



## Handlingsplan vid krishantering för Borås Karateklubb

### Bakgrund

Många associerar kriser med enbart olyckor, men kriser kan också uppstå ur mindre allvarliga situationer som dock kan få allvarliga konsekvenser för vår organisation.

I de senare fallen handlar det oftast om negativ publicitet i massmedia och/eller allmän ryktesspridning. Kriser kan orsakas av fusk, t ex doping, elitiserad barnidrott, förskingring, misshandel, pennalism, sexuellt utnyttjande, skattefusk, översitteri, ja listan kan göras mycket längre.

Det viktiga är att vi i föreningen diskuterar tänkbara kriser och skapar en beredskap för dessa.

Krisplanen ska kunna användas i tillämpliga delar för olika typer av kriser.

Eftersom olyckor och andra allvarliga händelser som kan skada vår organisations renommé är ofrånkomliga, är det viktigt att vi har en förberedelse och trimmar vår förening i krishantering.

### Krisplanering

Krisplanens syfte är att skapa en krismedveten beredskap inför oväntade allvarliga händelser för Att:

- minimera risken för kaos och fler olyckor,
- omhänderta dem som drabbats av olyckor eller andra allvarliga händelser så effektivt och humant som möjligt,
- motverka stress för inblandade att genom snabbt och tydligt agerande minimera risken för spekulationer
- stödja föreningens krisgrupp och dess resurspersoner i arbetet med att hjälpa medlemmar och anhöriga

---

**Adress:**

Borås Karateklubb  
Kansli: Mollag. 34, 50745 Borås  
Träning: C2-Hall i Boråshallen

**Kontakt:**

Email: [info@boraskarateklubb.se](mailto:info@boraskarateklubb.se)



## **Strategier och förebyggande åtgärder**

Det är oerhört viktigt att vi har en plan för hanteringen om olycka eller kris skulle inträffa och att vi arbetar förebyggande.

Detta skall därför ständigt vara en prioriterad fråga för föreningen och verksamhetsansvariga att ha en bra beredskap inför detta.

### **Vi skall därför övergripande tillse att:**

- sprida information om föreningens ”policy gällande krishantering”
- utbilda ledare och aktiva i HLR och ABC med fortbildning som en naturlig del av verksamheten.
- ständigt tillse att föreningen har rätt försäkringsskydd för anställda, ledare och aktiva som verkar inom föreningen.
- upprätta och tillse att en telefonlista med viktiga telefonnummer finns i anslutning till verksamheten och vid resor utanför den.
- samverka med Röda Korset i dessa frågor där de kan vara ett bra stöd gällande utbildning och även bistå föreningen vid eventuellt krisarbete.
- alltid tillse att transporter i samband med träning, tävling och läger sker under de former som råder för ”policy gällande trafiksäkerhet”
- tillse att det alltid finns sjukvårdsutrustning/sjukvårdsväska i direkt anslutning till verksamheten och dess aktiviteter.
- tillse att de bokade sovsalar, anläggningar och hotell har säkra rutiner och utrustning vid eventuell brand eller liknade samt gå igenom med de aktiva om utrymningsplaner samt uppsamlingsplats mm

### **Vi skall därför i direkt anslutning till aktiviteter utanför hemorten tillse att:**

- en kallelse med samtliga uppgifter om aktiviteten läggs ut på hemsidan innan avresa.
- ansvarig ledare vid träning, tävling och läger utanför hemortens telefonnummer alltid anges på kallelsen för aktiviteten.
- en deltagarförteckning för aktiviteten uppges på kallelsen samt medföljande support mm
- kontaktperson/hemma-ansvarig finns med på kallelsen eller kontaktperson för krisgruppen.
- resplan med avresa och ankomst anges samt att färdstätt på kallelsen till aktiviteten.
- uppgifter om övernattningsställe samt förutsättningar för detta anges i kallelsen.
- deltagarna har lämnat in uppgifter om eventuella sjukdomar och matallergier.
- policyn för trafiksäkerhet och de riktlinjer som finns för säkra och trygga transporter följs.
- sjukvårdsväska finns med på aktiviteten.

---

**Adress:**

Borås Karateklubb  
Kansli: Mollag. 34, 50745 Borås  
Träning: C2-Hall i Boråshallen

**Kontakt:**

Email: [info@boraskarateklubb.se](mailto:info@boraskarateklubb.se)



## KRISGRUPP

Det är styrelsen för Borås Karateklubb som är krisgruppen och skall organisera eventuellt arbete vid svårare olycka och kris.

Samverkan skall här ske med gällande beredskap som finns inom Borås stad och Röda Korset Boråskretsen samt föreningens egna resurser.

Krisgruppen skall snabbt kunna samlas om krissituation uppstår och fördelning av följande ansvarsområde skall ske enligt nedan med olika uppgifter för att hantera situationen på ett så bra sätt som möjligt.

Koordinator – ordförande, sammankallar gruppen, leder det övergripande arbetet med vad som skall göras, vem och när samt beslutar om vilka resurser som eventuellt behöver sättas in.

Informatör/medieansvarig – viceordförande, lämnar korrekta uppgifter kring händelsen till tidningar, radio, tv samt webbaserad information för att undvika onödiga spekulationer mm

Administratör – sekreterare, skriver protokoll och för löpande anteckningar om allt som rör händelsen och dess åtgärder som vidtas.

Resurs – ledamot ur styrelsen som snabbt kan kontakta de eventuella resurser som skall kalas in och delta i arbetet.

### Viktiga telefonnummer

Larm	112
Borås Lasarett, akuten	033-616 10 00
Polisen	114 14 / 112
Jourhavande präst, akuta situationer	112
Krisgrupp (ordförande) Magnus Damgren	0709-72 42 54
Borås Kommun, växel	033-35 70 00
Röda Korset, Borås Kretsen	033-41 89 43
Kristöd vid allvarlig händelse, Borås	033-35 31 89 / 112

---

**Adress:**

Borås Karateklubb  
Kansli: Mollag. 34, 50745 Borås  
Träning: C2-Hall i Boråshallen

**Kontakt:**

Email: [info@boraskarateklubb.se](mailto:info@boraskarateklubb.se)



### **Handlingsplan vid eventuell olycka**

Vid träning, tävling och läger och beroende på graden av olycka så skall ledaren ingripa själv utifrån sin kunskap och utbildningsbakgrund. Om olyckan kräver mer kvalificerad personal så skall kontakt tas omgående med ansvariga för tävlingen/anläggningen som beslutar om lämpliga åtgärder och eventuell vidare transport till sjukhus. Läkare finns alltid närvarande vid tävlingar.

- Om allvarlig olycka inträffar under andra omständigheter skall ledaren **LARMA 112** och vidtaga de åtgärder som situationen kräver tills mer kvalificerad personal tar över.
- Lämna aldrig den skadade ensam, stanna hos personer/personerna och be annan larma och möta ambulans mm.
- Vid larm uppge vem som ringer och telefonnummer, vad som har hänt, var det hänt, när det hänt och antal skadade.
- En ledare följer med eventuell ambulanstransport och en annan samlar gruppen för information mm.
- I samtliga fall skall ansvarig för verksamheten, krisgrupp underrättas omgående och rapport om olyckstillbudet skall skrivas. Om barn är inblandat så skall även barnets föräldrar informeras.

Vid tävling och läger skall alltid en deltagarförteckning finnas med så att ledare snabbt kan komma i kontakt med den aktives föräldrar.

Skicka aldrig hem deltagare! Det är viktigt att samla dem och informera så tydligt som möjligt om det inträffade och vilka åtgärder som kommer att vidtagas samt ventilera frågor mm. Uppmana även dem att samtala och berätta om det inträffade hemma med sina anhöriga.

---

**Adress:**

Borås Karateklubb  
Kansli: Mollag. 34, 50745 Borås  
Träning: C2-Hall i Boråshallen

**Kontakt:**

Email: [info@boraskarateklubb.se](mailto:info@boraskarateklubb.se)



## **Handlingsplan vid eventuell kris**

Vid eventuell större kris skall krisgruppen sammankallas omgående och planera för arbetet och upprätta en plan för hanterandet av situationen samt koppla in eventuella resurser utifrån vad som skett.

Att tänka på för gruppen:

- Informera krisgruppen om vad som hänt, samla in så mycket fakta och bakgrund som det går och notera detta och informera ut det så tydligt och enkelt som möjligt, hemsida, press mm.
- Besluta om uppsamlingsplats och ordna upp stället så att det finns plats för alla, lite mat och dryck samt annat som kan vara viktigt inför möten mm.
- Kontakta anhöriga, ledare och aktiva till en träff där information och vidare arbetsordning klargörs.
- Vid eventuellt dödsfall sköts kontakten med anhöriga av polis eller sjukvården.
- Samtala om vilka lämpliga resurser som skall kallas in, präst mm.
- Fundera på om verksamheten skall ställas in eller om eventuella begränsningar i den skall göras.
- Inga deltagare skall lämnas själva eller gå hem själva efter en krissamling.
- Var noga med att lämna information löpande via e-mail och hemsidan mm.

## **Plötsligt dödsfall i samband med idrottsutövning**

Riksidrottsstyrelsen beslutade i februari 2005 att tillsätta en arbetsgrupp med uppgift att ta fram råd och rekommendationer för att försöka förhindra plötsliga dödsfall i samband med idrottsutövning.

Plötsliga allvarliga medicinska händelser i samband med idrott är mycket ovanliga. Forskning visar att de stora hälsovinsterna av regelbunden fysisk aktivitet klart överstiger de små risker som kan finnas. De fall som ändå inträffar beror oftast på tidigare oupptäckta hjärtproblem.

Borås Karateklubb uppmanar alla utövare från juniornivå och uppåt att regelbundet kontrollera sin hälsa, särskilt om man tränar hårt eller tävlar. Symtom som bröstsmärta, yrsel, hjärtklappning eller ovanlig trötthet ska tas på allvar, och medicinsk rådgivning bör sökas vid behov.

Vid infektioner är det viktigt att avstå från träning tills man är helt frisk, då kroppen kan vara mer känslig och risken för komplikationer ökar, särskilt vid feber eller halsont.

Genom att lyssna på kroppen och vara uppmärksam på symtom skapar vi tillsammans en trygg och säker träningsmiljö.

---

**Adress:**

Borås Karateklubb  
Kansli: Mollag. 34, 50745 Borås  
Träning: C2-Hall i Boråshallen

**Kontakt:**

Email: [info@boraskarateklubb.se](mailto:info@boraskarateklubb.se)



Borås Karateklubb

2025-11-30

**Bilaga 3**  
6(6)

## Övrigt

Vid resor som överstiger tre timmar ska ledare i första hand använda sig av reguljär trafik. Ledare som har arbetat eller varit aktiva under hela dagar eller helger ska inte köra bil i samband med föreningens aktiviteter. I dessa fall ska en annan utvilad person bli utsedd som förare och ansvara för fordonet.

## Uppföljning och utvärdering

Styrelsen och verksamhetsansvariga tillser att policyn löpande följs upp, utvärderas och utvecklas för framtiden.

## Hänvisningar

Riksidrottsförbundet: [www.rf.se](http://www.rf.se)

Trafikverket: [www.trafikverket.se](http://www.trafikverket.se)

Södra Älvsborgs Räddningstjänstförbund: [www.serf.se](http://www.serf.se)

Borås Stad: [www.boras.se](http://www.boras.se)

Röda Korset: [www.redcross.se](http://www.redcross.se)

## Ansvarig

Paul-André Safko

Kassör

Borås Karateklubb

Tfn: 0708-49 12 04

---

### Adress:

Borås Karateklubb  
Kansli: Mollag. 34, 50745 Borås  
Träning: C2-Hall i Boråshallen

### Kontakt:

Email: [info@boraskarateklubb.se](mailto:info@boraskarateklubb.se)