
Tyft Arena friidrott

Plan för krishantering

Reviderad 2026-03-01

1. Inledning

Friidrott är en idrott som bygger på gemenskap, glädje, prestation och fair play. Ingen i vår förening skall exkluderas, trakasseras, diskrimineras eller mobbas på grund av ålder, kön, funktionsvariation, etnisk bakgrund, religiös övertygelse, politiskt åsikt eller sexuell läggning. I vår förening ska alla känna sig trygga – både aktiva, ledare och föräldrar. Trots detta kan kriser uppstå: en olycka på träning, misstanke om doping, eller fall av trakasserier. Den här planen är ett stöd för hur vi agerar om det oväntade sker.

Syftet med krisplanen är att:

- ge tydliga riktlinjer för akuta situationer,
- säkerställa att vi följer lagar, regler och förbundets riktlinjer,
- värna föreningens aktiva, ledare och anseende,
- skapa trygghet genom förberedelse.

2. Organisation och ansvar

2.1 Krisgruppens sammansättning verksamhetsåret 2026

Föreningens styrelse utser en krisgrupp bestående av:

- Krisansvarig: Anna Holgersson
- Kommunikationsansvarig: Johan Sjöholm
- Ledarföreträdare: ledare på plats vid händelsen
- Stödperson (kontakt för aktiva och föräldrar): John Karlsson Sondell

Krisgruppen sammankallas vid behov av krisansvarig.

2.2 Roller

- Krisansvarig leder och samordnar föreningens agerande.
- Kommunikationsansvarig sköter all kontakt med media och externa aktörer.
- Ledare/tränare på plats ansvarar för omedelbara åtgärder (t.ex. ringa 112, avbryta träning).
- Stödperson finns för att stötta aktiva och anhöriga.

3. Krisområden och rutiner

3.1 Doping

Policy mot doping

Syfte: Säkerställa en ren och rättvis idrott.

- Föreningen tar avstånd från all form av doping.
- Alla aktiva och ledare ska följa Riksidrottsförbundets antidopingregler.
- Föreningen deltar i RF:s program 'Vaccinera klubben mot doping'.
- Vid misstanke om doping vidtas omedelbara åtgärder enligt krisplan.
- Utbildning om kost, träning och antidoping ska ges till aktiva och ledare årligen.

Förebyggande arbete

- Alla ledare och aktiva ska känna till Riksidrottsförbundets antidopingprogram och föreningens policy.
- Information om doping ska ges regelbundet på ledarträffar.

Vid misstanke eller bekräftat fall

1. Omedelbar avstängning från träning/tävling tills utredning är klar.
2. Anmälan görs till Svenska Friidrottsförbundet och Riksidrottsförbundet.
3. Dokumentera händelsen och beslut skriftligt.
4. Kommunikation – endast krisansvarig uttalar sig. Ingen spekulation får ske.
5. Stöd – erbjud samtalshjälp för aktiva, ledare och lagkamrater.

3.2 Trakasserier och övergrepp

Policy för trygg idrott

Syfte: Skapa en trygg miljö fri från trakasserier, mobbning och övergrepp.

- Alla aktiva, ledare och föräldrar ska bemötas med respekt.
- Diskriminering på grund av kön, etnicitet, religion, sexuell läggning, funktionsvariation eller ålder är förbjuden.
- Nolltolerans mot sexuella trakasserier, mobbning och kränkande behandling.
- Alla ledare ska genomgå utbildning i 'Trygg Idrott'.
- Händelser rapporteras direkt till styrelsen och vid behov till polis/socialtjänst.

Förebyggande arbete

- Alla ledare ska genomgå utbildning i trygg idrott.
- Policydokument mot mobbning, diskriminering och trakasserier ska vara väl kända.

Vid incident

1. Avbryt situationen och säkerställ trygghet för den utsatta.
2. Dokumentera vad som hänt.
3. Rapportera till styrelsen omgående. Vid misstanke om brott kontaktas polis/socialtjänst.
4. Informera vårdnadshavare om det gäller minderåriga.

5. Stödperson utses för den drabbade.
6. Kommunikation sker via krisansvarig, med respekt för sekretess och integritet.

3.3 Olycka på träning eller tävling

Förebyggande arbete

- Minst en ledare på plats ska vara utbildad i HLR och första hjälpen.
- Första hjälpen-utrustning och ICE-lista (In Case of Emergency) ska alltid finnas tillgänglig.

Vid olycka

1. Larma 112 om det är allvarligt.
2. Ge första hjälpen och se till att den skadade får vård.
 - Kontrollera andning och puls
 - Stabilisera vid misstänkt fraktur
 - Stoppa blödningar
 - Använd kylpåse vid stukning
3. Informera anhöriga snarast.
4. Avbryt aktiviteten om nödvändigt för att ta hand om gruppen.
5. Dokumentera händelsen i skadejournal.
6. Rapportera till försäkringsbolag.
7. Stöd ges till övriga aktiva som bevittnat olyckan.

4. Kommunikation

- Endast krisansvarig/kommunikationsansvarig uttalar sig offentligt.
- Intern information ska ges snabbt, sakligt och med hänsyn till berörda.
- Media ska få bekräftade fakta – inga spekulationer.
- Integritet och sekretess ska alltid prioriteras.

5. Uppföljning

Efter varje krishändelse ska styrelsen:

1. Hålla uppföljande samtal med berörda.
2. Erbjuder fortsatt stöd via vården, RF:s resurser eller andra instanser.
3. Utvärdera hur föreningen hanterade situationen.
4. Justera krisplanen och rutiner vid behov.

6. Kontaktlista (uppdateras årligen)

- Krisansvarig: Anna Holgersson, annaholgersson@hotmail.com, 070-37145 16
- Kommunikationsansvarig: Johan Sjöholm, johan.sjoholm74@gmail.com, 070-643 40 23
- Styrelsens ordförande: Johan Sjöholm, johan.sjoholm74@gmail.com, 070-643 40 23
- Journummer Polis: 112 / 114 14

- Sjukvårdsrådgivningen: 1177
- Socialtjänstens jour: 0303-73 00 00
- Försäkringsbolag (Folksam): 0771-950 950
- Kungälv's sjukhus akutmottagning: 0303-980 00

7. Bilagor

- Rapportmall för incidenter