Krisplan 2026-01-07

ÅKERSBERGA SIMSÄLLSKAP

Innehåll

1. Inledning 1
2. Krisplanens syfte 2
3. Krisgrupp 2
4. Krisplan 2
4.1. Akuta olycksfall – Första insatsen 3
4.1.1. Brådskande olycksfall - Ring 112 3
4.1.2. Övriga olycksfall 3
4.2. Olycksfall – Insatser direkt efter inträffad händelse 3
4.2.1. Informationsflöde 3
4.2.2. Extra åtgärder vid dödsfall 4
4.2.3. Uppföljning 4
4.3. Person som mister nära anhörig 4
4.3.1. Informationsflöde 4
4.3.2. Uppföljning 5
4.4. Hot, våld, sexuella trakasserier eller mobbning 5
4.4.1. Krisgruppsarbete 5
4.4.2. Polisanmälan 5
4.4.3. Informationsspridning 5
4.4.4. Uppföljning 6
5. Dopning 6
6. Viktiga telefonnummer 6

1. Inledning

Denna plan ska vara en vägledning för Åkersberga Simsällskaps styrelse, tränare, och ledare när det under träningar, tävlingar, läger eller andra av ÅSS ledda aktiviteter sker:

- Dödsfall
- Drunkningstillbud

- Trafikolycka till och från träning, tävling och läger.
- Allvarligt sjukdomstillbud
- Hot, våld, sexuella trakasserier eller mobbning
- Misshandel
- Psykisk ohälsa (självskadebeteende, depression, missbruk, självmordstankar)
- Dopning
- Annan allvarlig händelse

2. Krisplanens syfte

Krisplanens syfte ska vara att skapa en medveten beredskap vid en krissituation som berör ÅSS verksamhet och dess ledare, tränare och medlemmar så att omhändertagande av de som drabbats kan ske så effektivt och humant som möjligt så att fysiska och psykiska skador kan minimeras.

Alla ÅSS tränare, ledare och styrelse ska känna till krisplanen, vad den innehåller och hur den ska användas. Krisplanen skall finnas tillgänglig i simhallen samt finnas på ÅSS hemsida.

Krisplanen skall uppdateras med namn och kontaktuppgifter inför varje terminsstart, efter varje årsmöte då ändring sker i form av byta av styrelsens ledamöter eller när andra personer som ansvarar för krisplanen byts ut.

3. Krisgrupp

Krisgruppens medlemmar består av följande roller samt av ansvarig ledare/tränare på plats vid kristillfället:

Roll	Namn	Telefonnr	Email
Ordförande	Lotta Brennwald	070-2086110	lotta.brennwald@akersbergasim.nu
Vice Ordförande	Jens Johansson	070-9639836	Jens.johansson@akersbergasim.nu
Huvudtränare 2	Sara Dahlin	070-3848773	saradahlin81@gmail.com
Huvudtränare 1	Johan Sundy	070-8745799	johan.sundby@gmail.com

Krisgruppen måste snabbt kunna samlas alternativt ordna ett video/telefonmöte.

Den i krisgruppen som blir kontaktad först av ansvarig på plats ansvarar för att starta en telefonkedja till de övriga i gruppen. Krisgruppen utser en ansvarig för den kris som inträffat. Vid olyckor är det viktigt att beslut om åtgärder tas i samråd med de närmast berörda.

När krisgruppen samlas skall det alltid skrivas protokoll och föras en journal över det inträffade och efterföljande uppföljning.

4. Krisplan

Krisplanen är uppdelad per krisområde för att underlätta krisarbetet. ***Ansvarig ledare/tränare på plats leder det akuta arbetet på plats och ansvarar för att kontakta krisgruppen***

4.1. Akuta olycksfall – Första insatsen

4.1.1. Brådskande olycksfall - Ring 112

1. Ring alltid 112 först vid akuta olyckor, ge första hjälpen på plats.
2. När larmoperatören svarar: Tala om vad som hänt, varifrån du ringer och var ni befinner er, vilket nummer du ringer ifrån och var beredd att svara på frågor.
3. Håll övriga simmare och medlemmar borta från olycksplatsen, tillse att någon tröstar och lugnar dem.
4. Ansvarig ledare/tränare på plats kontaktar vårdnadshavaren och beskriver händelseförloppet samt talar om vart simmaren har åkt och att medföljande vuxen finns med.
5. En vuxen person följer med simmaren till sjukhuset.
6. Ansvarig ledare/tränare på plats meddelar simmare på plats samt krisgruppen, se lista ovan
7. Samla övriga simmare och se till att ingen lämnar platsen utan att föräldrar underrättas

4.1.2. Övriga olycksfall

1. Rådgör med sjukvårdsupplysningen **Ring 1177**
2. Vid behov ordna transport
3. Vid behov, ring efter ambulans
4. Håll övriga simmare och medlemmar borta från olycksplatsen, tillse att någon tröstar och lugnar dem.
5. Ansvarig ledare/tränare på plats kontaktar vårdnadshavaren och beskriver händelseförloppet samt och talar om vart simmaren har åkt och att medföljande vuxen finns med.
6. En vuxen person följer med simmaren till sjukhuset.
7. Ansvarig ledare/tränaren på plats meddelar krisgruppen se lista ovan.
8. Samla övriga simmare och se till att ingen lämnar platsen utan att föräldrar underrättas

4.2. Olycksfall – Insatser direkt efter inträffad händelse

4.2.1. Informationsflöde

Krisgruppen ansvar för vilken information som skall delges samt hur detta skall göras

- **Info till anhöriga:** Ansvarig tränare/ledare vid olyckan ansvarar i samråd med Krisgruppen för den fortsatta kontakten med hemmet. OBS! Vid dödsfall underrättas polisen.
- **Info till simgruppen:** Den berörda träningsgruppen får fortsatt information av ansvarig tränaren/ledare vid olyckan i samråd med Krisgruppen.
- **Info till föräldrar i gruppen:** Ansvarig tränare/ledare vid olyckan ansvarar i samråd med Krisgruppen för att samtliga vårdnadshavare i den drabbade träningsgruppen får nödvändig information för att kunna ta hand om sina barn och deras eventuella stress och oro.
- **Info övriga grupper:** Krisgruppen är ytterst ansvarig för hur och vilken information som övriga grupper skall få.
- **Massmedia:** Om olyckan eller dödsfallet kan ha intresse för media sköter Krisgruppen all kontakt med pressen
- Krisgruppen avgör om präst eller diakon behöver kontaktas
- Krisgruppen avgör om Österåkers kommun skall kontaktas

4.2.2. Extra åtgärder vid dödsfall

Krisgruppen ansvarar för att anordna ev. minnesstund inom klubben. Minnesstund i simmarens träningsgrupp hålls helst dagen efter meddelandet om dödsfallet. Vid behov kontaktar krisgruppen präst. OBS! Meddela de anhöriga hur minnesstunden ska utformas och vad den ska innehålla. Minnesstunden kan t ex omfatta:

- Minnesord från ordföranden/tränare/ledare
- Ev. minnesord av präst
- Någon läser en dikt samt spelar musik eller sjunger

Förslag till text på brev som simmarna tar hem, kan skickas ut eller läggs upp på hemsidan:

”Simgrupp ... har idag mottagit det tragiska beskedet att ... har avlidit. Detta är naturligtvis något som vi alla, i synnerhet simmarna i -gruppen berörs starkt av.

Vi har ägnat tid åt att samtala om det som hänt och det är av stor betydelse att man också i hemmet talar om det inträffade.

Tveka inte att ta kontakt med oss för ytterligare upplysningar. Tel.nr .... ”

Krisgruppen tillfrågar även de anhöriga om de önskar låta simmarens kamrater delta på begravningen.

4.2.3. Uppföljning

Krisgruppen ansvarar för att ledare, tränare och medlemmar får stöd och hjälp. Uppföljning skall ske med jämna mellanrum.

4.3. Person som mister nära anhörig

4.3.1. Informationsflöde

I samband med att någon i simgruppen eller att ledaren/tränare i simgruppen underrättas eller får kännedom om dödsfallet kontaktas Krisgruppen. Simmaren tillfrågas i samråd med familjen hur de vill att detta skall hanteras samt om simmarens kamrater kan/ska meddelas.

- **Info till gruppen:** Krisgruppen ansvarar i samråd med familjen för att den berörda gruppen får nödvändig information dödsfallet samt att gruppen får verktyg att stödja sin kamrat i hens sorg. Önskar simmaren/familjen att inte berätta om det inträffade måste det respekteras.
- Simmare/medlem som mister nära anhörig mår oftast bäst av att börja träna så snart som möjligt. Övergången underlättas genom en tidig kontakt mellan tränare och hemmet.

4.3.2. Uppföljning

Krisgruppen ansvarar för att ansvarig tränare följer upp simmaren/medlemmen genom egna iakttagelser och genom samtal, samt dialog med andra tränare och simmarens vårdnadshavare.

4.4. Hot, våld, sexuella trakasserier eller mobbning

Simmare, tränare, ledare eller annan person inom ÅSS som blir hotad, utsatt för våld, sexuella trakasserier eller mobbning av en person som tillhör ÅSS eller av en extern person, ska omedelbart meddela detta till den person man har mest förtroende för inom ÅSS. Denna ledare/tränare kontaktar Krisgruppen.

4.4.1. Krisgruppsarbete

Krisgruppen pratar med berörda parter och analyserar läget, därefter avgör Krisgruppen tillsammans med den utsatta medlemmen om en handlingsplan och beslutar om nästa steg. Är simmarna/medlemmarna som varit inblandade omyndiga ska Krisgruppen meddela vårdnadshavare.

Vid behov av stöd i frågor som rör hot, våld eller sexuella trakasserier som, skett inom föreningens organiserade aktiviteter, ta kontakt med Idrottsombudsmannen hos RF-SISU.

4.4.2. Polisanmälan och oros anmälan

Alla brott skall polisanmälas. Krisgruppen ska se till att utsatt person får det stöd hen behöver och hjälper till om polisanmälan skall göras.

Tänk på att konkret material som kan anses vara bevis, såsom bilder, chattar eller annan kommunikation inte ska hanteras av krisgruppen, tränare, ledare, vänner, m.fl. Informationen ska lämnas direkt till polisen. Det kan vara straffbart att hantera eller vidarebefordra dylik information.

Om oro finns för den som utsatts såväl som för förövaren ska orosanmälan göras till kommunen. Orosanmälan kan göra anonymt eller i kontakt med Lottie Skarsted på kommunen, 08-540 815 97

4.4.3. Informationsspridning

Var försiktig med informationsspridning som gäller hot, våld eller sexuella trakasserier. Tänk på att den utsatta alltid måste ge sitt medgivande och om den utsatta är minderårig behövs tillstånd från vårdnadshavaren innan informationen sprids. Om situationen tillåter kan information delges i gruppen eller i föreningen. Krisgruppen ansvarar för informationsspridning av händelsen.

4.4.4. Uppföljning

Krisgruppen skall erbjuda hjälp och stöd till de drabbade och följa upp efter en tid.

5. Doping

Doping är olagligt och ska rapporteras till Krisgruppen alternativt kan tips lämnas anonymt till Antidoping Sverige på telefon 076-726 60 10, se information på Antidoping Sverige

Vid misstanke om doping ska en dialog tas med berörd simmare. Doping kan ske omedvetet på grund av kunskapsbrist om t.ex. mediciner, kosttillskott eller annat olagligt preparat. Är simmaren minderårig ska kontakt tas med vårdnadshavaren. Undersök om dispens kan sökas för preparatet i efterhand.

Om en simmare åker fast för doping vid en kontroll gäller följande:

- Kontakt tas med simmaren för att gå igenom processen.
- Analysera läget. Vad har hänt? Har simmaren använd ett olagligt preparat, smitit från kontroll eller på annat sätt försvårat kontroll?
- Tänk på att all information om doping är strängt sekretessbelagd, endast simmaren själv kan gå ut med informationen eller om officiell information går ut att simmaren stängts av under utredning.
- All extern kommunikation sköts av Ordföranden.

Det är viktigt att förstå vad som gäller om simmaren blir avstängd. Simmaren kan då inte delta på några träningar, läger eller organiserade aktiviteter hos en förenings ansluten till RF under avstängningstiden. Simmaren kan inte heller inneha ett förtroendeuppdrag i förening eller var tränare/instruktör under avstängningstiden.

6. Viktiga telefonnummer

112 - Nödnummer vid fara för liv, jourhavande präst

1177 - Sjukvårdsrådgivning på telefon

114 14 - Polisens nummer vid icke-akuta händelser

113 13 - SOS Alarm, informationsnummer vid olyckor och kriser

+45 701 05050 - SOS utomlands

08-540 812 56 - Socialtjänst

08-410 200 40 – Socialjour. Vid akuta ärenden när Socialjouren är stängd **08-454 23 37**

08-540 845 00 - Östra Ryds församling

020-20 20 20 – Taxi 020