

NATTVANDRING.NU



AKUT KRISSITUATION

INFORMATIONSBLAD

Kontaktinformation

08-50 66 55 80
info@nattvandring.nu
www.nattvandring.nu

FÖR AKUTA SITUATIONER:

0709-623531

Akut krissituation

En akut krissituation låter dramatiskt och så kan fallet vara. Allt beror dock på hur den som drabbats upplever det och det är det som styr vår krishantering i dessa situationer. Vi kan uppleva samma händelse på olika sätt. Vi reagerar på olika sätt och vi hanterar det på olika sätt. På grund av detta är vår akuta krishantering extra viktig och vi skall alltid utgå från det som den/de drabbade känner och uttrycker. Vi gör därför aldrig göra någon egen värdering eller tolkning.

Vad är en krissituation?

En kris är en reaktion på en svår situation eller händelse. Det kan vara ett olycksfall, ett brott eller att någon i din närhet drabbas. Det kan vara att du är vittne till något eller att du eller någon annan drabbas fysiskt. Men det kan också vara att du/ni blir hotade eller känner er hotade."

Oavsett vad som utlöser den "akuta krissituationen" är det viktigt att vi alla får det stöd och den hjälp man behöver just i den stund när det hänt. Även om det just då känns som att det är ok, kan krisen/reaktionen komma i efterhand och då är det viktigt att du redan när det hänt, gjort rätt".

Vad händer?

Om någon grupp eller enskild vandrare hamnar i en akut krissituation, vare sig det är psykiskt eller fysiskt, är ni alltid skyldiga att följa vår krisplan. Vi finns där för er och ingen skall känna sig ensam, orolig eller lämnad!

Ta hellre kontakt en gång för mycket. Det är er upplevda känsla som gäller!

Checklista vid akut krissituation

Händelse/upplevelse: Något händer. Skada, våld, hot, vittnen till allvarlig händelse. Det är er känsla som bestämmer om det är akut kris.

Avbryt vandringen: Återvänd till ev. lokal och prata igenom det hela. Var tydliga med känslor och upplevelser. Inget är fel.

Sänd SMS: Skicka SMS till: 0709-623531 omedelbart. Beskriv kortfattat vad som hänt, vilken grupp det gäller och ev. annan kontaktperson.

Invänta: Vi kommer kontakta er via SMS eller telefonsamtal så snart vi får ert meddelande.

Följ instruktion: Ni kommer få instruktion från oss via telefonsamtal och det är viktigt att ni följer dessa. Ifrågasätt inte.

Ingen mediakontakt: Ta inte kontakt med någon media och ni besvarar inte medias ev. frågor. Hänvisa till nattvandring.nu via telefon 0709-623531. Vi sköter mediakontakter och bestämmer när, vad och hur de får veta något. Det kan vara viktigt både för er samt för eventuell polisutredning.

Vi är på väg: Representant från oss kommer vara på plats hos er inom 24 timmar. Under tiden har vi kanske tagit kontakt med kommun, polis eller andra myndigheter.

Krisorganisation larmas: Samtidigt som vi är på väg är också vår krisorganisation larmad. Detta för att alla skall vara beredda att gå igång så snart läget/situationen är under kontroll.

Första mötet: Först möter vi den drabbade, sedan hela gruppen, i en trygg lokal. Därefter kan fler möten ske, både med er och med myndigheter.

Kvar på plats: Vi kommer att finnas på plats så länge som vi tillsammans bedömer att behovet finns.

Stöd och hjälp: Ni kommer få det stöd och den hjälp ni behöver från oss och vår krisorganisation.

Vad kan ni göra?

Efter att ni följt tidigare instruktion och "larmat" nattvandring.nu är det också viktigt att ni själva gör rätt - fram tills att vi finns på plats. De timmar det tar för oss att komma på plats kan upplevas långa och då är det viktigt att ni agerar rätt under tiden.

Samla alla: Samla alla som varit involverade innan alla går hem till sitt.

Avlastningssamtal: Direkt efter en traumatisk händelse finns ofta ett behov av att prata eller lyssna på andra i samma situation. Osäkerhet och funderingar uppstår - har vi förstått rätt? Handlat fel? Är känslorna normala?

Om möjligt, ordna ett avlastningssamtal och informera relevanta aktörer som fältare, fritidsledare eller polis. De kan delta eller bjuda in till sina samtal.

Utse en samtalsledare om ingen finns tillgänglig. Ledaren ska skapa en trygg atmosfär och se till att samtalet hålls respektfullt. Finns möjlighet till kaffe och något att äta, bidrar det till en lugn miljö. Poängtera sekretess, det som sägs i gruppen stannar där.

Samtalet: Låt var och en berätta vad man upplevt och hur man kände sig i den akuta situationen och hur man känner sig just nu. Vill någon inte prata är detta också ok.

Sammanfattning: Samtalsledaren sammanfattar vad som hänt.

Tala bara om vad som hänt - objektivt - bara kända fakta.

Som samtalsledare är det bra om du också kan nämna olika stressymptom som kan komma: sömnsvärigheter, ingen matlust, mardrömar med mera.

Att ta sig hem: Säkerställ trygg hemfärd via samåkning eller hämtning - ingen lämnas ensam. Byt nummer och låt samtalsledaren följa upp dagen efter.

Nattvandring.nu på plats: Nu finns vi på plats och har kontakt med samtalsledaren. Du kommer bli kallad till samtal. Tveka inte - var med även om du just för stunden mår bra då reaktioner kan komma senare.