

---

# HSS KRISHANTERINGSPLAN

---

## Syfte

Syftet med denna plan är att skapa en krismedveten beredskap inför oväntade allvarliga händelser för att minimera risken för kaos och fler olyckor. För att:

- att omhänderta dem som drabbats av olyckor eller andra allvarliga händelser så effektivt och humant som möjligt.
- att motverka stress för inblandade.
- att genom snabbt och tydligt agerande minimera risken för spekulationer.
- att stödja föreningens krisgrupp och dess resurspersoner i arbetet med att hjälpa medlemmar/klubbar.

## Definition

Som extraordinär händelse/kris betraktar vi sådant som uppfyller kriterierna:

- avviker från det som är normalt
- uppstår hastigt, mer eller mindre oväntat och utan förvarning
- hotar verksamheten och/eller personer i verksamheten
- kräver snabba beslut och koordinerade insatser från flera

Som allvarliga definierar vi händelser/kriser som berör eller kan beröra en eller flera personer genom allvarlig fysisk eller psykisk påverkan, eller dödsfall. Exempel på sådan kris kan vara dödsfall och olycksfall med personskada, eller hot, rån eller annat fysiskt/psykiskt våld.

## Krisgrupp

Styrelsen utgör föreningens krisgrupp. Den i krisgruppen som blir kontaktad ansvarar för SMS/telefonkedja till övriga i gruppen för att sammankalla. Samlingsplatsen är i entrén på Fjärran höjder badet

Följande ansvarsområden utdelas varje gång gruppen sammankallas:

## Ledning av krisgrupp

Initialt leds krisgruppen av ordförande, men krisgruppen kan besluta om annat.

## Sekreterare

Sammanställer aktuellt händelseförlopp och kunskapsläge fortlöpande. Skriver protokoll vid alla möten.

## Massmediekontakter

Sköts av en person (i taget, vid långvarig kris). Ska ej vara föreningens ordförande, eller den som leder krisgruppen. Sköter alla kontakter med tidningar, radio, TV, nyhetsbyråer och webbtidningar. Kontakterna med massmedia bör dirigeras av en person för att minimera risken för ostridiga och vilseledande uppgifter. Men när en kris blir utdragen är det omöjligt att dessa kontakter sköts av en och samma person. Utse i så fall två till tre personer som kan avlösa varandra. Detta kräver att de inblandade hela tiden delger varandra skeendet.

### **Psykosocialt ansvarig**

Planerar formerna för det psykologiska/medicinska omhändertagandet. Först kontaktas närmast berörda, i andra hand övriga. Vid behov av krisstöd hänvisas dagtid i första hand till primärvården, nätter och helger till psykakuten. Beslutar om eventuella vidare kontakter med anhöriga. Beslutar om eventuella hembesök.

### **Administratör**

Denna person har ansvaret för aktuella telefonlistor och e-postadresser över involverade personer. Dessutom för administratören en journal, där alla händelser/insatser beskrivs kortfattat med angivande av tid. Samordnar telefonpassning med kansliet.

### **Resurspersoner**

Krisgruppen bör ha ett antal resurspersoner som kan vara behjälpliga beroende på vad som har inträffat

### **Krisen kommer - en första insats**

Om krisen inträffar under pågående verksamhet ansvarar tränarna/ledarna för den första insatsen enligt "Checklista kris". Så snart någon i styrelsen får vetskap om krisen, ansvarar den personen för att sammankalla övriga i styrelsen som utgör krisgruppen. Samlingsplatsen är i entrén på Fjärran höjder badet.

Krisgruppens primära uppgift inledningsvis är att assistera ledarna/tränarna på krisplatsen, och så snart som möjligt överta ansvaret för hantering från ledarna/tränarna. Det kan innebära att några i krisgruppen får bege sig till krisplatsen, eller att så snart som möjligt arrangera hemtransport för deltagarna. Tränarna/ledarna som är på plats ansvarar inte för att, och ska inte, kontakta anhöriga, media eller övriga. De ska endast ha kontakt med räddningspersonal på plats, och krisgruppen hemma. Krisgruppen ansvarar för alla övriga kontakter.

### **Handlingsplan**

Den andra uppgiften för krisgruppen är att upprätta en handlingsplan, för hur den aktuella krisen ska hanteras.

### **Krispärm**

På kansliet finns en pärm döpt "HSS KRISPÄRM". I krispärmen finns mall för handlingsplan, checklista, viktiga telefonnummer samt annan viktig information för krisgruppen.

---

## **CHECKLISTA**

---

### **Förarbete:**

Ansvarig	Vem är ansvarig? (förslagsvis ordförande)
Försäkringsvillkor/avtal	Vad har er förening för försäkringsskydd? Försäkringsnummer?
Deltagarlista	Upprätta deltagarlistor vid alla tillfällen då ni samlas inom föreningen. Vid resor – bifoga resplan. Ta med ett exemplar av deltagarlistan till aktiviteten och lämna en kopia till styrelsen eller kansliet i er förening.
Anhöriglista	Upprätta en anhöriglista vid längre utflykter som läger, tävlingar m m. Ta med ett exemplar och lämna en kopia hemma på föreningen.

Utbildning Informera förtroendevalda och anställda om agerande och ansvar vid olyckshändelse eller krissituation.

**Om olycka inträffat:**

Assisterande ledare 1 Lämna aldrig den/de olycksdrabbade ensamma.  
Assisterande ledare 2 Lämna aldrig gruppen ensam.  
Ta reda på alla fakta Ledaren informerar ansvarig i föreningen omgående.  
Vad har hänt?  
Individens tillstånd  
Sjukhusets namn  
Ansvarig läkare  
Telefonnummer  
Vem gör vad (polis, sjukvård, kommun, landsting, kyrka, föreningen)  
Kontinuerlig uppdatering av information  
Kontaktar vid behov rikskriminalen, SOS alarm.

Aktivera krisgruppen Ansvarig i föreningen sammankallar krisgruppen.  
Arbeta i team! Dela upp arbetsuppgifterna.

Samla gruppen Assisterande ledaren samlar gruppen på avskild mötesplats. Be gruppen att inte tala med media utan hänvisa till ledaren.

Informera media Ledaren informerar media om tid och plats för information (skydda verksamheten).  
Låt bara den som fått i uppdrag att tala med media göra det.  
Ansvarig i föreningen ansvarar för kontakten mot anhänga.  
All information ska utgå från en person och det kan vara lämpligt att utse den som är ansvarig i föreningen.

Pressmeddelande Ansvarig i föreningen skriver pressmeddelande eller kallar till presskonferens (klart och tydligt budskap med vanliga ord och fakta).  
Att tänka på:  
Skriv kortfattat  
Beskriv vad som hänt  
Berätta vilka åtgärder som vidtagits  
Ange kontaktuppgifter  
Var tillgänglig  
*Be att få läsa allt material innan det publiceras.*  
Besvara inte de frågor som ej är lämpliga men förklara varför du inte svarar.

**Lokalt stöd:**

Ansvarig i föreningen försöker se till att anhänga får stöd och sällskap av lokala människor. Idrottsfolk, kyrka, kommun eller vårdpersonal.

**Uppgifter:**

Snabbt finnas till hjälp i hemmet  
Vara lugn och tydlig  
Vara en bra lyssnare  
Vara en stödperson (svara i telefon, avlasta mot media och andra)  
Hjälp till med kontakter mot myndigheter  
Ta hand om småsaker som måste göras

### Efterarbete:

Juridiskt stöd	Kontakta jurist Rättigheter/skyldigheter Hjälp inför eventuella förhör Arrangörens säkerhetsansvarig/tävlingsansvarig kan hamna i polisförhör
Förhör	Vägra ställas inför förhör utan juridiskt stöd. Delta aldrig i förhör ensam.
Polisutredning	Ansvarig i föreningen ber att få ta del av polisutredningen
Kondoleans	Ansvarig i föreningen ansvarar för kondoleans.
Minnesstund	Ansvarig i föreningen ansvarar för minnesstund. Hur gör vi? Vem kontaktar vi? Vad "förväntas"?
Begravning	Hur informerar vi /bjuder in? Vem ska närvara ? Vad ska man göra? Vad säger man till anhöriga, vänner och kompisar som man möter för första gången?
Debriefing	Ledare, gruppen, anhöriga, krisgruppen, klubben, övriga
Utvärdera	Håll kontakt med varandra och släpp inte taget! Utvärdera insatsen, uppdatera krisplanen.

## VIKTIGA TELEFONNUMMER

112	Ring 112 om du eller någon annan i din närhet behöver omedelbar hjälp av ambulanspersonal, brandkår eller polis. Här finns även jourhavande präst.
+45 7010 5050	SOS Internationals larmcentral (vid olyckor utomlands)
026-10 55 77	Brottsofferjouren i Gävle
026-17 50 83	Gästrike räddningstjänst (inre befäl)
116 111	BRIS - Barnens hjälptelefon
077-150 50 50	BRIS - Vuxentelefon - om barn
08-401870	Brottsförebyggande rådet
08-331231	Giftinformationscentralen
113 13	Information vid kris och olyckor
0771-46 7010	Läkemedelsupplysningen
08-702 16 80	Jourhavande Medmänniska
114 1	Polis
1177	Sjukvårdsrådgivning
0771-11 77 99	Sjukvårdsrådgivning - Texttelefonanvändare
070-205 61 06	Sjöräddnings sällskapet Gävle

---

## TIPS

---

### **Samtal med anhörig**

### **Tala om vem du är**

Var lugn och tydlig  
Hur du fått meddelandet  
Vad som har hänt  
Att du varit i kontakt med SOS i Köpenhamn (vid olyckor utomlands)  
Namnet på sjukhuset  
Vilket telefonnummer SOS i Köpenhamn nås på  
Att ledaren är hos den drabbade nu och framöver  
Mobilnummer där ledaren nås  
Be de anhöriga att sköta den fortsatta kontakten med SOS och ledaren på plats  
I händelse av att media hör av sig be de anhöriga att inte uttala sig, hänvisa till ansvarig i föreningen, inte ge några kommentarer.  
Vid förfrågan kontakta övriga anhöriga.

### **Förarutbildning**

### **Vi utsätter oss för stor riskexponering i minibussar:**

Ovana vid bussen  
Många personer  
Tungt lastade  
Trycket från passagerarna  
Utbilda era minibussförare!

---

## ALLMÄNT OM KRISER

---

Människors reaktioner vid en krissituation skiljer sig mycket åt. Dessa faser går dock de flesta genom:

- under chockfasen uppstår ett stadium av förnekande och flykt
- under reaktionsfasen börjar personen ta in verkligheten och inse vad som hänt
- bearbetningsfasen innebär att symptom och beteendestörningar minskar och att självkänslan kommer tillbaka
- nyorienteringsfasen innebär att nya aktiviteter ersätter sådana som gått förlorade

**Det är viktigt med TYDLIGA RUTINER för vad som bör göras. Till exempel vem som ska:**

- ge första hjälpen
- ta hand om skadade eller drabbade
- kalla på ambulans
- ta kontakt med anhöriga
- följa med till sjukhus eller hem
- ta hand om vittnen till händelsen
- informera arbetskamrater och/eller massmedia

**Detta kan man göra efteråt:**

- lämna inte den drabbade utan uppsikt
- ge den drabbade möjlighet att tala om sina upplevelser
- försöka ge svar på de frågor som den drabbade har
- upprepa informationen flera gånger, eftersom den kan vara svår att ta till sig
- acceptera och ta de olika symptom och reaktioner som den drabbade visar på allvar
- undvika att inge falska förhoppningar
- försöka att få den som drabbats acceptera hjälp från omgivningen