# Et bilde som inneholder tekst, utklipp Automatisk generert beskrivelse

# Oppsummering sikkerheit på fellesturar og kurs – DNT Gudbrandsdalen

| **Turnamn** **og dato:** | **Ansvarleg turleiar:** | **Dato:** |
| --- | --- | --- |
| **Til informasjon:**  Denne sida (ark 1) skal returnerast [anita.haugen@dnt.no](mailto:anita.haugen@dnt.no) før turen.  Dersom du ynskjer kan risikovurderinga gjerast saman med Anita på tlf. nr. 99 71 26 77.  Turleiar pliktar å tenkje gjennom og identifisere potensielle uynskte hendingar som kan inntreffe på turen før turstart. Ei bevisstgjering av dette er ei god hjelp i arbeidet med å førebygge og handtere eventuelle skader/uhell. Skjemaet her er meint som ei hjelp i sikkerheitsarbeidet. Skjemaet er ikkje fullstendig. Som turleiar må du også tenkje gjennom andre moglege risikomoment på din tur; kva kan skje, kvar og kva tiltak kan gjerast for å forhindre uhell. Oppsummer dei momenta du må vera mest obs på i toppen av skjemaet og bruk desse momenta i kommunikasjon med deltakarane i forkant og i ferdarådet før oppstart.  Sjå også skriv om turleiar si rolle og ansvar.  **Oppsummert vurdering og konklusjon:** | | |
| **Aktuell værmelding/føreforhald/skredvarsel:** | | |

**Dette er ei sjekkliste for sikkerheit. Denne er meint som ei hjelp i arbeidet med å risikovurdere turar. Velg ut det som er aktuelt for din tur. Denne treng ikkje å returnerast.**

| Uønsket hendelse | Hva kan skje? Hvor? | Tiltak for å forhindre uhell | Aktuelt på min tur?  Kommentarer |
| --- | --- | --- | --- |
| ***GENERELLE RISIKOMOMENTER*** | | | |
| Deltakere i dårlig form/ujevn form | * Klarer ikke å gjennomføre turen * Sinker hele gruppa * Vanskelig å holde gruppa samlet | * God informasjon om dagens tur * Informasjon om pakking av sekk * Vurdere om deltakerne er i stand til å gjennomføre turen. Kan turen gjøres kortere/enklere * En avpasser fart foran og en bak * Avtalte stoppesteder hvor hele gruppa samles |  |
| Gnagsår | * Orker ikke gå lenger * Sinker gruppa | * Informasjon * Plastre med en gang man kjenner noe, gjerne før |  |
| Solbrenthet | * Sår hud * Feber/dårlig allmenn tilstand * Solbriller | * Fornuftig bruk av solkrem med tilstekkelig høy solfaktor * Tildekking av utsatte hudpartier |  |
| Bruk av primus/gass | * Brannskader * Gasslekkasje * Oksygenmangel * Død | * Informasjon og opplæring i riktig bruk. * Skru av apparater når de ikke brukes |  |
| Matforgiftning | * Allergisk reaksjon * Oppkast, magesyke * Kan ikke gå videre | * Informasjon om renslighet * Sørge for at drikkevannet er av god kvalitet |  |
| Ikke tilgang til drikke underveis | * Uttørking /slapphet | * Informasjon * Påse at alle fyller tilstrekkelig med drikke før avreise * Påfyll underveis/planlegge og gjøre seg kjent om steder for påfyll |  |
| Fare for mørke | * Kommer ikke fram til hytta * Skaper angst, uro, sult | * Sørge for tidligere turavgang * Informere om turen * Ta med reiseplan, telefonnummer til neste hytte/ankomst sted * Ha med lykt * Nedsette hastighet (ikke stresse) |  |
| Brann på hytta | * Røykforgiftning * Brannskader | * Informasjon * Les instrukser på hyttene |  |
| Flåttbitt | * Allergisk reaksjon * Alvorlige senvirkninger | * Informasjon, spesielt ved aktiviteter i skogen og ved kysten * Oppfordre til egensjekk hver kveld * Fjerning av flått med egnet redskap, ta med pinsett |  |
| Forfrysninger | * Kan ikke gå videre * Sinker gruppe * Nødvendig å grave seg ned | * Informasjon om utstyr * Oppgradering løpende (ekstra/tørre votter/sokker) |  |
| Fare for snø eller is | * På turen * Utglidning * Fall, brudd, død | * Informasjon * Sikkerhetsrutiner |  |
| Fiske, kano, båt, bading og kajak | * Nedkjøling * Drukning | * Informasjon/opplæring * Vannaktiviteter kun til avtalte tider og alltid under oppsikt av en ansvarig leder * Ledere med livredningskurs * Kartlegge om deltagerne kan svømme |  |
| Knapt med tid for å rekke transport | * Skader, uhell på grunn av stress | * God planlegging med hensyn til tidsforbruk på turen og deltakeres fysiske forutsetninger, for eksempel tidlig avgang |  |
| Deltaker kommer bort fra turgruppen | * Skader og uhell pga stress og usikkerhet | * Informer om at alle som kommer bort fra gruppen skal forholde seg i ro, ikke begynne å løpe som en tulling. * Be alle deltakere å ha med mobilen i sekken og utdel mob nr til turlederne * Vent på alle som går på do |  |
| Dårlig mobildekning | * Vanskeligheter med å få hjelp ved skader/uhell | * Kartlegge på forhånd steder underveis på turen for mulig mobildekning * Ta med inreach (DNT Gudbrandsdalen har til utlån) |  |
| Bil vil ikke starte etter turen | * Kan bli kritisk hvis alle andre biler har kjørt og det ikke er dekning ved parkeringsplassen | * Nest siste bilen venter med å kjøre til siste bilen er igang |  |
| Lynnedslag på toppene | * Torden og lyn kan komme brått på under varme sommerdager * Fare for å bli truffet med fatale følger (hjerte problemer, brannskader) | * Søke ned til laver liggende punkt straks man blir oppmerksom på torevær i nærheten. * Sjekke værmelding, ofte! Jo tetter på værmeldingen er, jo mer nøyaktig er den. * Legge om turen ved behov |  |
|  |  |  |  |
| Risikomoment | Hva kan skje? Hvor? | Tiltak for å forhindre uhell | Aktuelt på min tur?  Kommentarer |
|  |  |  |  |
| ***Brevandring – klatring – utsatte partier*** | | | |
| Klatring, brevandring | * Fall fra toppen? Generelt fall uansett hvor. * Utglidning ved klatring og brevandring * Skrubbsår * Infeksjon særlig på bre * Brudd – Klatrefelt * Skader pga. utstyr (stegjern, isøkser) | * Informasjon/klare regler * Forbud mot å oppholde seg på toppen?? * Foreldre passer egne barn * Godkjente instruktører fra NF. * Sikkerhetsutstyr – krav til ferdigheter og bruk * Informasjon om vanskelighetsgrad, gradering, risikomomenter og krav i turbeskrivelsen |  |
| Krevende elvekryssing | * Utglidning * Drukning * Nedkjøling * Kuttskader | * Informasjon om krevende partier * Bruk av tau, sokker/sko/tøfler |  |
| Bratte opp- og nedstigninger med fare  for løse steiner | * Løse stein treffer mennesker * Utglidning * Skrubbsår * Brudd * Død | * Informasjon * Godkjente turledere * Klare regler ift. ferdsel – jfr. bre, skred, klatring * Sikkerhetsutstyr – krav til ferdigheter og bruk * Informasjon om vanskelighetsgrad, gradering, risikomomenter og krav i turbeskrivelsen |  |
| ***Vinterturer*** | | | |
| Skredfare | * Skader: brudd, nedkjøling * Mentale reaksjoner * Død | * Kunnskap om skred - godkjente turledere/instruktører * Informasjon * Klare regler ift. Ferdsel * Kjennskap til bruk av nødvendig utstyr (spade, sonde, evt. s-m) * Sikkerhetsutstyr - krav til ferdigheter og bruk * Informasjon om vanskelighetsgrad, gradering, risikomomenter og krav i turbeskrivelsen |  |
| Ødelagt/dårlig skiutstyr | * Kan ikke gå videre * Sinker gruppen * Tar lang tid | * Ha med ekstrautstyr * Informasjon om å utvise forsiktighet i bratt lende |  |
| Snøblind | * Såre øyne * Kan ikke gå videre | * Solbriller med gode glass og ”skyggelapper” |  |
| Regulerte vann | * Fallskader | * Gjennomgå kart nøye * Undersøk med lokale myndigheter |  |