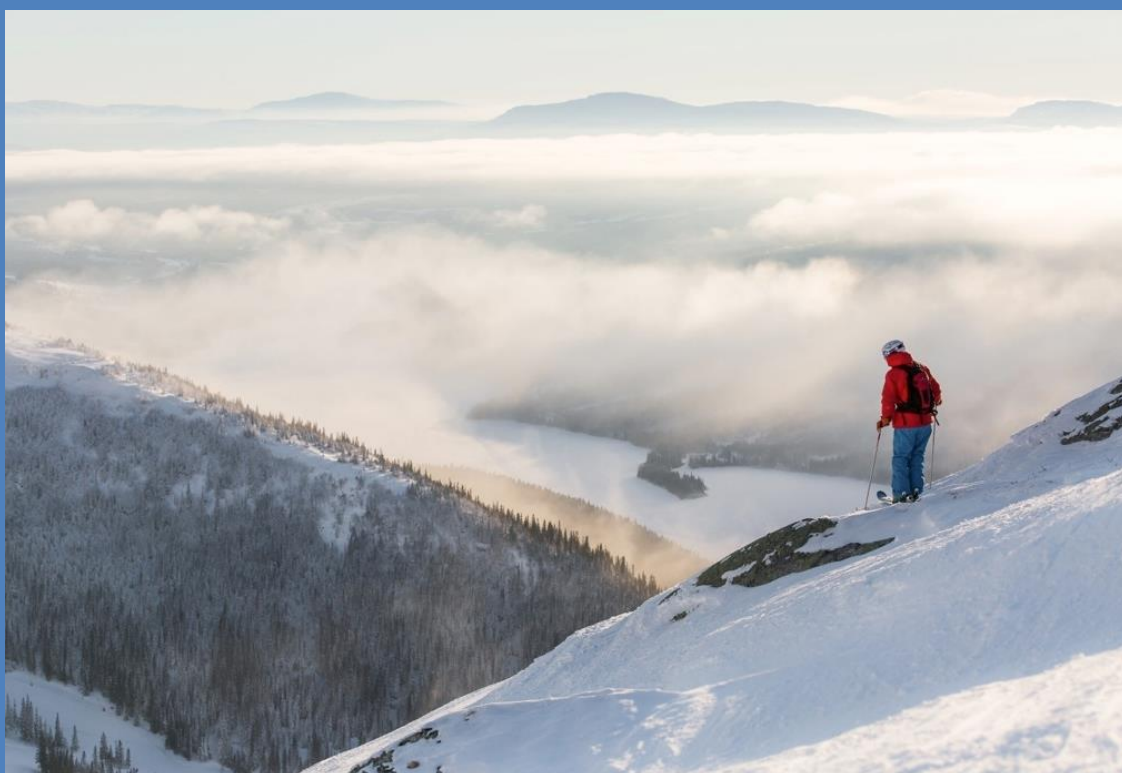


HANDLINGSPLAN VID KRISER FRILUFTSFRÄMJANDET VÄNERSBORG



FRILUFTSFRÄMJANDET 2021



Inledning

Handlingsplanen är avsedd att fungera som stöd i hanteringen av uppkomna incidenter och krissituationer i samband med aktiviteter inom Friluftsförbundet Vänern.

En incident kan ses som ett missöde eller en olyckshändelse där instruktioner och inövade beteenden ofta är tillräckliga för att minimera dess konsekvenser.

En kris är däremot en händelse där tidigare erfarenheter och inlärd sätt att reagera inte är tillräckliga för att man skall kunna förstå och psykiskt hantera situationen. Krisen eller krissituationen avviker från det normala och uppstår oftast hastigt och mer eller mindre oväntat.

Resurser vid Kriser eller Incidenter för dig som ledare Friluftsförbundet Vänern Stödgrupp

Friluftsförbundet Vänern har en stödgrupp som består av styrelsen och lokala resurser. Stödgruppen aktiveras genom att ringa någon i styrelsen - se kontaktlista längst bak. Stödgruppen försöker stötta det drabbade ledarteamet med de resurser som behövs.

Exempel på vad styrelsen-stödgruppen kan göra:

- Fråga vad ledarna behöver hjälp med på plats
- Transporter
- Avlastning - Hjälpa ledare på plats
- Hantera lokal media? Pressmeddelande?
- Förbereda för hemkommande, rigga för debriefing med expertis
- Ordna och bemanna lokaler
- Fixa fram mat
- Kontakter med Riks krisgrupp
- Med mera

Version 2021-01-20.. reviderad 2026-06-08 med aktuell styrelse

FRILUFTSFRÄMJANDET



Friluftsförbundets krisledningsgrupp

Friluftsförbundet Riks har en krisledningsgrupp som ger stöd vid hantering av uppkomna krissituationer och dess efterverkningar. Krisledningsgruppen är bemannad med personer som har utbildning inom krishantering. Gruppens huvudsakliga ansvar är att vara stöd och ge vägledning vid kristillfället, att mobilisera relevanta interna och externa krafter vid en kris samt att hantera alla mediakontakter. Krisledningsgruppen samarbetar med Krisberedskapsförbundet för att säkerställa tillgång till bästa möjliga kompetens inom området.

Friluftsförbundets krisnummer är 08-657 49 28. Larm ID: 873534.

Bakom numret finns Securitas som svarar 24 timmar om dygnet året om. Securitas kopplar vidare till jourhavande i Friluftsförbundets krisledningsgrupp.

POSOM-gruppen

Beroende på typ av händelse kan det vara lämpligt eller nödvändigt att de drabbade får möjlighet till samtalsstöd. Finns behov kan stöd sökas hos den POSOM-grupp (Psykosocialt Omhändertagande) som finns i kommunen.

I Vänersborg är det räddningstjänsten, kyrkan eller kommunen som startar upp POSOM gruppen vid större händelser. Posomgruppen är aktiv under icke arbetstid, dvs måndag morgon kl 07.00 tar vanliga vårdinrättningar över.

Om en kris uppstår

- Ring alltid 112 först, för att aktivera akuta resurser för räddning, vård mm.
- Ring därefter någon i styrelsen i Vänersborg, som aktiverar interna lokala resurser.
- Styrelsen (Eller du själv) aktiverar därefter Friluftsförbundets krisnummer 08-657 49 28, Larm ID 873534 och berättar vad som har hänt. Vid behov eller för information.

Hantera media vid kris

Prata aldrig själv med media utan hänvisa till styrelsen i Vänersborg eller krisledningsgruppen på Riks. Krisledningsgruppen ansvarar, med hjälp av utsedd pressansvarig, för all mediahantering vid en kris. De drabbade eller deras närmaste omgivning är oftast mest intressanta för media men bör skyddas från sådana kontakter. Hänvisa alltid till krisledningsgruppen eller styrelsen.

Krisreaktion

Vid en svår händelse är det normalt att de drabbade och även andra inblandade hamnar i en krisreaktion som inleds med en chockfas som normalt varar 1–3 dygn. Under denna tid skall krisstödet inriktas på den första emotionella Förstahjälpen, vilket innebär att man ger drabbade individer trygghetssignaler som värme och kontakt med anhöriga mm. Normalt ger individens sociala nätverk (familj, släktingar och vänner) det bästa stödet.

FRILUFTSFRÄMJANDET

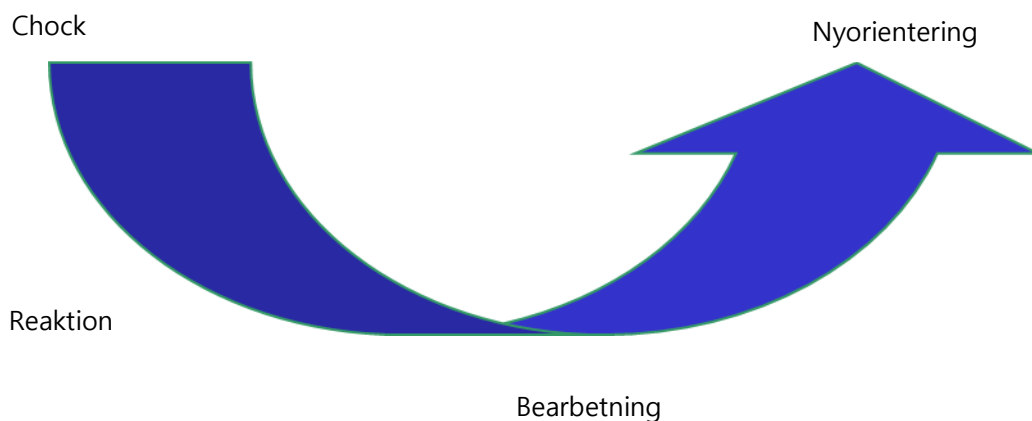


KRISENS FÖRLOPP FRÅN OLYCKSTILLFÄLLET OCH FRAMÅT

Vad är en kris

En kris är en händelse där individens tidigare erfarenheter och inlärd sätt att reagera inte är tillräckliga för att man skall kunna förstå och psykiskt hantera situationen. Krisen eller krissituationen är något som starkt avviker från det normala. Det är något som uppstår hastigt och mer eller mindre oväntat. I krisens karaktär finns ett hot om förlust av något slag för den drabbade individen.

Kriskurvan beskriver vägen ur en kris



Krishjälp vid chock för samtliga inblandade

- Visa omsorg genom "håll om, håll i, håll tyst, håll ut"
- Varsamhet
- Vänlighet
- Värme
- Vila
- Vätska – ej till skadade



Ge tid

- Att lyssna
- Låt den drabbade och övriga närvarande prata om händelsen
- Undvik konventionella fraser, ex "det är inte så farligt"
- Varsam beröring
- Acceptera reaktioner och beteenden
- Skydda från ytterligare onödig stress, starka intryck, media, allmänheten

Att tänka på

- Uppmuntra den drabbades egna resurser (familj/vänner)
- Hindra destruktiva handlingar och förhastade beslut
- Lova inte mer än du kan hålla – följ upp givna löften
- Förmedla kontakt med eventuella stödpersoner.
I Vänersborg har vi goda kontakter med Kyrkan som kan hjälpa till vid kris.
- Underlätta kommunikationen runt den drabbade
- Uppföljning
- Eventuellt fortsatta stödinsatser

Efteråt

- Återhämtning
- Debriefing (avlastningssamtal)
- Tillåtelse att vara ledsen och känna sorg
- Uppföljning - vad fungerade och vad behöver vi förbättra
- Släppa taget om det som hänt - tillbaka i nuet och se framåt



LEDARENS CHECKLISTA VID KRIS – INNAN, UNDER OCH EFTER AKTIVITETEN

Observera att detta är en generell text som kan behöva kompletteras med grenspecifik information.

Checklista Innan aktivitet/resa

- Installera 112-appen och larma från den om det behövs! Då får Räddningstjänsten din position.
- Uppdaterad deltagarlista ska finnas med vid varje tillfälle. OBS alla aktiviteter ska gå genom aktivitetshanteraren.
- Telefonlista över föräldrar/anhöriga ska finnas med vid varje aktivitet. Finns också digitalt att nå via webben.
- Styrelsen och aktuella grenledare kan hjälpa till att plocka ut aktuella deltagarlistor.
- Starta varje träff med att ta ett gruppfoto och räkna antalet deltagare som är med just vid det tillfället. Fotot raderas efter aktivitet.
- Ta alltid med checklisten för din sektion och lägg in krisnumret i din mobil.
- Var alltid minst två ledare (minst en ledare och en hjälpledare).
- Gör en rollfördelning i det fall olyckan skulle vara framme (vem tar hand om den skadade, vem hanterar kontakten med 112/föräldrar/Krisledningsgruppen och vem tar hand om övriga i gruppen)
- Ha som regel att en ledare tar täten och att en ledare är sist i gruppen när gruppen förflyttar sig.
- Ta alltid med Första hjälpen-väskan.
- Vid samling, be deltagare meddela ledare om eventuella mediciner som kan påverka aktiviteten.

Checklista under krisen

- Ge första hjälpen vid behov.
- Larma polis/räddningstjänst 112.
- Ring någon i styrelsen (Kontaktlista finns längst bak).
- Ring krisgruppen på RIKS vid behov.
- Följ med skadade till sjukhus vid behov/ Kontakta närmsta anhörig. (Vid dödsfall kontaktar polisen anhöriga.)
- Samla ihop övriga i gruppen.
- Ta hand om de mest chockade.
- Låt dem sitta nära varandra.
- Värme.
- Uppmana deltagare att ringa hem!
- Toalettbesök.
- Vatten (ej till skadade).
- Snabb energi/vätskeersättning.
- Eventuellt något att äta (ej till skadade)

FRILUFTSFRÄMJANDET



Checklista om ett barn försvinner

- Larma polis/räddningstjänst 112 och anmäl försvunnet barn direkt när ni upptäcker att barnet är försvunnet. (Det går alltid att avbryta en insats, minuterna är viktiga)
- Ring någon i styrelsen i Vänersborg/stödgruppen och informera om vad som skett.
- Ring Friluftetsfrämjandets krisnummer vid behov eller som stöd efter händelsen.
- Ringa föräldrar/anhörig
- Övriga ledare tar hand om barngruppen

Checklista vid våld och hot

- Ring polisen!
- Ring någon i styrelsen som information.

Checklista direkt efter olyckan

- Se till att hela gruppen, även de som inte varit vittne till olyckan samlas i en lokal.
- Vid dödsfall meddelar polisen den drabbades anhöriga.
- Ha en tät dialog med Styrelsen/Krisgruppen som hjälper till med en plan för hur vi går vidare.
- Vid behov av specialinsatser, kontakta Friluftetsfrämjandets krisgrupp, Riks.
- Erbjud behövande fortsatt krisstöd på hemorten.
- Följ upp tillståndet hos alla i gruppen.
- Om det är ett försäkringsärende gör en skadeanmälan, se nedan.

Checklista "när krisen är över" (Ledaren och styrelsen)

- Samla alla inblandade parter när krisen är över och gör en utvärdering.
- Eventuell debriefing med inblandade parter t ex. Krisledningsgruppen, POSOM
- Mindre workshop för att gå igenom det inträffade för lärande/återkoppling:
 - Vad var det som hände?
 - Vad gjorde vi?
 - Vad blev resultatet? Rätt eller fel?
 - Lärdomar/erfarenheter till nästa gång
- Komplettera och ändra vid behov krisplan, krispärm, organisation och checklistor
- Behövs utbildning/övning?
- Gör ett socialt och ekonomiskt avslut.
- Ledare och lokalavdelningen skriver ihop en incidentrapport och skickar den till incident@friluftsframjandet.se. Mer information om incidentrapportering finner du på www.friluftsframjandet.se

FRILUFTSFRÄMJANDET



Frågor

Om du har frågor kring krishantering, eller detta dokument, tveka inte att ställa dem till styrelsen i Vänersborg eller Krisledningsgruppen på Riks.

Övning

Styrelsens ambition är att öva kris-scenarier minst vart annat år.

Skadeanmälan

Vid skadeanmälan ring 0771-960 960 (Folksam), uppge Friluftetsfrämjandets avtalsnummer 64750 och ditt medlemsnummer i Friluftetsfrämjandet. Mer information finner du på www.friluftsframjandet.se

Kontaktuppgifter styrelsen FF Vänersborg:

Ordförande:	Ottilia Balazs	0763-176012
V. Ordf:	Gunnel Wretlind	0707-768565
Sekreterare:	Ann-Marie Havdahl	0725-858449
Kassör:	Sven-Olof Sterner	0709-666585
	Sofia Torstensson	0704-404832
	Hans Karjalainen	0730-801801
	Blasse Wallström	0708-750102
	Frank Skystedt	0730-229794
	Per Bågenholm	0706-
470891	Per Jörneberg	0708-337476

FRILUFTSFRÄMJANDET