

# PRAKTISKA TIPS INFÖR EN REGATTA MED PARASEGLARE

Svenska Seglarförbundet i samarbete med stiftelsen Skota Hem.

## Förord

Vi vill med detta dokument påvisa skillnaderna mellan en ”vanlig” regatta och en som inkluderar paraseglare, seglare som har någon typ av funktionsnedsättning. Alltså vad som kan vara bra att tänka på utöver själva kappseglingen (som i stort följer samma förordningar som vilken annan regatta som helst). Det handlar om praktiska saker såsom **tillgänglighet** och **säkerhet**. Detta är ett försök att beskriva arrangemanget för att vinna förståelse för olikheterna och belysa de praktiska aspekter som bör beaktas.

Detta dokument beskriver inga generella regler för vad som måste göras för att anordna en regatta med paraseglare. Text som står med **fetstil** kan dock uppfattas mer som krav. Andra punkter är förslag på hur arrangören kan underlätta för seglarna och hålla en god säkerhetsnivå. Den som ska arrangera en regatta med endast paraseglare bör följa de flesta rekommendationerna.

Som vanligt är det Svenska Seglarförbundets Regelpolicy tillsammans med generella klassregler som gäller.

## SEGLARE MED RÖRELSENEDESÄTTNING

De deltagare som har omfattande rörelsenedsättningar klarar ofta få moment i förberedelserna helt på egen hand. Dessa personer har troligtvis med sig någon som hjälper till, men det kommer flyta på väldigt mycket bättre med extra hjälp och beredskap från regattaorganisationen. Vi rekommenderar att ni tänker igenom era åtgärder, hela vägen. Det hjälper inte att anläggningen har fina handikapptoletter om det t.ex. är en trappa på vägen dit.... Ta hjälp av personer i målgruppen i förberedelsearbetet så kan ni undvika en hel del problem.

## Tillgänglighet

Det kan vara bra att se över tillgänglighet till:

### Klubbhus

- Dörrbredder, min. 70 cm- rek. 90 cm
- **Handikapptoletter, ramp etc. så att det går att ta sig dit**
- Gångar och vägar som fungerar för rullstol- svårast framkomlighet blir av löst grus
- Parkeringsmöjligheter i närheten reserverade för paraseglarna



### Boende

- Möjligheter till boende som är tillgängligt för personer som använder rul

### Bryggor

- **Flytbryggor, ca 30 cm höga, max 15 mm breda springor mellan plank**, gärna stadiga och breda.
- Ramper med rätt bredd (min. 80 cm bred) med rätt lutning (helst inte mer än 12%)
- Plats för **förtöjningar längsmed** bryggan är ett måste.
- Personlift med kunniga ”kranförare” är önskvärt. (inventera behovet bland seglarna på förhand)

Ju mer som kompromissas på anläggningens tillgänglighet, desto viktigare blir det att ha extra funktionärer på plats som kan hjälpa till. Har ramperna rätt lutning, underlaget på området är hårt etc. så kommer de flesta deltagare att vara mycket mer självständiga. Även om det finns folk som kan hjälpa till så ger det mycket för seglaren att inte behöva be om hjälp med sådant den vanligen klarar på egen hand.

### Säkerhet

SSF:s Regelpolicy beskriver att en säkerhetschef skall finnas, samt en av denne utformad säkerhetsplan. Att läsa igenom och beakta §2:14 samt Bilaga 2 i Policyn är ett minimikrav. Sen finns det naturligtvis saker att tänka extra på när det finns seglare med funktionsnedsättningar med i startfältet. Vi ger tips till säkerhetschefen om vilka säkerhetsnivåer som kan vara relevanta i detta sammanhang.

Förberedelser, sjunkteta båtar - 2.4mR ska flyta i marvatten även helt vattenfylld, med 20 kg extra bly (detta enligt klassregeln).

Något större antal säkerhetsbåtar ute på sjön och väl fungerande kommunikation mellan dessa är något som bör beaktas. Säkerhetsbåtarna är lämpligen gummibåtar, för att kunna komma intill för att hjälpa utan skador på båtar och personer. 1 per 5 båtar eller minst två stycken kan vara en tumregel, även att det bör vara minst två personer ombord. Seglarförbundets riktlinje säger att vid jollesegling bör det finnas ett så stort säkerhetspådrag att på fem minuter ska samtliga deltagare kunna ”räddas”. Hur många båtar detta är blir naturligtvis beroende av ett antal omständigheter, såsom avstånd till hamn etc.

### Hjälpare

Cirka en extra hjälpare per tre-fyra deltagare, personer som kan hjälpa till med småsaker och praktiska göromål. T.ex. när alla ska i och ur båtarna kan ta lång tid och det underlättar mycket om det finns extra händer som kan hjälpa till med stort som smått. När seglarna kommer in till bryggorna är det toppen med personer som tar emot och hjälper till vid förtöjningen. Extra hjälp bör även finnas till hands under sjösättningsdagar.

### Seglingarna

- Begränsa utseglingen, det är synd att ödsla all energi på långa utseglingar.



- Minimal väntan mellan starter, även här går det ofta mycket tid åt att vänta, speciellt om det blåser mycket.
- Banlängd är den samma som vanligt i klassen, t.ex. ca. 45 min. i 2.4mR. Passen till sjöss är lämpligtvis inte mer än max 4 timmar långa (ca 3 race). Detta på grund av att många har problem med *toalettbestyr*. (Planera ordentligt med tid om ni tar lunchpaus iland - att komma i och ur båten tar mycket tid. När det är ett blandat startfält med bara ett fåtal paraseglare kan det vara svårt att ta hänsyn till just dessa aspekter.)
- **Kommunicera** med seglarna om deras behov, både innan, under och efter seglingarna så att regattan kan anpassas efter den aktuella gruppens behov.

### Allmänt

Håll extra uppmärksamhet på väder, vind och temperatur - informera gärna! Många blir lätt kalla/överhettade.

Vara uppmärksam och hjälpsam om vädret börjar bli sämre, men **inte** t.ex. ställa in eller bryta tävlingar för tidigt. Återigen kommunicera med seglarna! Är de oerfarna kanske de inte har samma koll på sina gränser.

### SEGLARE MED SYNNEDESÄTTNING

Om inte dessa seglare är del av en seende besättning i ex. en kölbåtsklass så är det troligtvis så att regattan kommer att ske i ett ganska speciellt format t.ex. Blind Matchracing eller Blind Fleetracing. Båda är imponerade format med många egna regler. Där kommer ni som arrangörer att ha en dialog med förbund och seglare som guidar er för ett lyckat evenemang. Om det bara är enstaka seglare som är del av en i övrigt seende besättning är många skillnader uppenbara. Deltagarna kommer troligtvis att ha med sig ledsagare eller får stöd av sin besättning. Men även här kan det komma att krävas utomstående hjälp för att arrangemanget ska flyta och gå ihop tidsmässigt, utan att alltför mycket tid ska gå åt till att förbereda. Konsultera seglare ur målgruppen för bästa möjligheter för förberedelser och en framgångsrik regatta.

### SEGLARE MED INTELLEKTUELLA FUNKTIONSNEDSÄTTNINGAR

Här kommer det att vara lämpligt med förenklade förfaranden kring ex. startprocedur, signalering mm. Att gå igenom NOR på ett lättfattligt sätt för att försäkra er om att den viktigaste informationen når fram är ett annat tips. Se över rutiner och upplägg i samråd med klassförbund, seglare eller annan organisation med lämplig erfarenhet av målgruppen för att skapa ett lyckat evenemang.