



OLOFSTRÖMS IF

Krishanteringsplan

för Olofströms IF

2018-11-26



OLOFSTRÖMS IF

Krishanteringsplan för ledare och föräldrar

Målet med detta dokumentet är psykisk och social beredskap för oss som på något sätt är med i OIFs verksamhet.

- Stöd och hjälp skall erbjudas/finnas tillgänglig när olycka, dödsfall eller annan allvarlig händelse inträffar som berör vår verksamhet

- Ledare och föräldrar skall försöka ha ett gemensamt förhållningssätt för att motverka eventuellt kaos som kan uppstå i en krissituation



OLOFSTRÖMS IF

Skador, olyckor och kriser

Vad kan hända i vår verksamhet?

- Skada i samband med match eller träning
- Olycka i samband med transport till/från match eller träning
- Olycka under träningsläger/cup
- En lagkamrat kan skadas allvarligt utanför verksamheten

Åtgärder

- Larma 112 vid behov (ambulans, räddningstjänst, präst)
- Beroende på händelsens omfattning – fråga dig vilka stödåtgärder som behöver sättas in i det direkta skedet men också i efterhand.
- Du skall ha tillgång till olika nyckelpersoners telefonnummer i klubben som kan vara ett stöd.
- Tänk igenom vilka som skall informeras och på vilket sätt detta görs på bästa sätt
- Om Media hör av sig, var försiktig i dina uttalanden och hänvisa gärna till föreningens ordförande eller annan utvald person.



OLOFSTRÖMS IF

Viktigt att tänka på i mötet med gruppen i samband med bearbetning av negativa upplevelser t.ex allvarlig olycka eller dödsfall

- Vad har hänt, fakta
- Hur upplever lagkamraterna händelsen?
- Vilket stöd finns runt laget i nuläget?
- Är kamraterna ett bra stöd för varandra?
- Finns det andra personer i klubben eller samhället som kan ge stöd och trygghet?
- Kan föräldrarna avlasta lagets ledare och ge stöd åt gruppen som helhet?

Var observant på följande:

- Lyssna aktivt på lagmedlemmarna.
- Ge förklaringar som förstås och är enkla.
- Acceptera deras sätt att uttrycka sig – de kanske är chockade.
- Stoppa spekulationer, fantasier, rykten och ev. anklagelser.
- Lämna bara ifrån dig absolut korrekt information!
- Om någon känner sig skyldig – försök avlasta dennes skuld, tona ner alla diskussioner om skuld.
- Undvik använda ordet: varför!
- Hitta en lagom känslonivå om det är möjligt.



OLOFSTRÖMS IF

Kriser och deras förlopp

När man ska beskriva kriser och deras förlopp anses det vara fyra faser som är de mest vanliga.

Här beskriver vi dessa faser mycket kortfattat.

Chockfasen

Denna fas varar från några korta ögonblick upp till några dygn

- Svårt att förstå vad och ta in vad som hänt.
- Förvirring och kanske en hysterisk reaktion.
- Förtvivlan.
- Olika kroppsliga symptom som hjärtklappning, darrningar, yrsel och illamående.

Reaktionsfasen

Denna fasen varar i upp till ett par månader.

- Sårbarhet.
- Ångest.
- Sömnsvårigheter.
- Sorg och depression.
- Ilska och aggression
- Koncentrationssvårigheter.
- Isolering.
- Skuld, skam och självförelser.



OLOFSTRÖMS IF

Reparationsfasen

Denna fas kan pågå någon/några månader till ca ett år.

- Isolering bryts.
- Personen vågar blicka framåt.

Nyorienteringsfasen

Under denna fasen ser personen möjligheter i det fortsatta livet och börjar långsamt acceptera det som inträffat.



OLOFSTRÖMS IF

Telefonlista i händelse av olycka

- SOS Alarm 112
- Olofströms vårdcentral 0454 - 73 31 00
- Blekingesjukhuset Karlshamn 0454 – 73 10 00
- Olofströms kommun 0454 – 930 00
- Jämshögs församling 0454 – 977 00

- Olofströms IF - styrelse
 - Ordförande: Mats Viberg 072 325 65 96
 - Vice Ordförande: Per-Åke Samsioe 070 621 94 65
 - Kassör: Mari Bertilsson 070 357 70 32
 - Ledamot: Madelene Håkansson 070 822 83 06
 - Ledamot: Josefin Lunde 072 514 76 34
 - Ledamot: Carl Prytz 072 632 81 57
 - Ledamot U-sektion: Christofer Lunde. 073 661 12 11
 - Ledamot U-sektion: Per-Ola Bergman. 072 325 65 96



OLOFSTRÖMS IF

Ordföranden tillsammans med aktuell ledare ser till att checklistan fylls i för att säkerställa att de viktigaste åtgärderna vidtas och att det upprättas en tydlig dokumentation över händelsen

1. Vad har hänt?

2. Är polis, räddningstjänst eller ambulans underrättad/tilkallad?

3. När hände det? Datum och tid _____

4. Var någonstans hände det?

5. Vilka är inblandade?

6. Har några skadats, omkommit? Vilka?

7. Vart har de transporterats?

8. Är anhöriga underrättade?

9. Vem är och vilket telefonnummer har ledare som var med på olycksplatsen?

10. Hur är situationen just nu?
