



Handlingsplan – Trygga idrottsmiljöer

Härnö Ishockeyklubb, org.nr 802553-3681

Syfte

Härnö Ishockeyklubb ska vara en förening där alla medlemmar - oavsett ålder, kön, bakgrund eller förmåga - känner sig välkomna, trygga och respekterade. Vårt syfte med denna handlingsplan är att:

Säkerställa en trygg, inkluderande och respektfull miljö där alla kan utvecklas både som ishockeyspelare och som människor utan rädsla för diskriminering, kränkningar, trakasserier eller våld.

Förebygga otrygga situationer genom medvetet arbete med ledare, aktiva och vårdnadshavare samt tydliga riktlinjer för hur verksamheten ska bedrivas.

Ge konkret stöd och vägledning både i det förebyggande arbetet och när händelser inträffar, så att alla i föreningen vet vad som förväntas och hur man ska agera

Skapa förutsättningar för positiva ishockeyupplevelser där glädje, utveckling och gemenskap står i centrum, fri från osunda träningsmetoder och destruktiva beteenden.

Våra mål

Ledare:

- Alla ledare ska ha tagit till sig och fått information om trygg idrott och vara väl införstådda i föreningens handlingsplan. Vara goda förebilder genom respektfull kommunikation och agera omedelbart vid oacceptabla beteenden. Alltid vara minst två ledare närvarande vid aktiviteter.

Barn & ungdomar:

- Känna sig trygga och välkomna i föreningens verksamhet. Ha roligt och uppleva glädje i ishockeyn samtidigt som de utvecklas. Visa respekt för varandra, ledare och motståndare. Veta vem de kan vända sig till om något händer

Föräldrar:

- Vara väl informerade om föreningens värdegrund och handlingsplan. Bidra till positiv miljö genom att stötta alla barn och visa respekt. Vara goda förebilder på läktaren med positiv uppmuntran. Veta hur de ska agera om de upptäcker att något barn mår dåligt.



Vägledande dokument

Trygg idrott och fritid – Rädda Barnen [En trygg idrott och fritid - Rädda Barnen](#)

- Barnkonventionen - [Barnkonventionen som lag - Riksidrottsförbundet](#)

Riksidrottsförbundets riktlinjer - [Trygg, inkluderande och jämställd idrott - Riksidrottsförbundet](#)

Föreningens värdegrund – www.hik.nu ([Härnö Ishockeyklubb](#))

Förebyggande arbete

Ledare:

- ✓ Utdrag från belastningsregistret (uppvisas till nån i styrelsen årligen) och referenstagning vid rekrytering
- ✓ Regelbunden utbildning i trygg idrott (t.ex. "Tryggare tillsammans" från Rädda Barnen)
- ✓ Aldrig vara ensam med aktiva – eftersträva att vara minst två ledare närvarande
- ✓ Individuella samtal kan ske på läktaren eller i entrén, inte i avskilda utrymmen

Föräldrar:

- ✓ Tydlig information om föreningens värdegrund och förväntningar vid säsongsstart
- ✓ Uppförandekod för föräldrar vid matcher och tävlingar
- ✓ Information om vad som är acceptabelt beteende på läktaren

Barn & ungdomar:

- ✓ Gemensamt framtagna spelregler/arbete med våra värdeord (G.E.R – Glädje, Engagemang & Respekt) för gruppen.
- ✓ Regelbundna samtal om vad som är okej och inte okej
- ✓ Information om vem de kan vända sig till om något händer

Förankring & kommunikation

Delas vid säsongsstart

Tas upp på ledarmöten och föräldramöten

Diskuteras med aktiva under säsongen

Finns tillgänglig i föreningens hemsida

Uppföljning av handlingsplanen

Gå igenom årligen, ansvaras av styrelsen

Trygghetsenkät till aktiva, föräldrar och ledare

Utvärdering av måluppfyllelse

Justera och uppdatera vid behov, tex kontaktuppgifter



Om något händer – 5 steg

1. Skaffa en bild av läget och säkra trygghet
2. Bedöm om det är ett brott – vid behov polisanmäl
3. Säkerställ stöd till utsatta och inblandade
4. Hantera information med respekt för integritet
5. Följ upp och dra lärdomar

Steg 1: Skaffa en bild av läget och säkra trygghet

Omedelbar säkerhet först:

Säkra miljön för den som är utsatt - avlägsna från situationen om nödvändigt, se till att den utsatta inte är ensam, undvik att själva försöka utreda vad som hänt i detta skede

Samla grundläggande information:

Vad har hänt? (kortfattat, utan att pressa på detaljer), När hände det?, Var hände det?, Vilka var inblandade?, Finns det vittnen?

Första kontaktpersoner i föreningen:

- **Primär kontakt:** Christoffer Johansson, 072-708 18 08
- **Sekundär kontakt:** Ann Kristofersson, 073-270 45 75,
Johan Bölenius, 070-253 66 99
- **Vid akuta situationer:** Ring alltid 112 först

Särskilt viktigt om den utsatta är ett barn:

Ta omedelbar kontakt med föräldrarna (om inte problematiken misstänks finnas inom familjen), Om misstanke finns om övergrepp inom familjen - kontakta socialtjänsten direkt, Dokumentera vad barnet säger med barnets egna ord

Steg 2: Bedöm om det är ett brott

Exempel på vad som är brott och kräver polisanmälan:

Fysiskt våld (misshandel, även lindrig), Sexuella övergrepp (beröring, tvång, fotografering), Sexuella trakasserier, Grövre hot om våld, Stöld eller skadegörelse

Mindre allvarliga händelser (mobbing, kränkningar, konflikter):

Verbal mobbing eller utfrysning, Diskriminering eller trakasserier, Konflikter mellan spelare, Olämpligt beteende från ledare eller föräldrar

Vem gör bedömningen:

- Styrelseordförande i samråd med vice ordförande
- Vid osäkerhet - ring polisen för rådgivning: 114 14
- Kontakta RF-SISU för vägledning vid behov

Om det inte kräver polisanmälan:

- Kontrollera om det bryter mot föreningens stadgar eller Riksidrottsförbundets regler
- Hantera internt enligt resterande steg
- Fokusera på konfliktlösning och förebyggande åtgärder



Steg 3: Säkerställa stöd till utsatta och inblandade

Stöd till den som är utsatt:

- **För mindre allvarliga händelser (mobbing, konflikter):**
 - Enskilda samtal med den utsatta och de inblandade
 - Medling mellan parterna om lämpligt
 - Kontakt med föräldrar till alla inblandade barn
 - Uppföljningssamtal med gruppen/laget
 - Extra uppsikt och stöd från ledare
- **För allvarligare händelser:**
 - Erbjud professionellt stöd (kurator, psykolog)
 - Informera om BRIS (116 111 för barn, 077-44 000 42 för ledare) [1] (page 38)
 - Säkerställ att personen kan fortsätta idrotta i trygg miljö
 - Regelbunden uppföljning

Stöd till föräldrar:

Tydlig information om vad som hänt (inom ramen för sekretess), Stöd i kontakt med myndigheter om nödvändigt, Erbjud samtalsstöd

Hantering av den som orsakat problemet:

- **Om det är ett barn:** Föräldrakontakt, pedagogiska samtal, eventuella konsekvenser som time-out från aktiviteter
- **Om det är en vuxen:** Time-out från uppdrag, utbildning, eller i värsta fall uteslutning
- **Fokus på lärande och förändring** snarare än enbart bestraffning

Steg 4: Hantera information med respekt för integritet

Vem behöver informeras:

- Berörda ledare (endast nödvändig information)
- Föräldrar till direkt berörda barn
- Styrelsen (fullständig information)
- Eventuellt andra föräldrar (allmän information utan detaljer)

Hur informeras de:

- Personliga samtal för känslig information
- Skriftlig information för allmänna meddelanden
- Respektera den utsattas integritet - dela aldrig mer än nödvändigt

Mediekontakt:

- **Endast styrelseordförande pratar med media**
- Förbered standardsvar: "Vi tar alla rapporter på allvar och hanterar dem enligt vår handlingsplan", Hänvisa till att utredning pågår, Kommentera aldrig specifika detaljer

Ansvarig för information: Styrelseordförande



Steg 5: Uppföljning och lärdomar

För mindre allvarliga händelser:

- Uppföljning inom en vecka med alla inblandade
- Kontroll att situationen förbättrats inom en månad
- Långsiktig övervakning av gruppens dynamik

För allvarligare händelser:

- Daglig kontakt med den utsatta/familjen första veckan
- Säkerställ att stödinsatser fungerar
- Övervaka stämningen i gruppen/föreningen
- Utvärdera hela hanteringen efter 3-6 månader

Dokumentation och lärande:

Alla åtgärder ska dokumenteras, Förvara säkert med hänsyn till sekretess, Använd för att förbättra framtida hantering

Ansvarig för uppföljning: Vice ordförande

Viktiga telefonnummer

Akuta situationer:

Polisen/Ambulans/Brandkår: 112

Polisen (icke-akut): 114 14

Stödfunktioner:

- **BRIS barn:** 116 111
- **BRIS idrottsledare:** 077-44 000 42
- **RF-SISU Västernorrland:** Magnus Forsberg, 010-476 48 71
- **Idrottsombudsmannen:** 08-627 40 10, idrottsombudsmannen@rf.se
- **Socialtjänsten Härnösands kommun:** 0611-34 80 00
- **Jour socialtjänsten/fältassistenter:** 073-274 30 82 eller 073-274 30 83

Intern kontakt:

- **Styrelseordförande:** Christoffer Johansson, 072-708 18 08
- **Vice ordförande:** Ann Kristofersson, 073-270 45 75
- **Säkerhetsansvarig:** Johan Bölenius, 070-253 66 99



Checklista för snabb åtgärd

- ☐ Säkra den utsatta
- ☐ Kontakta föräldrar (om barn är inblandat)
- ☐ Informera styrelseordförande
- ☐ Bedöm om polisanmälan krävs
- ☐ Dokumentera händelsen
- ☐ Säkerställ stöd till utsatta
- ☐ Hantera förövare (time out om nödvändigt)
- ☐ Informera berörda parter
- ☐ Kontakta RF-SISU för stöd
- ☐ Planera uppföljning

Denna handlingsplan ska vara känd av alla ledare och finnas lättillgänglig vid alla aktiviteter (hemsidan).

Vår grund

Alla ska känna sig välkomna och trygga

Vi behandlar varandra med respekt

Hockey ska vara roligt och utvecklande