



**SVENSK
BASKET**



**HAMMARBY
BASKET**

KRISHANTERINGSPLAN - Förening

VIKTIGA TELEFONNUMMER & KRISGRUPP

Tel. **112** (brådskande vård, polis, brand).

Tel. **1177** (Sjukvårdsupplysning och råd)

Tel. **11414** (ej brådskande polisärenden och råd)

Tel. **90101** (självordlinjen)

Öppet dygnet runt, varje dag. Vid akut självmordsrisk bör du alltid ringa 112.

Tel. **020-44 11 11** (Folksam idrottsförsäkring)

Du som är licensierad i en förening som ingår i Svenska Basketbollförbundet omfattas av en idrottsförsäkring. Den ger dig ett bra grundskydd, till exempel om du råkar ut för en skada under träning eller match. I din försäkring ingår också *tjänsten Råd och Vård för idrottsskador*. Hit ringer du för att prata med en fysioterapeut om hur du förebygger, behandlar och anmäler idrottsskador.

<https://www.folksam.se/forsakringar/idrottsforsakring/basket>

Tel. **020 45 00 00** (Folksam jour)

Tel. **+45 70 10 50 50** (SOS-International a/s)

sos@sos.dk

KRISGRUPP

Föreningens krisgrupp består i första hand av dessa personer:

Roll	Namn	Mobil	E-post
Ordförande	Stefan Wård	072-402 33 82	Stefan.ward@hammarbybasket.se
Klubbchef	Joakim Samuelsson	070-824 36 09	Joakim.samuelsson@hammarbybasket.se
Kanslist	Conny Gripenborn	073-709 47 96	Conny.gripenborn@hammarbybasket.se
Styrelseledamot	Karin Winblad	070-577 45 49	Karin.winblad@hammarbybasket.se

FÖREBYGGANDE ÅTGÄRDER

RESERUTINER

Vid resor arrangerade av föreningen är det viktigt att det finns reserutiner.

En av ledarna ska vara utsedd **reseansvarig**. Dennes uppgift är bland annat att alltid vara tillgänglig på känt mobiltelefonnummer. Detta nummer måste vara meddelat till deltagarna och anhöriga (om spelaren är under 18 år) samt till föreningsledaren/någon i krisgruppen.

Inför resan, sammanställ en färdplan som innehåller färdsätt, färdväg, eventuell övernattnig och resans program:

- Beräknad tid för avresa, ankomst och hemkomst.
- Ange bussbolag, privatbilar, privatförare (mobilnummer).

Ange flygbolag, flygnummer.
Ange tågbolag, tågnummer
- Om minibussar används – tänk på att de som kör skall ha kompetens för dem, d v s innehaft körkort i minst fem år. Chauffören måste vara utvilad och får inte ha intagit alkohol på 24 timmar.
- Den ska också innehålla en deltagarförteckning (inklusive ledare) med adress, telefonnummer eventuella sjukdomar och svårare allergier samt uppgifter om ICE.
- Om gruppen måste delas vid lokala transporter, t ex från och till flygplats och hall, måste alltid en ledare finnas med i första och sista gruppen.

FÖRSTA HJÄLPEN

Digital kurs i första hjälpen.

Första hjälpen – smarta tips

RUTINER VID ÖVERNATTNING

Vid inkvartering i i skolsalar och idrottshallar, vilka inte är byggda för att fungera som hotell, måste följande göras:

1. Kontrollera att det finns två av varandra oberoende utrymningsvägar som utöver dörrar kan vara öppningsbara fönster och brandstegar.
2. Finns brandsläckare och brandvarnare?
3. Tillåt inte levande ljus. Fundera på om det finns risk för smygrökning.
4. Gå igenom med gruppen vad som gäller vid en eventuell brand: utrymningsvägar och samlingsplats.

Vid logi på hotell/vandrarhem rekommenderas att alla punkter görs. Framförallt punkt 4.

KRISINSATSER

OLYCKA

DIREKTA INSATSER AV DE SOM ÄR PÅ PLATS I SAMBAND MED OLYCKA ELLER DÖDSFALL

- **Informera föreningens klubbchef eller någon annan i krisgruppen om vad som hänt så att de kan vara ett stöd för er som är på plats. De ansvarar även för hanteringen av information internt och externt.**
- Skicka inte hem deltagarna! Samla istället gruppen på en plats där ni får vara ifred och informera så uttömmande som möjligt om vad som har hänt.
- Informera sakligt om vad som har hänt. Spekulera aldrig om händelsen och dess orsaksförlopp.
- Ge god tid för frågor och samtal. Ge alla som vill en möjlighet att komma till tals. Förvänta dig inte att alla ska reagera på samma sätt. Var tolerant.
- Förbered deltagarna på att det är vanligt och normalt med reaktioner efteråt. Uppmana dem att berätta för sina föräldrar/anhöriga vad som hänt så att de kan förstå eventuella efterreaktioner. Uppmana dem att tala om händelsen med anhöriga.
- Ordna dryck och förtäring.
- Följ de drabbade hem, låt inte drabbade köra bil.

SEXUELLA ÖVERGREPP

AGERANDE

Snabbhet

När det finns uppgifter om eller du misstänker att ett sexuellt övergrepp har förekommit ska du som fått kännedom om händelsen skyndsamt kontakta någon ur krisgruppen (sid. 1).

Föreningens ordförande och övriga ledamöter i styrelsen har alltid det yttersta ansvaret.

Skydd av barnet/ungdomen

Det viktigaste i den akuta situationen är barnets/ ungdomens/ den vuxnes situation, dess fysiska och psykiska skydd och hälsa.

Inhämta information

Det är inte säkert att den utsatta klarar av att berätta, den utpekade förövaren kan också vara en populär och omtyckt person och/eller någon med en central funktion i föreningen. Därför är det viktigt att den som får kännedom om händelsen överväger vart hon/han lämpligen vänder sig. I första hand har ordförande ansvaret. I annat fall någon annan ansvarig person i föreningen hon/han har förtroende för. Det är viktigt att inhämta tillräckligt med information för att kunna göra en bedömning av vilka åtgärder som skyndsamt måste vidtas. **Det är också viktigt med observationer och dokumentation då de kan komma att bli bevis eller vittnesuppgifter längre fram i en eventuell rättsprocess.**

Råd vid samtal med barn

- Respektera barnets tid och skapa en lugn miljö
- Begränsa antalet vuxna i rummet
- Informera om vad som ska hända

- Börja med att lyssna noggrant utan att värdera
- Inled med öppna frågor och prata så att barnet förstår
- Undvik kroppskontakt
- Avsluta med att lyfta ansvaret från barnet

Suspendering av uppdrag inom föreningens verksamhet

Att vara ledare och/eller tränare är ingen rättighet utan ett förtroendeuppdrag. En styrelse har rätt att omedelbart belägga en misstänkt förövare med timeout och en dömd förövare med permanent suspendering från föreningens verksamhet.

RÅN, HOT OCH VÅLD

Om du hamnar i en hotfull/våldsam situation

- Ta aldrig några onödiga risker
- Behåll lugnet. Fokusera på det du ska göra, inte hur du känner
- Om möjligt, prata med motparten och få honom/henne att lugna sig
- Bekräfta och visa förståelse. När motparten lugnat sig kan du ta upp konfliktens sakfråga
- Om dina försök inte fungerar:
 - Larma eller ropa på hjälp
 - Fly från platsen
 - Om det behövs, försvara dig

Om du får ett hotfullt meddelande

- Spara e-post, meddelanden eller andra försändelser som innehåller hot
- Om möjligt, spara informationen på den dator, telefon eller plattform där hoten mottagits
- Gör ovanstående även om du väljer att skriva ut materialet
- Skriv en logg/dagbok där du noterar tid, datum och typ av händelse

AGERANDE

Snabbhet

När det finns uppgifter om eller du misstänker att någon utsatts för en hotfull situation ska du som fått kännedom om händelsen skyndsamt kontakta någon ur krisgruppen (sid. 1).

Vid akut situation ring alltid 112.

Föreningens ordförande och övriga ledamöter i styrelsen har alltid det yttersta ansvaret.

Skydd och hjälp till barnet/ungdomen

Det viktigaste i den akuta situationen är barnets/ ungdomens/ den vuxnes situation, dess fysiska och psykiska skydd och hälsa.

Hjälp kan vara att lyssna och vara närvarande, ge lugn, fysisk kontakt, en varm filt eller något varmt att äta/dricka.

PSYKISK OHÄLSA

Det finns mycket som ryms inom begreppet psykisk ohälsa.

Här kan du läsa mer om psykisk ohälsa: [Information om psykisk ohälsa](#)

För mer stöd i frågan kontakta någon ur krisgruppen (sid.1)