



Beredskapsplan för Hässelby HEAT

En handledning och ett stöd vid kris och katastrof.

Inledning

Beredskapsplan för Hässelby HEAT är tänkt som en hjälp och ett stöd i att hantera olika former av krishändelser. Planen innehåller konkreta råd och anvisningar för att vi på ett bra sätt ska kunna möta och stödja våra medlemmar och varandra i händelse av kris.

Beredskapsplanen tar upp situationer som vi helst vill undvika att hamna i, men som vi vet händer. Med planen ges stöd och vägledning i vilka åtgärder som kan sättas in om en krissituation skulle uppstå.

Det råder stora individuella skillnader mellan barns krisreaktioner och mellan vuxnas krisreaktioner. Tanken med denna handlingsplan är att bidra till en struktur som garanterar att alla spelare och ledare i Hässelby HEAT kan omhändertas på ett bra sätt vid en eventuell kris. Tänk på att vid händelse av kris alltid agera med såväl stort ansvar som finkänslighet (diskretion).

Till stöd för dig som medlem tillsätter Hässelby HEAT en Krisgrupp som har en beredskap vid eventuell kris och som kan hjälpa dig med, det oftast, svåra arbetet att möta personer i sorg.

Krisgrupp Hässelby HEAT info@hasselbybasket.com

Vid akut händelse under pågående aktivitet ring 112 omedelbart.

Vid akut händelse - i hallen ring 112.

Akuta åtgärder på olycksplatsen

Den/de personer som är vid olycksplatsen eller först kommer dit gör följande:

- tillkalla ambulans/polis/brandkår
- ge första hjälpen
- håll andra utövare/spelare borta från olycksplatsen
- trösta och lugna.

Information

Direkt efter att ledare eller annan berörd person fått information om olycka/sjukdom ska styrelsen kontaktas på info@hasselbybasket.com för att eventuellt tillsätta en krisgrupp. Därefter får ledaren eller annan berörd person fortsatt information och rådgivning genom krisgruppen.

Information till lagkamraterna

Ledare alternativt någon ur krisgruppen informerar den berörda gruppen om olyckan/sjukdomen vid ett godkännande av familjen.



Uppföljning

Stötta och hjälp varandra i ledargruppen så att ni orkar ta hand om era spelare. Ta hjälp av krisgruppen vid behov. Det är viktigt att följa upp det som hänt med berörda spelare.

Dödsfall av medlem.

Information

Direkt efter att ledare eller annan berörd person fått information om dödsfallet ska styrelsen kontaktas på info@hasselbybasket.com för att tillsätta krisgrupp. Därefter får ledaren eller annan berörd person fortsatt information och rådgivning genom krisgruppen.

Kontakt med anhöriga

Krisgruppen tillsammans med gruppens ledare eller annan berörd person bestämmer vem som ska ha kontakt med hemmet. Kontrollera med hemmet hur mycket man har tillåtelse att meddela lagkamraterna om det inträffade. Det är oerhört viktigt att diskutera med de anhöriga om vad man får informera om. För en del anhöriga är den personliga integriteten viktig, vilket man absolut måste ta hänsyn till, men det är viktigt att betona för de anhöriga att någon slags information måste komma ut till lagkamraterna.

Information till föräldrar

Krisgruppen ansvarar tillsammans med ledare i den berörda gruppen för att samtliga föräldrar/vårdnadshavare i den drabbade gruppen underrättas. Det kan även vara bra med ett föräldramöte någon av de närmaste dagarna.

Information till lagkamraterna

Efter överenskommelse med familjen om hur meddelandet om dödsfallet ska framföras berättar ledarna, alternativt annan berörd person samt någon ur krisgruppen detta. Vid samtal med gruppen är det bra att tänk på följande:

- tala öppet och konkret om det som har hänt
- sitt gärna samlade i en ring så ni kan se alla när ni berättar om det som hänt
- låt spelarna tala om sina tankar och känslor
- se till att ingen av spelarna i gruppen kommer hem till ett tomt hem efteråt.

Information till övriga medlemmar

Övriga medlemmar får endast informeras vid godkännande av berörd familj via krisgruppen/styrelsen.

Massmedia

Om dödsfallet kan ha intresse för massmedia hänvisa till krisgruppen som sköter all eventuell kontakt med pressen.

Minnesstund, Sorgbord/kondoleansbord

Krisgruppen kan anordna en minnesstund vid godkännande av familjen.

Krisgruppen kan iordningsställa ett sorgbord. Vit duk, ljus, batterier och vas finns i låda i förrådet i Riddersvikshallen märkt – Minnesstund/Sorgbord. Krisgruppen kan köpa in foto i ram samt en penna och en minnesbok där medlemmarna kan skriva ned hälsningar och tankar. Minnesboken överlämnas senare till den avlidnes familj.



Inför begravningen

Tillfråga de anhöriga om de önskar låta lagkamraterna delta i begravningen. Krisgruppen ordnar med blommor till begravningen från föreningen. Är lagkamrater och ledare välkomna till begravningen så är det viktigt att betona att det är upp till var och en att vara med på begravningen.

Uppföljning

Stötta och hjälp varandra i ledargruppen så att ni orkar ta hand om era spelare. Ta hjälp av krisgruppen vid behov. Det är viktigt att följa upp det som hänt med berörda spelare.

Medlem som förlorar nära anhörig

Kontakt med familjen

I samband med att ledaren underrättats eller fått kännedom om dödsfallet tillfrågar berörd person familjen om spelarens lagkamrater kan meddelas. Familjen själv avgör då vem som skall informeras och hur det ska gå till.

Krisgruppen

Direkt efter att ledare eller annan berörd person fått information om dödsfallet kontaktas styrelsen på info@hasselbybasket.com för att eventuellt tillsätta krisgrupp. Därefter får ledaren eller annan berörd person fortsatt information och rådgivning genom krisgruppen.

Information till lagkamraterna

Ledare alternativt någon ur krisgruppen informerar den berörda gruppen om dödsfallet vid ett godkännande av familjen. Kom ihåg att fråga spelaren som förlorat sin anhöriga om hen vill vara med vid informationstillfället, och vad hen tycker är viktigt att lagkamraterna vet.

Det är viktigt att tala öppet om det som hänt. Vid anhörigs bortgång tänk särskilt noga på vad som ska sägas och hantera händelsen med största respekt för medlemmen och familjen.

Barn och ungdomar som förlorar en nära anhörig mår oftast bäst av att så snart som möjligt återgå till det normala. Övergången kan underlättas av en tidig kontakt med hemmet. När ledare för spelarens grupp tar initiativ till kontakt kan detta visa att man bryr sig om det som hänt och vill hjälpa till på bästa möjliga sätt.

Det är en fördel om lagkamraterna i gruppen får veta vad den drabbade medlemmen vill att de ska säga eller göra när han/hon/hen kommer tillbaka. Förbered lagkamraterna på att den drabbade kan vara känsligare än vanligt och att de därför bör visa extra omtanke.

Uppföljning

Stötta och hjälp varandra i ledargruppen så att ni orkar ta hand om era spelare. Ta hjälp av krisgruppen vid behov. Det är viktigt att följa upp det som hänt med berörda spelare.

Kränkande behandling

Information

När det finns uppgifter eller misstanke om att kränkande behandling har förekommit ska den som fått kännedom om händelsen skyndsamt ta upp den akuta situationen och direkt kontakta styrelsen för att eventuellt tillsätta krisgrupp. Därefter får ledaren eller annan berörd person fortsatt information och rådgivning genom krisgruppen, en mindre grupp som tillsätts av styrelsemedlemmar och eventuellt externt stöd.

Vid misstanke om brott kontaktas polis.



Viktiga telefonnummer & webbplatser

Polis/Ambulans/Räddningstjänst 112

BRIS:

För barn; 116 111 dygnet runt

För vuxna: 077-150 50 50 Öppettider: Vardagar 09:00–13:00

För idrottsledare: 077-440 00 42 Öppettider: 09:00–13:00

Socialtjänsten i våra närmaste kommuner

Socialtjänsten Stockholm Stad:

08-508 25 600

<https://start.stockholm/kontakta-oss/>

Socialtjänsten Järfälla:

08-580 285 00

<https://www.jarfalla.se/omsorgochstod/barnungaochfamilj/socialtjansten.4.3bfae18d1750260040a46cf0.html>

Webbplatser

Bris: <https://www.bris.se/>

[Så stöttar du ett barn som mist en förälder | Bris](#)

Suicide Zero: <https://suicidezero.se/>

Polisen: <https://polisen.se/>

Umo: [Sorg - Umo](#)

Beredskapsplan i Hässelby HEAT – upprättad augusti 2025 och fastslagen av styrelsen september 2025.