



# KRISPLAN FÖR SÖDERMANLANDS FOTBOLLFÖRBUND (SöFF)

## Målsättning med Krisledning

Att mildra effekten av den kritiska händelsen  
stödja de ansvarigas agerande samt ge kunskap om krisens förlopp  
stödja individens egen läkningsprocess och ge de drabbade en framtidstro

## Innehåll i Krisledningsplan

1. Krisens olika faser
2. Krishantering – Åtgärdsplan
  - hotfulla situationer
  - allvarlig sjukdom
  - dödsfall
  - trakasserier
3. Att möta massmedia
4. Anhöriglista samt viktiga telefonnummer
5. Uppföljning/Utvärdering
6. Krisledningsgrupp inom SöFF



## KRISENS OLIKA FASER.

### Vad är en Kris?

Kriser kan visa sig i många olika former. Den kan hota familj, jobb, fotbollsföreningen eller Distriktslaget.

Vid en kris finns tre viktiga dimensioner, krisen i sig, Södermanlands Fotbollförbunds sätt att hantera krisen och bilden av krisen. Den bild som olika intressenter får av en kris skapas i hög grad av medierna. Vi måste inse och agera utifrån förhållandet att bilden av krisen, som den beskrivs i medierna, är lika verklig som själva krisen. En bristfällig hantering av bilden av en kris kan resultera i att den verkliga krisen expanderar. Hanteringen av krisen och bilden av krisen måste därför ske parallellt.

### Gemensamt för Kriser

Alla kriser kännetecknas av ett antal gemensamma beröringspunkter. Den första är att de vanliga rutinerna och regelverk plötsligt inte längre räcker till. Den andra är en känsla av maktlöshet och den tredje är krisförloppetets olika faser:

#### **För att lära sig förstå sina egna och andras reaktioner i sorg eller kriser av olika slag kan detta vara till hjälp?**

Sorg och kriser drabbar oss alla någon gång under livet. En närståendes död, arbetslöshet, sjukdom, ekonomiska problem. Anledningarna kan vara många.

### Chockfasen

Chockfasen kan vara från några korta ögonblick till flera dygn. Man håller då ifrån sig verkligheten och de besked man får. Människor reagerar på olika sätt i denna fas - en del kan skrika ut sin sorg, andra blir som förlamade. I de fall krisen börjat stegvis, kanske då en sjukdom utvecklats till ett gradvis värre tillstånd, märks inte chockfasen, utan många går vidare till nästa fas.

### Reaktionsfasen

Nu börjar man inse vad som skett. Den nya situationen ska nu bli ett med ens liv, och reaktionen kan bli svår. Ofta försöker man intensivt att hitta någon mening med vad som skett. Frågan "Varför?" upprepas ofta gång på gång. Förklaringarna blir ibland av magisk natur.

Försvarsmekanismer använder de flesta människor och de är grundläggande för vår psykiska hälsa båda till "vardags" och i kriser. Ibland kan de dock försvåra bearbetningen av en kris.



**Undertryckande** - man låter inte sorgen få direkt utlopp utan anstränger sig för att visa en behärskad fasad.

**Regression** - återgång till barnsligt beteende, exempelvis genom att önska att andra ska ta över ansvaret. Tablett- och/eller alkoholmissbruk kan också bli följder.

**Förnekelse** - en typ av bortträngning - "det här har inte hänt".

**Projicering** - någon annan beskylls för det som hänt.

**Isolering av känslor** - separation av känslor och intellekt då man lugnt berättar om vad som hänt. Många uppfattar det som ett moget sätt att hantera situationen. Istället kan det få svåra konsekvenser genom att de isolerade och förnekade känslorna kan ge andra symtom som ångest och sömnstörningar.

### **Bearbetning och Nyorientering**

I dessa faser har man kommit över det allra värsta och börjar se framåt.

Under **bearbetningsfasen** accepterar man så småningom det som skett, och kan till och med börja intressera sig för tidigare aktiviteter.

Under **nyorienteringen** klarar man sedan så sakta att ta in sin sorg och förlust i den egna livshistorien. Ett ärr lämnas kvar, men man fungerar i kontakten med andra och med livet utanför.



## KRISHANTERING – ÅTGÄRDSPLAN.

SöFF:s krisledningsgrupp består av:

- Ordförande
- Kanslichef
- Ordförande för ansvarig kommitté

Telefonnummer; se sista sidan.

Innan avfärd till Cup/distriktslagssamling eller likande – ta reda på vilka resurser finns inom respektive kommun t.ex. POSOM, kyrka m.fl.

### *Förklarande text:*

POSOM - psykiskt och socialt omhändertagande

De flesta kommuner har grupper för psykiskt och socialt omhändertagande, POSOM-grupper, som kan kallas in av ansvariga inom kommunen, till exempel en räddningsledare.

Vid en kris är det många människor som är med om, eller bevittnar, svåra händelser. POSOM-grupper är då ett stöd för de inblandade.

POSOM-grupperna fungerar olika beroende på hur respektive kommun har organiserat grupperna men består i allmänhet av representanter för:

socialtjänsten  
sjukvården  
polisen  
skolan  
frivilligorganisationer  
präst  
diakon

POSOM-grupper kan också samarbeta med PKL-grupper, psykiatrisk katastrofledning, inom landstinget.

---

Södermanlands Fotbollförbund  
Verkstadsgatan 5, MunktellArenan  
633 42 Eskilstuna

Telefon:  
Ordförande Nina Lindström 070-3245596  
Kanslichef Christian Welander 070-857 49 32  
Telefonlista styrelsen – se sista sidan



Informationsuppgifter som skall finnas tillgängliga:

- **Telefonnummer till polis/räddningstjänst =112.**  
**Nummerupplysning: ex.vis 118 100, 118 700, 118 800**
- Närmaste anhörig till spelare och ledare.  
Lista på övriga funktionärer kan inte uppdateras utan måste tas om hand av krisledningsgruppen

Uppdateras kontinuerligt av kommittéordförande och Distriktsförbundskapten.  
Distriktsförbundskapten ansvarar för att tillgängliga och uppdaterade ledar- och anhöriglistor finns med vid samlingar.

#### **Åtgärder vid första krisgruppsmötet**

- Kartläggning av situationen, vad vet man?
- Vilka är direkt och indirekt drabbade (ex. anhöriga)?
- Vilka åtgärder skall vidtas, vem ansvarar för vad?
- Sekretess?
- Allt dokumenteras med klockslag och informationskällor.  
Ordförande ansvarar för dokumentation och uppföljning.

#### **Information**

Ordförande SöFF alt. Kommittéordförande ansvarar för

- information till lag, hemmaförening och anhöriga
- kontakter med media/sekretess

#### **Åtgärder vid det avslutande krisgruppsmötet**

- Efterarbete och uppföljning
- Utvärdering av hur händelsen påverkat verksamheten och hur hanteringen av händelsen utföll.
- Utifrån händelsen analysera verksamhetens organisation, behöver något förändras för att liknande händelser ej skall kunna inträffa?

---

Södermanlands Fotbollförbund  
Verkstadsgatan 5, MunktellArenan  
633 42 Eskilstuna

Telefon:  
Ordförande Nina Lindström 070-3245596  
Kanslichef Christian Welander 070-857 49 32  
Telefonlista styrelsen – se sista sidan



## **Säkerhet vid Distriktets evenemang och distriktslagsverksamhet**

Tränings- och matchsituationer skall vara en trygg mötesplats för spelare, ledare och funktionärer.

En gemensam krishanteringsplan har som syfte att utgöra ett stöd när en händelse inträffat. Kriser inom Södermanlands Fotbollförbund definieras som oförutsedda allvarliga händelser som utgör fara och/eller leder till reaktioner inom vår verksamhet.

## **Hur används en krishanteringsplan**

När en krissituation inträffar är det viktigt att det finns klara riktlinjer och en tydlig ansvarsfördelning. Det är alla medarbetares och funktionärers ansvar inom Södermanlands Fotbollförbund att vara införstådda med innehållet i krishanteringsplanen.

## **Tänkbara krissituationer**

- Allvarliga händelser (hotfulla situationer, misshandel, våldtäkt eller dyl.)
- Spelare eller ledare blir allvarligt sjuk eller skadas svårt.
- Spelare eller ledare avlider (olyckshändelse, sjukdom, självmord, mord)
- Andra olyckor (brand, naturkatastrofer).
- Trakasserier



## I HÄNDELSE AV EN KRISITUATION.

1. Den som först informeras om det inträffade kontaktar omedelbart SöFF: s ordförande eller kanslichef. Kan inte dessa nå kontaktas ordförande inom kommitté.
2. **Vidta omedelbara åtgärder, använd åtgärdsplanerna som stöd**
3. I punkt 1 ansvariga personer beslutar om krisledningsgruppen skall kallas.
4. Krisledningsarbetet skall alltid prioriteras

### **Åtgärdsplaner utifrån gällande krissituation:**

- Allvarliga händelser (hotfulla situationer, misshandel, våldtäkt eller dyl.)
- Spelare eller ledare blir allvarligt sjuk eller skadas svårt.
- Spelare eller ledare avlider (olyckshändelse, sjukdom, självmord, mord)
- Andra olyckor (brand, naturkatastrofer).
- Trakasserier

---

Södermanlands Fotbollförbund  
Verkstadsgatan 5, MunktellArenan  
633 42 Eskilstuna

Telefon:  
Ordförande Nina Lindström 070-3245596  
Kanslichef Christian Welander 070-857 49 32  
Telefonlista styrelsen – se sista sidan



## ÅTGÄRDSPLANER

### Allvarliga händelser

(hotfulla situationer, misshandel, våldtäkt, rån eller dyl.)

1. Om händelsen inträffar på förläggning eller matchområde, ring 112 och begär ambulans och polis. Beskriv vad som inträffat.
2. Bedöm om det finns några risker för andra på förläggningen – vidta lämpliga åtgärder. Vid hotfulla situationer skall så många som möjligt sättas i säkerhet. Stäng dörrar och fönster. Viktigt att inte fler utsätts för ytterligare fara.
3. Om det finns skadade:
  - Någon stannar kvar hos den drabbade (**A**ndning, **B**lodflöde **C**hock, skärma av från omgivningen).
  - Någon möter ambulanspersonalen.
  - Någon följer med till sjukhuset (i ambulansen eller med egen bil).
4. När den skadade är hämtad
  - Samling i omklädningsrum/förläggning för samtal
  - Ring klubbens ordförande eftersom de troligen blir kontaktade av media

Krisledningsgruppen samlas:

Ta ställning till:

- Vilka är berörda och på vilket sätt skall informationen gå ut.
- Media/sekretess
- Kontakt med anhöriga via ordförande.
- Stöd till de närmaste i laget (POSOM, kyrkan, polis)
- Ta initiativ och medverka i utredning av händelsen

---

Södermanlands Fotbollförbund  
Verkstadsgatan 5, MunktellArenan  
633 42 Eskilstuna

Telefon:  
Ordförande Nina Lindström 070-3245596  
Kanslichef Christian Welander 070-857 49 32  
Telefonlista styrelsen – se sista sidan





- Spelare eller ledare blir allvarligt sjuk eller skadas svårt.
  1. Vid träning eller match, ring 112 och begär ambulans. Beskriv vad som inträffat.
  2. Bedöm om det finns några risker för andra på planen eller inom lokalen – vidta lämpliga åtgärder.
  3. Åtgärder på plats:
    - Någon stannar kvar hos den drabbade (**A**ndning, **B**lodflöde, **C**hock skärma av från omgivningen).
    - Någon möter ambulanspersonalen.
    - Någon följer med till sjukhuset (i ambulansen eller med egen bil).
  4. När den skadade är hämtad
    - Samling i omklädningsrum/förläggning för samtal
    - Ring klubbens ordförande eftersom de troligen blir kontaktade av media

Krisledningsgruppen samlas:

Ta ställning till:

- Vilka är berörda och på vilket sätt skall informationen gå ut.
- Media/sekretess
- Kontakt med anhöriga via ordförande eller ansvarig ledare.
- Stöd till de närmaste i laget (POSOM, kyrkan, polis)
- Eventuell utredning av händelsen.



- Spelare eller ledare avlider.

1. Om händelsen inträffar på match eller förläggning, ring 112 och begär ambulans och polis. Beskriv vad som inträffat.
2. Bedöm om det finns några risker för andra – vidta lämpliga åtgärder.
3. Ta fram anhöriglista

Krisledningsgruppen samlas:

Ta ställning till:

- Vilka är berörda och på vilket sätt skall informationen gå ut.
- Media/sekretess
- Kontakt med anhöriga via Ordförande.  
**OBS! SöFF lämnar aldrig besked om dödsfall – det skall göras av sjukvård/präst/polis.**
- Stöd till de närmaste i laget (Kurator, POSOM, kyrkan, polis)
- Minnesstund
- En plats på för sorg (foto, blommor, minnesbok, ljus) i samarbete med spelarens förening
- Begravning
- Annonser i tidningen
- Eventuell utredning av händelsen.



- Andra olyckor (brand, naturkatastrofer).

- Brand och utrymning
- Brandlarm

1. Ring 112 meddela var branden är, eventuella skadade.
2. Lämna lokalen genast via närmaste utgång.
3. Gå till uppsamlingsplatsen
4. Ansvarig ledare prickar av att samtliga kommit ut ur byggnaden

Under tiden det brinner är det viktigt att inte störa räddningsarbetet.

Har skadade spelare/ledare förts till sjukhus eller avlidit? Se handlingsplan för den händelsen

När den eller de skadade är omhändertagna är det viktigt att ta hand om som varit med vid olyckan. Människor reagerar på olika sätt men det är viktigt att gruppen samlas och får prata av sig. Låt ingen gå hem direkt efter en olycka.

**Alla har olika reaktioner – låt de ha det!**

---

Södermanlands Fotbollförbund  
Verkstadsgatan 5, MunktellArenan  
633 42 Eskilstuna

Telefon:  
Ordförande Nina Lindström 070-3245596  
Kanslichef Christian Welander 070-857 49 32  
Telefonlista styrelsen – se sista sidan



- Trakasserier och ofredande.

Detta är något av det svåraste som finns. Vi vill i det närmaste ha klara bevis för att anmäla någon. Detta är känsligt, något som vi aldrig tror kommer att ske i vår närhet. Men det är ändå risk för att det är just i vår närhet som det kommer att hända.

Det viktigaste i denna fråga är att skydda barnen/ungdomarna. De som eventuellt blir utsatta får aldrig känna att någon vuxens svek. Minsta signal från ett barn/ungdom måste tas på djupaste allvar

Som ansvarig förbundsledare måste man hela tiden ha fokus på att spelare inte trakasseras, mobbas eller ofredas av andra spelare, ledare eller funktionärer.

- SöFF:s krisgrupp får hantera frågan  
Distriktsförbundskapten hanterar frågan efter dialog med SöFF:s krisledningsgrupp.



## ATT MÖTA MASSMEDIA

Att möta massmedia kan vara en svår uppgift, att dessutom göra det vid en pressad och stressad situation kan göra det ännu svårare. Vid kontakt med media i en krissituation är det **EN** person som är kontaktperson och som talar med journalisterna.

Massmedias representanter är professionella, deras uppgift att försöka skildra vad som hänt och får reda på så mycket som möjligt. Ofta försöker de hitta personer som finns i ledningen och som gärna säger mer än vad som borde sägas, ur de inblandades perspektiv. Därför är det viktigt att en person är utsedd att ha kontakt med media.

Det är viktigt att ha en bra och konstruktiv kontakt med media. Ju snabbare kontakt skett, desto större chans att dessa inte går på olika personer för att få ”kompletterande” information. Man ska ha en öppen och rak kontakt där information ges, när fakta är klart. Det är bättre att avstå från att svara på frågor när man inte har svaret, än att spekulera eller få dementera senare. Tänk igenom svaret innan det sägs.

### **Aldrig**

Ljuga  
Tiga eller gömma sig  
Använda munkavlar  
Låta dem vänta. Bara lite.....

### **Alltid**

Tänka igenom budskapet  
Förbereda sig – frågor o svar  
Visa medkänsla och värme  
Förklara sig när man inte vet

Be medias representanter avstå från att söka upp drabbade personer eller deras anhöriga. Detta bör de respektera om kontakten är bra mellan vår talesperson. Försök ordna så att drabbade eller skadade personer inte kommer nära mikrofoner.

Utllys presskonferens via t.ex. fax eller mail till TV, radio, tidningar, och meddela när, var och varför förbundet kallar till presskonferens. Behövs någon ”expert”, exempelvis polis, be då att polisen utser någon att vara med.

---

Södermanlands Fotbollförbund  
Verkstadsgatan 5, MunktellArenan  
633 42 Eskilstuna

Telefon:  
Ordförande Nina Lindström 070-3245596  
Kanslichef Christian Welander 070-857 49 32  
Telefonlista styrelsen – se sista sidan



## ANHÖRIGLISTA SAMT VIKTIGA TELEFONNUMMER.

<u>Namn</u>	<u>Anhörigs namn</u>	<u>Tel. nr</u>	<u>Mobil</u>	<u>Relation</u>
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____

Södermanlands Fotbollförbund  
Verkstadsgatan 5, MunktellArenan  
633 42 Eskilstuna

Telefon:  
Ordförande Nina Lindström 070-3245596  
Kanslichef Christian Welander 070-857 49 32  
Telefonlista styrelsen – se sista sidan



## DAGBOK - ÅTGÄRDSKALENDER

Att föra dagbok är viktigt för att kunna följa händelser och åtgärder som sätts in. Det är också viktigt att skriva ner vad som görs, då behöver ingen fundera över vad som är gjort eller inte. I en pressad situation kommer man antagligen inte ihåg allt som görs och alla beslut som tas. Anteckningarna är också stöd för minnet, när man i efterhand går igenom vad som hänt och gjorts. Det finns alltså flera orsaker till att föra dagbok.

Anteckningarna kan göras manuellt eller på dator. Spara anteckningarna efteråt, för utvärderingens skull.

<u>Moment</u>	<u>Tid</u>	<u>Aktivitet</u>	<u>Ansvar</u>	<u>Bilaga</u>
---------------	------------	------------------	---------------	---------------

1

---

2

---

3

---

4

---

5

---

6

---

7

---

8

---

9

---

10

---

11

---

12

---

13

---

14

---

-----  
Södermanlands Fotbollförbund  
Verkstadsgatan 5, MunktellArenan  
633 42 Eskilstuna

Telefon:  
Ordförande Nina Lindström 070-3245596  
Kanslichef Christian Welander 070-857 49 32  
Telefonlista styrelsen – se sista sidan



<u>Moment</u>	<u>Tid</u>	<u>Aktivitet</u>	<u>Ansvar</u>	<u>Bilaga.</u>
---------------	------------	------------------	---------------	----------------

15

---

16

---

17

---

18

---

19

---

20

---

21

---

22

---

23

---

24

---

25

---

26

---

27

---

28

---

29

---

30

---

31

---

32

---

33

---

-----  
Södermanlands Fotbollförbund  
Verkstadsgatan 5, MunktellArenan  
633 42 Eskilstuna

Telefon:  
Ordförande Nina Lindström 070-3245596  
Kanslichef Christian Welander 070-857 49 32  
Telefonlista styrelsen – se sista sidan





## KRISLEDNINGSGRUPP

SöFF:s krisledningsgrupp består av:

- Ordförande
- Kanslichef/bitr.kanslichef
- Ordförande för ansvarig kommitté

## Namn/tele- förteckning 2017

Styrelse:

Nina Lindström, ordförande	070-324 55 96
Jaan Kuutmann, vice ordförande,	073-518 42 00
Kalle Kun, ekonomiansvarig	073-424 40 70
Metin Yildirim, ordf. Domarkommittén	073-595 96 66
Elin Duan, ordf. Tävlingskommittén	070-775 38 21
Fredrik Jansson, ordf. Barn- och Ungdomskommittén	070-535 04 89
Jenny Johansson, ordf. Utvecklingskommittén:	070-319 02 24
Pierre Kubalski, vice ordf. Utvecklingskommittén	070-104 28 15
Christian Welander, kanslichef	070-857 49 32
Peter Lundh, bitr. kanslichef	070-530 73 86

---

Södermanlands Fotbollförbund  
Verkstadsgatan 5, MunktellArenan  
633 42 Eskilstuna

Telefon:  
Ordförande Nina Lindström 070-3245596  
Kanslichef Christian Welander 070-857 49 32  
Telefonlista styrelsen – se sista sidan