

HANDLINGSPLAN FÖR TRYGG IDROTT

Härnösands Alpina | Säsongen 2026/2027 | Gällande handlingsplan

Alla barn, ungdomar och vuxna ska kunna delta i Härnösands Alpinas verksamhet i en trygg, inkluderande och respektfull miljö. Planen beskriver hur vi förebygger otrygghet, agerar vid oro eller händelser och följer upp vårt arbete.

1. Omfattning och ansvar

Planen gäller hela föreningen: alpint, freeski, snowboard, skicross, puckelpist, träning, tävling, läger, resor, arrangemang och arbete i Vårdkasbacken. Den omfattar aktiva, tränare, ledare, styrelse, vårdnadshavare, volontärer och andra som deltar i verksamheten.

- Styrelsen har övergripande ansvar för trygghetsarbetet, skyddsåtgärder och årlig uppföljning.
- Tränare, ledare och ansvariga funktionärer förebygger otrygghet, ingriper och rapporterar oro utan dröjsmål.
- Alla medlemmar och vuxna bidrar till trygg miljö och säger ifrån vid kränkningar, trakasserier, hot och risker.

2. Förebyggande arbete

Bemötande och delaktighet. Vi accepterar inte mobbning, diskriminering, trakasserier, sexuella trakasserier, övergrepp eller förnedrande bestraffningar. Barnets bästa och rätt att komma till tals vägleder beslut. Kommunikation anpassas efter ålder och behov.

Ledare och trygga vuxna. Styrelsen säkerställer kontroll av registerutdrag för personer med direkt och regelbunden kontakt med barn enligt idrottens krav. Utdrag visas upp men kopieras inte. Nya ledare och volontärer introduceras i trygghetsarbetet.

Resor och läger. Ansvarsfördelning, tillsyn, kontakt med vårdnadshavare och möjlighet att få stöd av annan vuxen planeras i förväg. Onödiga slutna enskilda situationer mellan vuxen och barn undviks.

Digital trygghet och integritet. Kränkande meddelanden eller publiceringar accepteras inte. Bilder på barn hanteras varsamt enligt föreningens integritetspolicy.

Säker verksamhet. Ledare och backansvariga följer säkerhetsrutiner för backe, lift, utrustning, väder och olyckor. Föreningens drog- och alkoholpolicy gäller; ingen vuxens användning får äventyra barns trygghet eller aktiviteten.

3. Kontakt vid oro för barn

Vid misstanke om att ett barn far illa ska föreningens ordförande Sandra Itämaa alltid kontaktas på 070 33 55 222. Detta gäller även om en orosanmälan redan har gjorts. Vid akut fara ring 112 omedelbart; invänta inte kontakt med ordföranden.

Den som misstänker att ett barn far illa ska också kontakta socialtjänsten för råd eller göra en orosanmälan. Det krävs inte bevis. Kontakt med ordföranden får aldrig fördröja en akut insats eller orosanmälan. Om oron gäller ordföranden, kontakta annan styrelseledamot och socialtjänsten direkt.

Barn och vuxna kan också vända sig till en betrodd tränare, annan vuxen, styrelsen, RF-SISU Västernorrland eller Idrottsombudsmannen.

4. När något har hänt – fem steg

1. Skydda och lyssna. Säkra tryggheten, avbryt kränkningar och ordna vård vid behov. Lyssna lugnt, ta uppgifter på allvar, lova inte sekretess och ställ inte ledande frågor. Dokumentera sakligt.

2. Kontakta rätt instans. Akut fara: 112. Misstänkt brott: polisen, 114 14 eller 112 akut. Oro för barn: socialtjänsten. Kontakta alltid ordföranden vid misstanke om att barn far illa enligt avsnitt 3. Informera vårdnadshavare när det är säkert; rådgör med socialtjänst/polis om misstanken gäller hemmet.



3. Besluta om skydd och stöd. Styrelsen utser ansvarig för ärendet och beslutar om proportionerliga tillfälliga skyddsåtgärder, exempelvis paus från uppdrag, utan att föregripa skuldfrågan. Erbjud stöd.

4. Informera varsamt. Endast de som behöver veta får information. Ordföranden eller annan utsedd person sköter extern kommunikation. Skydda integritet och undvik ryktesspridning.

5. Följ upp. Kontrollera att skydd och stöd fungerar, dokumentera beslut och förbättra rutiner. Vid misstänkta idrottsliga regelbrott kontakta berört förbund eller Idrottsombudsmannen.

5. Dokumentation och sekretess

Anteckna datum, tid, plats, berörda, vad som uppgetts, vidtagna åtgärder och ansvarig för uppföljning. Skilj fakta från uppgifter och bedömningar. Förvara dokumentationen med begränsad åtkomst enligt integritetspolicyn. Sprid inte känsliga uppgifter i gruppchattar.

6. Uppföljning under säsongen 2026/2027

- Inför säsongsstart: Styrelsen går igenom planen, kontaktvägar och ledarrutiner samt informerar tränare och volontärer.
- Vid gruppstart och läger: Tränare/lägeransvarig går igenom trygghetsregler och hur oro rapporteras.
- Löpande: Alla ledare uppmärksammar signaler; styrelsen hanterar incidenter och följer upp åtgärder.
- Våren 2027: Styrelsen samlar in synpunkter och utvärderar trygghetsarbetet.
- Inför 2027/2028: Styrelsen ser över och vid behov reviderar planen.

7. Viktiga kontakter

Ordförande, Härnösands Alpina: Sandra Itämaa – 070 33 55 222 (alltid vid misstanke om att barn far illa)

Akut fara, ambulans, polis, räddningstjänst: 112

Polisen, ej akut: 114 14 | Sjukvårdsrådgivning: 1177

Socialtjänst/orosanmälan: Härnösands kommun, se kommunens aktuella kontaktvägar

Härnösands Alpina: info@harnosandsalpina.se

RF-SISU Västernorrland: rfsisu.se/distrikt/vasternorrland

Idrottsombudsmannen: rf.se | BRIS för barn: 116 111

8. Styrande dokument

Föreningens stadgar, drog- och alkoholpolicy, integritetspolicy och säkerhetsrutiner för Vårdkasbacken. Barnkonventionen, Riksidrottsförbundets riktlinjer för trygg idrott, Svenska Skidförbundets riktlinjer och RF-SISU Västernorrland är vägledande.