

Stöd- och krisplan

Varbergs GIF Gymnastik



1. Syfte och Omfattning

Denna stöd- och krisplan syftar till att beskriva hur Varbergs GIF Gymnastik ska agera vid akuta händelser som olyckor, hot, dödsfall och andra allvarliga situationer. Planen gäller all verksamhet inom föreningen, inklusive träningar och tävlingar.

Mål:

- Skapa trygghet och tydliga rutiner
 - Säkerställa snabbt och empatiskt agerande
 - Ge stöd till drabbade och anhöriga
 - Minimera skador och risker
 - Förebygga spekulationer och rykten
-

2. Värdegrund och Policy

Föreningens policy bygger på respekt, trygghet, jämlikhet och inkludering. Ingen ska diskrimineras eller kränkas, varken av kollega, gymnast eller ledare oavsett roll i föreningen. Vid allvarliga incidenter ska ett strukturerat omhändertagande ske. Varje fall är unikt och kan hanteras olika.

Omfattar:

- Olyckor och akuta sjukdomsfall
 - Dödsfall
 - Hot, våld och rån
 - Övergrepp och trakasserier
 - Allvarliga konflikter
-

3. Krisorganisation - Roller och Ansvar

Den kontaktade medlemmen ansvarar för telefonkedjan och sammankallar krisgruppen, i samråd med styrelsen för att utse roller för enskilda händelser.

Roller:

- **Krisledare:** Leder krisarbetet och fattar beslut.
- **Informatör:** Dokumenterar händelseförlopp och informerar styrelse och medlemmar.
- **Massmediekontakter:** Uttalar sig i media och säkerställer korrekt information.
- **Psykosocialt ansvar:** Bedömer stödbehov och kontaktar anhöriga.
- **Administratör:** Håller kontaktuppgifter uppdaterade och dokumenterar åtgärder.
- **Medlemskontakt:** Hanterar frågor från medlemmar.
- **Resurspersoner:** Kallas in vid behov för extra stöd.

4. Larmkedja

1. Larma 112 vid akuta situationer.
2. Krisledaren kontaktas och aktiverar krisgruppen.
3. Administratören startar telefonkedjan.
4. Styrelsen informeras av informatören.
5. Krisrummet etableras.

5. Viktiga Kontaktuppgifter

- Akut: 112
- Sjukvård: 1177
- Varbergs sjukhus: 0340-48 10 00
- Polis: 114 14
- Socialtjänsten: 0340-88500
- Övrigt: BRIS 116 111
- RF SISU halland@rfsisu.se
- Idrotts Ombudsman gymnastikombudsman@gymnastik.se

6. Handlingsplan vid Akuta Händelser

Generell Checklista:

- Bedöm säkerhet
- Larma 112
- Ge första hjälpen
- Dokumentera tid och åtgärder

Vid Svår Olycka eller Dödsfall:

- Utse roller och säkerställ att ingen lämnas ensam.

Vid Rån eller Hot:

- Prioritera säkerhet och följ instruktioner.

Vid Misstanke om Övergrepp:

- Dokumentera och kontakta socialtjänst.
-

7. Psykosocialt Stöd

Ge stöd direkt efter en kris, tillåt känslor och ge vatten och lugn miljö. Uppföljningssamtal ska genomföras med ledare och deltagare.

8. Kommunikation och Mediaplan

Endast utsedda personer uttalar sig. Bekräfta fakta och undvik spekulationer.

9. Sekretess och Dokumentation

Föreningen följer GDPR. Journaler ska förvaras säkert och dokumentation sparas endast så länge som nödvändigt.

10. Utvärdering och Återgång

Samla ledare och aktiva för att utvärdera insatser och identifiera förbättringsområden.

Bilagor

- **Checklista - Akuta Händelser**
 - **Checklista - Olycka/Dödsfall**
 - **Checklista - Hot/Rån**
 - **Checklista - Misstanke om Övergrepp**
 - **Pressmeddelande Mall**
 - **Informationsbrev till Vårdnadshavare Mall**
-

Krisplanen godkänd och antagen November 2025 Varbergs GIF Gymnastik, för styrelsen

Checklista baserad på händelse

1: Checklista – Akuta händelser

- Säkerställ trygghet på platsen
- Larma 112
- Ge första hjälpen
- Flytta övriga deltagare till trygg plats
- Aktivera krisgruppen
- Dokumentera tid, händelse och åtgärder
- Kontakta anhöriga enligt rutiner
- Informera gruppen sakligt och lugnt

2: Checklista – Olycka/dödsfall

- Utse roller: ansvarig, stödperson, larmansvarig, anhörigkontakt
- Lämna aldrig den skadade ensam
- Möta räddningstjänst
- Samla övriga och ge stöd
- Dokumentera allt
- Vid dödsfall: polis/sjukvård lämnar dödsbud

3: Checklista – Hot/rån

- Sätt säkerheten först
- Följ instruktioner – motsätt dig inte
- Larma polis
- Lås lokalen efteråt
- Samla vittnen
- Skriv ned signalement direkt

4: Checklista – Misstanke om övergrepp

- Dokumentera ordagrant vad barnet sagt
- Larma socialtjänst vid misstanke
- Vid akut fara: 112
- Informera inte misstänkt person
- Informera styrelsen
- Kontakt med vårdnadshavare endast om det inte riskerar barnet

Bilaga 8: Checklista – Brand

- Rädda de som är i omedelbar fara
- Larma 112
- Släck brand om möjligt utan att utsätta dig för fara
- Utrym lokalen enligt utrymningsplan
- Samla deltagare på uppsamlingsplats
- Genomför namnupprop
- Ingen återvändning innan Räddningstjänsten godkänt lokalen
- Informera styrelse och krisledare
- Dokumentera händelse och åtgärder

Bilaga 9: Checklista – Försvunnen person

- Samla lugnt in uppgifter: när, var och av vem personen sågs senast
- Kontrollera lokaler, toaletter, omklädningsrum, utanför byggnaden
- Larma 112 om personen är minderårig eller i fara
- Informera krisledare och styrelse
- Informera vårdnadshavare direkt
- Dokumentera tidpunkter, observationer och åtgärder
- Avsluta inte sökinsatsen förrän myndighet tar över eller personen återfunnits

Bilaga 10: Checklista – Skada på träning

- Avbryt träningen omedelbart
- Bedöm skadans allvarlighetsgrad
- Vid allvarlig skada: larma 112
- Vid mindre skada: ge första hjälpen och besluta om hemgång eller vårdcentral
- Dokumentera skadan (tid, plats, orsak, åtgärder)
- Informera vårdnadshavare
- Följ upp skadeläget kommande dagar

Bilaga 11 Checklista – Kränkning

- Lyssna och dokumentera ordagrant
- Avbryt handlingen direkt och separera berörda
- Informera krisledare
- Tala med båda parter enskilt
- Vid allvarliga fall: informera vårdnadshavare
- Vid misstanke om brott eller våld: kontakta socialtjänst eller polis
- Följ föreningens värdegrund och disciplinära rutiner
- Tillfälligt pausa ledare från sin roll tills utredning är gjord avseende handling
- Följ upp med samtal och stöd till den utsatta

5: Informationsbrev till vårdnadshavare (mall)

Ämne: Information om händelse i föreningen

Hej,

Vi vill informera om att en incident inträffat i samband med [aktivitet/plats] den [datum]. Alla berörda har fått stöd och situationen är under kontroll. Vi samarbetar med berörda myndigheter och följer våra rutiner.

Vi ber er att undvika spekulationer och hänvisar eventuella frågor till: [kontaktperson + kontaktuppgifter].

Vänliga hälsningar, Varbergs GIF Gymnastik

Bilaga 6: Pressmeddelande (mall)

Rubrik: Incident i Varbergs GIF Gymnastik

Datum: [datum]

Varbergs GIF Gymnastik kan bekräfta att en incident inträffat i samband med [aktivitet]. Berörda personer har omhändertagits och vi samarbetar med myndigheterna.

I nuläget kan föreningen endast bekräfta följande fakta:

- [Fakta 1]
- [Fakta 2]
- [Fakta 3]

För ytterligare information hänvisas till [namn, roll, kontaktuppgifter].

Vi kommenterar inte detaljer rörande pågående utredningar.