



Krisplan KA 2 IF

Beslutad och reviderad senast: 2026-04-18

Om något händer

- Om du upplever hot eller otrygghet – avbryt verksamheten!
- Sätt dig själv och andra i säkerhet.
- **Vid en akut situation och fara för liv: Larma 112.**
- Utför nödvändiga första-hjälpen-åtgärder.
- Bedöm behovet av och vidta akuta säkerhetsåtgärder (bevakning, avspärrning, utrymning, inrymning).
- Skapa trygghet, lugn, stärk självförtroende och inge hopp (ge psykologisk första hjälp).
- Kontakta krisgruppen

Vad är en kris

Med kris avser vi en svår händelse (lokalt, nationellt eller internationellt) som berör föreningen och som kan påverka människor så att krisreaktion uppstår. Exempel på sådana svåra händelser är trafikolycka, sjukdom eller akut dödsfall, brand, sabotage, hot, skjutning, terrorbrott, naturkatastrofer, sexuella övergrepp och annat våld fysiskt eller psykiskt.

Med krishantering menar vi vår strävan att minimera skadorna på vår förening och dess medlemmar. Krishanteringen pågår till dess att vår krisgrupp beslutar att återgå till normalläge. Med krisstöd avses det omedelbara omhändertagandet av en person/grupp i kris i form av avlastningssamtal samt eventuella efterföljande professionella insatser av exempelvis psykolog, församlingsrepresentant eller räddningstjänst.

Aktivering av krisgrupp

1. Kontakta föreningens ordförande Anders Högelius, 0739-81 03 35

Om inte ordförande går att nå, kontakta någon av övriga i krisgruppen nedan.

2. Vice ordförande: Jenny Blum 076 -859 80 57
3. Sekreterare: Anna Dyberg-Ek 0767- 22 53 71

Krisgruppens ordinarie medlemmar är beslutande med ordförande ytterst ansvarig för beslut. Externa personer som eventuellt kompletterar krisgruppen med sin kompetens är endast rådgivande.

Beroende av krissituation kan krisgruppen kompletteras med personer inom föreningen som till vardags är utbildade läkare, fysio, sjuksköterska, kurator, skolsköterska, polis, psykolog mfl.



Revidering av krisplan

Styrelsen går igenom och uppdaterar krisplanen en gång per år (december). Dateringen uppdateras oavsett om revidering skett eller inte.

Kommunikation av krisplan

Krisplanen tillgängliggörs för medlemmarna på föreningens hemsida. Krisplanens förstasida anslås också i träningsförråd, spekerhus samt klubbstuga för enkel tillgänglighet av kontaktuppgifter.

Styrelsen ansvarar för att en gång per år se till att krisplanen kommuniceras på lämpligt sätt till föreningens ledare, medlemmar och vårdnadshavare.

Styrelsen, genom medlemssektionen, ansvarar för att nya ledare informeras om krisplanen.

Handlingsplan vid kris

1. Sammankalla

- Ordförande kallar samman krisgruppen till föreningens lokal eller via annat forum.
- Rollerna förtydligas inom gruppen. Om krisgruppen behöver kompletteras med externa personer tillfrågas dessa.
- Dokumentera vilka som är närvarande.

2. Skaffa en bild av läget och fördela ut ansvar

Ordförande leder arbetet, sekreterare dokumenterar och loggför arbetet inklusive dokumenterar vem som är ansvarig för varje aktivitet.

- Vad har hänt?
- Var har det hänt?
- Vilka är inblandade?
- Har ett lagbrott skett?
 - Vid misstanke om lagbrott - kontakta polisen och låt polisen sköta utredningen.
Telefon: 114 14.
 - Finns misstänkt förövare i föreningen, rådgör med polis inför vidare hantering.
 - Har förövaren ett förtroendeuppdrag i någon form, ska den personen omedelbart ta "time out" under eventuell utredning.
- Behöver vi komplettera med ytterligare resurser från föreningen?
- Behöver vi externt stöd?
 - Ska den kommunala POSOM-gruppen aktiveras?
 - Kan BRIS Idrottsledaretelefon (077-440 00 42) ge stöd?
 - Kan Idrottsombudsmannen (08-627 40 10, idrottsombudsmannen@rf.se) ge stöd?
- Behöver någon pausas från sitt uppdrag i verksamheten?
- Vilket stöd behöver de inblandade?
- Vilket stöd behöver övriga i föreningen?



- Vilka behöver informeras om händelsen, internt/externt?
 - På vilket sätt ska detta ske och vilka kanaler ska användas?
- Upplever någon av oss oro för ett barn?
 - Ta kontakt med föräldrarna. Om problematik misstänks finnas inom den utsattes familj ska socialtjänsten istället kontaktas först.
 - Vid oro för ett barn, alternativt vid misstanke om brott mot ett barn eller brott begått av ett barn - kontakta socialtjänsten i vår kommun. 0455-30 44 00 eller 020-45 39 00.
- Behöver försäkringsbolag kontaktas?
- Har personuppgifter kommit i orätta händer?
 - Säkerställ anmälan till Integritetsskyddsmyndigheten (IMY)
- Om stadgebrott, anmäl till Svenska Friidrottsförbundets Disciplinnämnd.
- Om händelsen rör doping kan du kontakta [Svensk Antidopnings Visselblåstjänst - Dopingtips](#).

3. Sätt upp en tidplan för arbetet

Vi bokar alltid ett uppföljande möte innan vi lämnar nuvarande möte. Återupprepa tills dess att vi beslutat att gå tillbaka till normalläge.

4. Riktlinjer för kommunikation i processen

- Håll kommunikationen levande och tillgänglig. Bättre att säga något två gånger än ingen alls.
- Kommunicera samma budskap internt och externt. Människor pratar med varandra och det är viktigt att ge samma sanna bild till alla.
- Informationen ska vara saklig och relevant, utan spekulationer eller gissningar.
- Var transparent, men med förnuft. Behåll integritet och agera med stor hänsyn till de drabbade/inblandade.
- Svara på de frågor som ställs. Är du osäker på svaret, be att få återkomma.
- Upprätta en intern kommunikationslista, exempelvis med styrelse, ledare, aktiva, aktivas föräldrar, medlemmar, andra föreningar som delar samma arenor.
- Bevaka vad som sägs/skrivs i media och sociala medier för att kunna hantera eventuella felaktigheter eller ryktesspridning.

5. Efter krisen

- **Avsluta** - Besluta när det är dags att återgå till normalläge.
- **Bearbeta** - Krisgruppen och eventuellt andra personer behöver kanske ventilera och diskutera jobbiga saker som hänt.
- **Utvärdera** - Analysera ert krisarbete och tillämpa lärdomarna i det förebyggande krisarbetet.
 - Vad gjorde vi bra?



- Borde vi gjort något annorlunda?
- Bör vi uppdatera vår krisplan? I så fall hur?

Bilagor med checklistor för olika typer av händelser

Bilaga 1: Checklista vid dödsfall

Bilaga 2: Checklista vid brand

Bilaga 3: Checklista vid olycka/trafikolycka/skada

Bilaga 4: Checklista vid övergrepp och våld

Bilaga 5: Rutin vid inbrott, stöld eller bedrägeri

Bilaga 6: Beredskapsplan vid misstanke om doping

Bilaga 7: Vid misstanke om droger

Bilaga 8: Bra att ha

Bilaga 9: Logg



Bilaga 1: Checklista vid dödsfall

VIKTIGT! Visa alltid empati för personer som påverkas.

- Bekräfta dödsfallet: Säkerställ att informationen är korrekt och, om möjligt, få bekräftelse från officiella myndigheter.
- Kontrollera om anhöriga redan har informerats, t ex i kontakten med officiella myndigheter. Om inte, rådgör med polis eller andra myndigheter om bästa sättet att nå ut till dem.
- Uttryck föreningens stöd och deltagande till anhöriga. Erbjud hjälp med praktiska frågor, t.ex. kontakta andra medlemmar och organisera minnesstund.
- Respektera anhörigas önskemål kring vad som ska kommuniceras om dödsfallet.
- Informera styrelsen och medlemmarna på ett respektfullt och tydligt sätt i samråd med anhöriga.
- Aktivera eventuellt kommunens POSOM-grupp för att få externt stöd i att hantera krisen.
- Avboka eller omorganisera föreningens aktiviteter vid behov.
- Om dödsfallet påverkar externa samarbetspartners eller allmänheten, förbered ett kortfattat och respektfullt uttalande i samråd med anhöriga.
- Det finns en stor risk att medlemmar undviker anhöriga för att inte behöva möta obekväma situationer. Viktigt därför att bibehålla löpande kommunikation med anhöriga. Uttryck återkommande ert stöd och erbjud hjälp genom hela krisen.
- Håll en dialog med anhöriga om föreningens eventuella deltagande vid begravning eller andra minnesstunder.
- Planera gemensamma samlingar där medlemmar kan sörja och stödja varandra. Erbjud samtal och stöd, exempelvis genom att bjuda in en krishanterare, psykolog, präst, imam eller annan församlingsledare.
- Kommunicera var barn kan vända sig för ytterligare stöd, till exempel BRIS stödtelefon 116 111 och chat som är öppen dygnet runt. Informera även om att vuxna kan få stöd från BRIS i hur de kan stötta barn, telefon 0771 - 50 50 50.
- Organisera överlämning av avliden persons eventuella tillhörigheter som förvaras hos föreningen.
- Hedra den eller de avlidna. Ta hänsyn till kulturella och religiösa behov. Anpassa stödet efter medlemmarnas och den avlidnes bakgrund. Informera anhöriga om hur ni tänkt hedra den/de avlidna. Ni kan till exempel:
 - Bära svarta sorgband.



- Hålla en tyst minut.
- Hissa flagga på halvstång.
- Om den avlidne var förtroendevald eller hade specifika ansvarsområden, säkerställ att dessa uppgifter tillfälligt tas över av någon annan.
- Informera relevanta parter som försäkringsbolag och eventuella externa finansiärer.

Begravningsbyråer kan ge stöd och vägledning för vad som kan vara lämpligt och viktigt att göra som förening vid ett dödsfall.

Organisationen Mind kan ge stöd i koppling till självmord. Besök Mind.se.



Bilaga 2: Checklista vid brand

I det akuta skedet:

A. Larma och rädda

1. Larma nödnummer 112.

2. Rädda människor: Hjälp alla att snabbt och säkert lämna byggnaden via nödutgångarna.

- Ge extra stöd till barn, äldre och personer med funktionsnedsättningar.

3. Varning: Aktivera eventuellt brandlarm för att varna andra.

B. Släck om möjligt

- Om branden är liten och säker att hantera, använd brandsläckare eller brandfilt för att försöka släcka den.
- Om det inte är säkert att släcka branden, lämna omedelbart byggnaden.

C. Evakuera

- Följ föreningens evakueringsplan:
 - Samla alla vid en förutbestämd uppsamlingsplats.
 - Kontrollera att ingen saknas.
- Undvik att återvända till byggnaden innan räddningstjänsten ger klartecken.

I efterarbetet:

VIKTIGT! Visa alltid empati för personer som påverkas

- Samarbeta med räddningstjänst och polis för att säkerställa att området är säkert. Bidra till att ingen återvänder till byggnaden innan räddningstjänst gett klartecken.
- Om någon skadats eller omkommit, se separata checklistor.
- Informera styrelsemedlemmar och andra ansvariga om händelsen.
- Ge vid behov information till medlemmar om lämpliga stödresurser så som vårdcentral, kurator, BRIS och/eller psykolog.
- Informera försäkringsbolaget om branden och påbörja skadeanmälan.
- Fotografera och dokumentera skador för försäkringsändamål.
- Klargör hur verksamheten påverkas och hur detta ska kommuniceras.



- Efter branden, återställ/säkerställ att brandsläckare, brandfiltar och brandlarm finns och fungerar.
- Se till att nödutgångar är tydligt markerade och fria från hinder.
- Säkerställ att lokalerna uppfyller brandskyddslagar och föreskrifter i samråd med räddningstjänst. Vid behov, kontakta kommunen för rådgivning.
- Upprätta en förteckning över viktiga inventarier.



Bilaga 3: Checklista vid olycka/trafikolycka/skada

I det akuta skedet:

- Kontrollera att platsen är säker för dig själv, andra och den skadade. Varna andra, till exempel genom varningsblinkers och varningstriangel i trafiken.
- Vid fara (brand, elchock, farliga miljöer) evakuerar området om möjligt.
- Bedöm skadans allvarlighetsgrad (medvetslöshet, blödning, brutna ben, etc.).
- Ring **112** omedelbart om det är en nödsituation.
- Ge första hjälpen och/eller instruera andra att göra det.
- Ta reda på den/de skadades identitet och kontakta anhöriga så snart som möjligt. Informera sakligt om situationen.
- Om lämpligt, dokumentera skadan och platsen för olyckan i bild och text.
- Vid behov, notera vittnesuppgifter. Dokumentera händelsen genom att prata med närvarande och skriva ner fakta. Be om namn och kontaktuppgifter från vittnen.

I efterarbetet:

VIKTIGT! Visa alltid empati för personer som påverkas

- Bedöm om kommunens POSOM-grupp ska aktiveras i samråd med kommunens kontaktperson.
- Informera lagkamrater, tränare och andra berörda på ett lugnt och faktabaserat sätt. Ge information om lämpliga stödresurser så som vårdcentral, kurator, BRIS och/eller psykolog.
- Undvik att spekulera eller sprida obekräftad information.
- Skriv en rapport om vad som hänt. Inkludera tid, plats, skadans art och åtgärder som vidtagits.
- Rapportera olyckan till försäkringsbolag om det är aktuellt samt informera inblandade om tillgång till eventuella försäkringar genom föreningen.
- Håll kontakt med den/de skadade och deras anhöriga. Ge dem stöd i den omfattning ni finner lämpligt i kontakten med vården.
- Ge stöd i rehabiliteringsprocessen i den mån det är möjligt.
- Visa föreningens stöd till personen, till exempel genom:
 - Att skicka blommor, choklad eller liknande från föreningen.



- Vid längre sjukhusvistelse, samordna ett besök på sjukhuset från föreningens sida om så är lämpligt.
- Uttryck ert medlidande och stöd till personen/personerna i era kommunikationskanaler. Gör det i samråd med personen själv och anhöriga.
- Efter en olycka kan en person lätt bli isolerad från sociala mötesplatser. Ha dialog med personen om sociala sammankomster i föreningen där personen har möjlighet att delta och underlätta om möjligt deltagandet genom att välja lämpliga platser, erbjuda hjälp med transport eller erbjuda digital medverkan.



Bilaga 4: Checklista vid övergrepp och våld

I det akuta skedet:

- Vid pågående våld, larma nödnummer 112.
- Vid pågående våld, skydda den utsatta personen och se till att denne är i en trygg miljö.

Vid behov, använd RF:s anonyma visselblåsarfunktion för att rapportera misstänkta incidenter som du upplever inte kan hanteras av föreningen.

I efterarbetet:

VIKTIGT! Visa alltid empati för personer som påverkas, både offer, (misstänkta) förövare och anhöriga/närstående.

Att agera snabbt, professionellt och med empati för offer, förövare och anhöriga/närstående är avgörande för att hantera en kris av detta slag på ett ansvarsfullt sätt.

- Om barn är inblandade, ta alltid barnets bästa i beaktning. Vad som är barnets bästa avgörs utifrån varje unikt fall.
- Kontakta kommunens kontakt för POSOM-grupp för rådgivning. Aktivera kommunal POSOM-grupp för krisstöd om det bedöms aktuellt.
- Kontakta externa personer för rådgivning. Lämpliga organisationer och myndigheter att kontakta kan vara polisen, socialtjänsten (vid inblandade offer eller förövare under 18 år), BRIS idrottsledartelefon, Idrottsombudsmannen, Brottsofferjouren och PrevenTell (stöd kring bemötande av förövare vid sexualbrott).
- Om den utsatta öppnat upp sig för en vuxen om sin utsatthet - ge följande information till den vuxna person som offret valt att öppna upp sig för:
 - Ta ansvar för att finnas kvar för den utsatta. Boka in och erbjud ett nästa samtal genom att till exempel säga "Vi pratar igen imorgon efter träningen" eller "Jag ringer dig på söndag". Tröskeln för att öppna upp sig om våldsutsatthet är sällan lägre vid andra, tredje och fjärde samtalet. Att som offer ta initiativ till samtal kan kännas oerhört jobbigt. Lägg därför inte över det ansvaret på offret. Om någon som är/varit utsatt har öppnat upp sig för dig så är det just dig som offret har förtroende för och har valt att prata med.
 - Visa empati och lyssna utan att ställa ledande eller utredande frågor. Att utreda är inte ditt ansvar, det ska polis och/eller socialtjänst göra.
 - Tänk på kroppsspråk och ansiktsuttryck. Väldigt många som utsatts för våld och övergrepp känner själva en skam och skuld och tror att ingen ska tro på dem. Visa att du tror på och lyssnar aktivt på personen. Det är också bra att uttrycka tydligt till personen att det inte är dennes fel, att skulden för övergrepp ligger hos förövaren, även om det kan kännas självklart.



- Ditt bemötande i samtal med den utsatta har stor inverkan på offrets fortsatta bearbetning samt offrets vilja att vara målsägande i en juridisk process.
 - Var transparent med offret. Berätta om du eller föreningen känner att ni behöver göra en orosanmälan till socialtjänsten. Var tydlig med att du inte kan lova att det personen säger kan hållas hemligt. Du måste få ta hjälp av andra för att kunna hjälpa den utsatta.
 - För att en polisutredning ska bli lyckad krävs att den utsatta som blir målsägande är redo för den juridiska process som detta innebär. Forcera inte denna process, offret kan behöva tid för att landa i detta, men var tydlig med att du tycker det är viktigt att polisen får möjlighet att utreda det som hänt.
 - Ge information om stödresurser till offret, såsom vårdcentral, kurator, BRIS och/eller psykolog. Killar.se och Maana.se bedriver anonyma stödchattar för killar/män respektive tjejer/kvinnor.
- Bedöm vilket ansvar föreningen kan ta för att stötta den utsatta.
 - Ta kontakt med socialtjänsten för rådgivning om offer eller förövare är under 18 år. Gör en orosanmälan om så är lämpligt. Orosanmälan kan göras av en individ men även av juridisk person.
 - Ta kontakt med polis. Vem som helst kan göra en polisanmälan, även juridisk person. För en lyckad process vid polisanmälan är målsägandes (offrets) inställning till processen avgörande. Målet bör alltid vara att polisanmälan ska göras men ibland kan en forcerad process göra att offret backar och sluter sig.
 - Om den misstänkte är en ledare, anställd eller medlem, ska föreningen besluta kring att eventuellt pausa personen från verksamhet tills vidare utredning är klar.
 - Bedöm vilket ansvar föreningen kan ta för att stötta den misstänkte.
 - Informera den misstänkte om att föreningen hanterar frågan enligt lag och föreningens handlingsplan/policy. Ge information om lämpliga stödresurser så som vårdcentral, kurator, BRIS och/eller psykolog. Killar.se och Maana.se bedriver anonyma stödchattar för killar respektive tjejer. PrevenTell är en anonym stödlinje för förövare av sexuella övergrepp. Hantera samtalen med empati för den misstänkte utan att förminska vad offret utsatts för.
 - Bedöm vilka i föreningen som behöver informeras. Ha stor respekt för de inblandades integritet och undvik att sprida detaljer som kan påverka utredningen eller skada inblandade.
 - Bedöm vilket stöd som ska erbjudas tränare, aktiva, styrelse och anhöriga. Arrangera eventuellt mötesplatser för att kunna möta medlemmar i samtal.
 - Bedöm om något behöver kommuniceras externt. Ha stor respekt för de inblandades integritet och undvik att sprida detaljer som kan påverka utredningen eller skada inblandade.



Bilaga 5: Rutin vid inbrott, stöld eller bedrägeri

Vid misstänkt inbrott i någon av de fastigheter som KA 2 IF hyr ska styrelsen informeras omedelbart. Kontakta ordförande eller vice ordförande i första hand.

Process vid misstänkt inbrott

Medlem följer handlingsplanen i detta dokument och kontaktar därefter styrelsen.

Styrelserepresentant kontaktar ägaren till fastigheten där det misstänkte inbrottet skett.

Styrelserepresentant, ensam eller tillsammans med medlem som upptäckte misstänkt inbrott, upprättar en polisanmälan.

Kopia på polisanmälan skickas till fastighetsägaren.

Process vid misstänkt stöld

Medlem följer handlingsplanen i detta dokument och kontaktar därefter styrelsen.

Styrelserepresentant, ensam eller tillsammans med medlem som upptäckte misstänkt stöld, upprättar en polisanmälan.

Därefter följer rättslig process.

Process vid misstänkt bedrägeri

Medlem följer handlingsplanen i detta dokument och kontaktar därefter styrelsen.

Styrelserepresentant, ensam eller tillsammans med medlem som upptäckte misstänkt bedrägeri, upprättar en polisanmälan.

Därefter följer rättslig process.



Bilaga 6: Beredskapsplan vid misstanke om doping

Beredskapsplan vid misstanke om doping KA2 IF 2023-03-15

Om vi misstänker eller upptäcker att någon använder dopingmedel i KA2 IF tar vi direkt kontakt med personen

Misstanke kan komma från aktiva, tränare, media, läkare eller andra utomstående. Tränare eller medlem av styrelsen/krisgruppen tar direkt kontakt med personen i fråga och informerar om misstanke eller upptäckt. Om det inte finns någon naturlig förklaring så ska dopingtest tas. Den misstänkte blir avstängd från träning och tävling till dess det är bevisat att personen inte är dopad. Avstängning gäller även om den misstänkte vägrar delta i dopingtest. Styrelsen är beslutande organ om avstängning i föreningen.

Tänk på sekretessen

Sekretessen i en dopingutredning är sträng och fallet blir tidigast känt när idrottsutövaren själv går ut med information eller stängs av under utredning. Beslut om avstängning under utredning eller bestraffning sänds per brev inom tre dagar till den avstängde, föreningen, SDF, SF och RF:s dopingkommission.

Vad gör vi om en medlem visar sig vara dopad?

Styrelsen beslutar om avstängning för träning och tävling. Styrelsen beslutar om eventuella återtaganden av tidigare utdelade priser, medaljer, utmärkelser etc. Vi uppmanar personen att lämna fullständig information om vilka dopingpreparat som har missbrukats och hur personen i fråga har kommit över dessa. Styrelsen informerar träningskamrater och tränare om vad som hänt.

Förutom ansvarig kontaktperson för media så utser styrelsen en person som ansvarar för kontakter med sponsorer och andra samarbetspartners om ett dopingfall drabbar klubben. Styrelsen eller tränaren initierar kontakt med sjukvården för att hjälpa den dopade personen.

Vad är doping?

Olika typer av dopingfall kan behöva hanteras på olika sätt

Dopingfusk - idrottare som medvetet försöker fuska. Det finns några svenska idrottsstjärnor som fallit tungt när de avslöjats som dopingfuskare. Generellt sett är det i Sverige svårt för elitidrottare att dopa sig utan att bli upptäckta då RF bedriver en omfattande dopingkontrollverksamhet. Det förekommer även kontroller på lägre nivå.

Doping genom kosttillskott som innehåller dopingklassade substanser

Många svenska idrottare på internationell elitnivå uppger att de inte använder kosttillskott utan satsar på fullvärdig kost istället. Risken att få i sig dopingklassade substanser via kosttillskott är större bland motionärer och idrottare på lägre nivå eftersom man där inte på samma sätt är medveten om riskerna.

Doping genom läkemedel - Bruk av läkemedel utan att den aktive förstår att det är dopingklassat

Detta kallas ibland för misstagsdoping och beror mest på slarv och okunskap om gällande dopingregler. Oavsett om doping sker av misstag eller ej, så är det personliga ansvaret detsamma.



Man får alltså inget mildare straff bara för att man är okunnig. Vill man vara med och tävla inom idrott så måste man känna till både tävlingsregler och dopingregler. Ett bra hjälpmedel för att se vilka mediciner som klassas som doping är Röda listan som finns på www.rf.se. För idrottare på lägre tävlingsnivå och motionsidrottare som kanske aldrig tävlar är situationen en annan. De omfattas av en generell dispens som ger dem rätt att använda läkemedel om det finns medicinska behov. Det är endast efter att ha lämnat ett positivt dopingprov som en motionsidrottare kan behöva styrka det medicinska behovet.

Anabola Androgena Steroider (AAS) - Missbrukare som använder AAS av helt andra skäl än att förbättra idrottsprestationer

Syftet kan vara att bli självsäker, modig, aggressiv eller muskulös. De flesta dopingfall med AAS uppdagas bland motionärer som inte tävlingsidrottare vilket gör det till ett samhällsproblem. AAS kan ge svåra fysiska och psykiska biverkningar.

Ring Dopingjouren på 020-456 987 vid frågor om AAS eller läs mer på www.dopingjouren.se.

Vid upptäckt av dopingmissbruk av Anabola Androgena Steroider (AAS) är det viktigt att veta att sådant bruk och hantering också är olaglig enligt svensk lag.



Bilaga 7: Vid misstanke om droger

Föreningens drogpolicy

Vad gör jag

Om misstanke om droger föreligger ska föräldrarna snarast kontaktas för information om personen är under 18 år.

Om misstanke om hantering eller bruk av alkohol, narkotika eller anabola steroider föreligger ska du kontakta polisens gatulangningsgrupp och socialförvaltningens fältsekreterare för information.

Om misstanke bekräftas ska personen avstängas från sin aktivitet i föreningen under den tid som föreningen bestämmer i det enskilda fallet.

Svårt att upptäcka droger.

Det kan vara svårt att upptäcka om någon använt droger. Tillåt dig som ledare att vara misstänksam. Om du vill kan du ta kontakt med socialförvaltningens fältsekreterare och med deras hjälp låta personen lämna ett drogtest (rintest) - med föräldrarnas tillåtelse om barnet är under 18 år.

Ansvar

Ansvarig ledare ska se till att drogpolicyn efterlevs inom laget/gruppen. Ordförande ansvarar för föreningens övergripande arbete med drogpolicyn och att den sprids till alla medlemmar och ledare.



[Bilaga 8: Bra att ha](#)

Lämpliga stödfunktioner för barn

BRIS - Barnens Rätt I Samhället

Telefonnummer: 077-150 50 50 eller 077-440 00 42 (för idrottsledare)

Chattfunktion öppet dygnet runt.

Karlskrona Socialförvaltning

Telefonnummer kontorstid: 0455-30 44 00

E-post: socialforvaltningen@karlskrona.se

Lämpliga stödfunktioner för vuxna

Brottsofferjouren

Telefonnummer: 116 006

Chattfunktion.

[Brottsofferguiden](#)

Ger person som blivit utsatt för brott en överblick över vad som kan vara aktuellt i den situationen. Webbplatsen drivs av Brottsoffermyndigheten.

Rådet för Trygg Friidrott

Om du vill prata med någon oberoende, få allmänna råd eller info om hur en anmälan går till.

Kontakta *Rådet för Trygg Friidrott*. Kontakten tas inledningsvis via mail. Tystnadsplikt kan efterfrågas och du kan berätta om vad som hänt eller få råd kring hur situationen kan hanteras.

[Kontaktuppgifter hittar du här.](#)

Polisanmälan

Vid akut händelse: RING 112

Telefonnummer polisen: 114 14



Hur/var kan jag göra polisanmälan?

Du kan göra en polisanmälan på polisen.se eller genom att ringa 114 14, besöka en reception vid en polisstation eller hos en polispatrull.

Kan jag göra polisanmälan även om jag inte är säker på att ett brott har begåtts?

Ja, du kan göra polisanmälan om du misstänker att ett brott har begåtts. Det är polisens uppdrag att sedan utreda vad som har hänt och samla in bevis.

Svenska Friidrottsförbundets Disciplinnämnd

Disciplinnämnden är första instans av handläggning av bestraffningsärenden enligt RF:s stadgar 14 kap. I praktiken innebär detta att nämnden endast granskar och beslutar kring de anmälningar om bestraffning som inkommer till förbundet. Disciplinnämnden är alltså inte en part som utreder olika situationer eller hanterar missnöje ([Friidrott.se](https://friidrott.se), 2024).

Vill du göra en anmälan om bestraffning?

Kan ej göras anonymt.

En anmälan till bestraffning görs till Disciplinnämnden som granskar och fattar beslut i ärendet. Allt i enlighet med RF Stadgar 14 kap.

Lathund: [Hur du gör en anmälan till bestraffning](#)

Blankett: [Anmälan till bestraffning](#)

Svensk Antidopnings Visselblåstjänst - Dopingtips

Det kan röra sig om användning av förbjudna substanser eller metoder, manipulation av dopingkontrollprocessen, innehav av förbjudna substanser eller metoder, uppmuntran eller assistans av läkare, tränare eller andra personer att använda förbjudna substanser eller metoder.

Vänd dig till [Dopingtips](#).

RF-Sisu Blekinge

Mailadress: blekinge@rfsisu.se

Telefonnummer: 0455-367650

Svenska Friidrottsförbundet

E-post: info@friidrott.se



Bilaga 9: Logg

Datum/tid:

Anteckning:
