

## NCFs beredskapsplan

Sykkelsesongen er i full gang og det er nå i april mange tusen norske syklister som er ute på de første turene i inn- og utland. Dette er dessverre også denne tiden på året da vi har flest ulykker. Alle medlemmer i sykkelklubber kan løse helårslisens og er gjennom denne forsikret på alle sykkeltureturer over hele verden. Men hva gjør vi når ulykken er ute?

NCF har gjennom helårslisensen avtale med Idrettens Skadetelefonen 02033 for raskest mulig rehabilitering. I tillegg har vi en beredskapsavtale med Sjømannskirken ved uhell i utlandet. Last ned Sjømannskirkens Nødnummer app og ha alle nødvendige nummer tilgjengelig på mobil.

Anbefalt beredskaps plan ved trening/arrangement/reiser med klubb og landslag i inn og utland.

- Pårørende lister
  - Alle klubber og lag tilsluttet NCF anbefales å ha oppdatert liste over pårørende til utøvere og ledere som representerer klubben/laget ved trening, arrangement og reiser.
- Oppgavefordeling:
  - Det bør før avreise avklares ansvarsforhold. Hvem kontakter: Sykehus, pårørende, forsikringsselskap. Hvem har ansvaret for øvrige i gruppen.
- Ved alvorlig ulykker:
  - Kontakt Politi/AMK sentral. Ta vare på hverandre og utstyret og ring pårørende umiddelbart.
  - Ved behov kan NCF v/ President eller Generalsekretær være buffer mot media. Ikke kontakt media selv, vær forsiktig med å poste saker i sosiale media slik at pårørende og venner får beskjed først.
- I utlandet:
  - Kontakt ditt forsikringsselskap (reiseforsikring) / eventuelt SOS alarmsentralen.
  - Ta vare på hverandre og utstyret og ring pårørende umiddelbart. Dediker en til å bistå skadelidte på sykehuset og være kontakt ledd mot pårørende og andre i gruppen.
  - Ved alvorlig skader og dødsfall kontakt UD
  - NCF har egen beredskaps avtale med Sjømannskirken for oppfølging og bistand i utlandet. Sjekk hvor de finnes på [www.sjomannskirken.no](http://www.sjomannskirken.no)

- Viktige telefonnummer

- Politi 112
- Ambulanse 113
- Skadetelefonen 02033
- Gjensidige (Lisens) 03100 – (fra utlandet +47 915 03100)
- SOS Alarmsentral +45 701 52 500
- Utenriksdepartementet +47 2395 0000
- NCF:
  - Administrasjon +47 6720 4980
  - President +47 9017 6798
  - Generalsekretær +47 9112 8254

