är berörda och deltar i arbetet med Covid19

<https://www.krisinformation.se/detta-kan-handa/manniskor-och-smitta/samhallets-beredskap>

Folkhälsomyndighetens riskbedömningsverktyg

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/e5185243fa404598a08d4b62f7616249/riskbedomning-evenemang-sammankomster.pdf>

Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB)

<https://www.msb.se/sv/aktuellt/pagaende-handelser-och-insatser/msbs-arbete-med-anledning-av-coronaviruset/informationssatsning-om-det-nya-coronaviruset/minska-covid-19-spridningen-rad-tips-och-exempel/>

Vårdguiden - Om du känner dig sjuk

Vad gäller symtom och misstänkt smitta så ska man kontakta 1177 Vårdguiden via telefon och berätta om sina symtom och var man vistats den senaste tiden. Besök inte någon vårdinrättning – kontakta alltid 1177 Vårdguiden först.

<https://www.1177.se/Stockholm/>

Svenska Livräddningssällskapet (SLS)

<https://svenskalivraddningssallskapet.se/>

International Life Saving federation (ILS)

<https://www.ilsf.org/>

HLR rådets rekommendationer för HLR

<https://www.hlr.nu/rekommendationer-fran-svenska-radet-for-hjart-lungradning-med-anledning-av-covid-19-coronavirus/>

Svenska badbranschen

<https://svenskabadbranschen.se/svenska-badbranschens-information/>



Så kan du minska smittspridningen

- Tvätta händerna ofta
- Hosta och nys i armvecket
- Undvik att röra ögon, näsa och mun
- Stanna hemma när du är sjuk
- Använd handsprit