



Råd till ledare

Krisplan IFK Falköping FF

Hur du som ledare agerar spelar en mycket viktig roll. I en akut kris kan det vara svårt att veta vad som är bra eller riktigt att göra och vad man kanske ska försöka undvika att göra. På nästa sida får du lite stöd i vad du kan och bör tänka på vid olyckor och kriser av *akut karaktär*. Men det allra viktigaste är att du försöker vara medmänniska och göra så gott du kan. I det akuta läget måste du som ledare agera men kontakta krisgruppen så fort du kan, de hjälper till att samordna åtgärder och tar över ansvaret efter den första akuta fasen.

Krisgruppen i IFK Falköping FF

Ring något av följande nummer för att få kontakt med någon i klubben.

Anders Lundin	070-397 36 74
Ingela Gustavsson	070-720 52 91
Magnus Liljegren	070-180 82 31
Elisabeth Klahr	073-330 18 10
Mattias Carlsson	070-626 29 31
Maria Olsson	070-938 74 25
Christina Janson	070-383 20 22

Akuta telefonnummer

Akut hjälp	112
Polis (ej akut)	114 14
Sjukvårdsrådgivningen	1177
Socialjour	0500-49 74 21

Observera att sjukvårdsrådgivningen kan koppla dig vidare till nästan allt.

Som ledare är det viktigt att du jobbar förebyggande. Här är några saker som du bör tänka på.

- ✓ Deltag i ledarutbildningarna.
- ✓ Fråga dina spelare om sjukdomar, allergier, mediciner och liknande. Informera dig om hur du skall agera om något händer. Tänk på nytillkomna spelare under säsong.
- ✓ Var noga med att sjukvårdsväskan är ordentligt påfylld, även under träning.
- ✓ Ha alltid en uppdaterad telefonlista till hands så du kan få tag i en anhörig om något händer.
- ✓ Vid resor måste alla använda bälte! Detta gäller både bil och buss. Enligt lag skall även barn kortare än 135cm använda bilkudde.
- ✓ När ni åker iväg på matcher och cuper, se till att ha en korrekt förteckning över vilka som är med och lämna gärna även en kopia till någon som är kvar hemma.
- ✓ Se till att ha nära tillgång till mobiltelefon vid era olika aktiviteter.
- ✓ Använd sunt förnuft. Våga gå in och ta ansvar, våga stoppa aktiviteter som kan gå överstyr även om det handlar om att styra upp en annan vuxen människa.
- ✓ Var uppmärksam på dina spelare, ibland behöver de mer stöd än normalt.

Viktiga gatuadresser!

Dotorps idrottsområde:	Dotorpsgatan 70
Odenplan:	Idrottsgatan 2-4
Odenvi/Ällevi/Ällebergshallen:	Högstenagatan 9
Odenhallen:	Odengatan 41
Frejhallen:	Götavägen 28



Råd till ledare

Svårare olycka

Första insatsen

Som ledare ansvarar du/ni för arbetsfördelningen.

- En eller två personer tar hand om den skadade och som även ser till att den skadade aldrig lämnas ensam.
- En person larmar 112 och möter även utryckningen.
- Kontakta vårdnadshavare.
- En person följer med transporten till sjukhus.
- Samla de övriga i gruppen och informera om vad som hänt.

Insatser efter olycka

- Informera krisgruppen om vad som hänt så att informationen kan spridas och åtgärder vidtas. Hänvisa även eventuell massmedia till någon i krisgruppen.
- 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. Gör en bedömning om alla deltagares hem behöver kontaktas. Lämna i så fall över den uppgiften till krisgruppen så ni kan ägna er åt gruppen.
- Informera sakligt om vad som har hänt. Spekulera aldrig om händelsen/situationen och dess orsaksförlopp. Ljug inte!
- 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 och hur det är, så att de kan förstå eventuella efterreaktioner. Uppmana dem att tala om händelsen med anhöriga.
- Kanske kan det vara bra att ordna dryck och förtäring (och värme, filter el. dyl).
- Om det är övernattnings och man valt att stanna kvar, kalla till återsamling direkt på morgonen dagen därpå.
- Vid olycka kontakta anhöriga, klubbledare och eventuella motståndare. *Vid dödsfall är detta en uppgift för polis eller sjukhus. Kontakta anhöriga när det är bekräftat att de har fått budet.*
- Följ de drabbade hem, låt inte drabbade köra bil.
- Ställ in träning om det känns rätt men samlas istället för att bearbeta händelsen.
- Stöd stödjarna i gruppen; allvarliga händelser kan ta hårt på krafterna.