|  |  |
| --- | --- |
| **DNT Forening** |  |
| **Turnummer**  | **Turnavn** | **Ansvarlig turleder** | **Dato**  |
| Her finner du en generell risikovurdering for nærturer i regi av DNT. Dette skjemaet kan benyttes i tiden frem til det nye digitale sikkerhetssystemet vårt er tilgjengelig. Turleder plikter å sette seg inn i turens risikomomenter før turstart. En bevisstgjøring i forhold til dette er en god hjelp i arbeidet med å forhindre skader/uhell. Dette skjemaet er ment som en hjelp i risikovurderingsarbeidet. Det er ikke fullstendig. Som turleder må du også tenke igjennom andre mulige risikomoment på din tur: Hva kan skje, hvor og hvilke tiltak kan gjøres for å forhindre uhell. **Skjemaet må oppbevares slik at aktiviteten kan dokumenteres i ettertid.**Alle turledere plikter å ha med førstehjelpsutstyr på turene. Turledere plikter også å ha tilstrekkelig kjennskap til generell førstehjelp. Turleder må alltid avklare hvem som har ansvaret for deltakerne/barna/gruppa: Foresatte, ledere eller andre. På turer der barn og voksne går sammen, er det foreldrene som har ansvaret for barna. Gi informasjon om dette.    Se ellers Turlederboka og sett deg inn i Turlederheftet for nærturledere om eventuelle rutiner/prosedyrer som gjelder for din gruppe/tur. Alle som leder tur må ha tilgang til Turlederboka og/eller Turlederheftet for Nærturledere. I turlederheftet finner du informasjon om hva vi mener er viktige turlederoppgaver, og hvilke forrentninger vi har til deg som turleder.    |
| **Risikomoment**  | **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
* Avtale stoppesteder hvor hele gruppa samles
* Vurdere å dele gruppa i to ved tilstrekkelig antall turledere.
* Det bør være minimum to turledere på alle turer
 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Risikomoment** | **Hva kan skje? Hvor?** | **Tiltak for å forhindre uhell** | **Aktuelt på min tur? Kommentarer**  |
| Gnagsår | * Orker ikke gå lenger
* Sinker gruppa
 | * Informasjon
* Bruk sportstape med engang smerten oppstår
* Skape trygghet i gruppa slik at deltakerne sier i fra så snart som mulig
* Ta av skoene og luft føttene i pauser, dersom føttene har blitt fuktige
* Førstehjelpsutstyr i sekken
 |  |
| Solbrenthet  | * Sår hud
* Feber/dårlig allmenn tilstand
 | Bruk av solkrem med tilstrekkelig høy solfaktor * Tildekking av utsatte hudpartier (f eks skyggelue)
* Turleder har med solkrem
 |  |
| Kniv-/kuttskader  | * Blødninger
* Sår
 | * God informasjon om «knivvett»
* Klare regler ift bruk av kniv
* Alltid plaster og strips tilgjengelig ved knivbruk
 |  |
| Bål og grill  | * Forbrenningsskader
* Gnist-/brannskader ved opptenning
 | * Informasjon om fornuftig adferd ved bålet
* klare regler ift løping runde bålet osv.
* Brannteppe
 |  |
| Bruk av primus/gass  | * Brannskader -
* Gasslekkasje
* Oksygenmangel
*
 | * Informasjon og opplæring i riktig bruk
* Skru av apparater når de ikke brukes
* Brannteppe/branngele
* Barn skal ikke bruke primus uten voksne

til stede  |  |
| Matforgiftning  | * Allergisk reaksjon
* Oppkast, magesyke
* Turen kan ikke fortsette
 | * Informasjon om hygiene
* Informasjon om vannkvalitet
* Matansvarlig har gjort seg kjent med ingrediensene i maten
* Innhente relevant helseinformasjon ved behov
 |  |
| **Risikomoment** | **Hva kan skje? Hvor?** | **Tiltak for å forhindre uhell** | **Aktuelt på min tur? Kommentarer**  |
| Ikke tilgang til drikke underveis  |  - Uttørking /slapphet    | * Informasjon
* Påse at alle har med seg drikke før avreise
* Påfyll underveis hvis mulig
 |  |
| Allergi i forhold til dyrebesøk  | - Utslett/kløe - Pustebesvær  | * Informasjon
* Ved behov er foresatte ansvarlig for medisinering av egne barn
 |  |
| Flåttbitt  | * Allergisk reaksjon
* Alvorlige senvirkninger
 | * Informasjon, spesielt ved aktiviteter i skogen og ved kysten
* Oppfordre til egensjekk hver kveld
* Fjerne flått med pinsett i førstehjelpspakken
 |  |
| Huggormbitt  | Lettere symptomer: * Smerte,
* hevelse og blålig misfarging rundt bittsted

Alvorlige symptomer: * Hevelser som brer seg og kan omfatte hele kroppen
* Magesmerter og kvalme/oppkast
* Hjerte- og karsymptomer, som lavt blodtrykk og hjertebank
* Direkte påvirkning på blodet, f.eks. anemi og koaguleringsforstyrrelse
* Luftveissymptomer, sjokkutvikling
 | * Informasjon
* Hvis uhellet er ute: Hold personen mest mulig i ro. Barn bør bæres. Bittstedet skal holdes mest mulig i fred, og hvis mulig i høyt leie. Ikke klem, skjær eller sug i bittet da dette kan øke spredningen av giften i kroppen.
* Kontakt lege 116117 eller Giftinformasjonen på telefon 22 59 13 00. Er det akutt og det står om liv ring 113

Utsatte grupper (barn, gravide m.fl.) skal på sykehus  |  |
| 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
 |  |
| Beitedyr i utmark (hest,ku) | * Deltakere blir redde
 | * Ikke gå mellom dyrene
* Trygge og informere gruppa
 |  |
| **Risikomoment** | **Hva kan skje? Hvor?** | **Tiltak for å forhindre uhell** | **Aktuelt på min tur? Kommentarer**  |
| Fare for mørke  | * Kommer ikke fram til planlagt sted
* Skaper uro, tretthet og sult
 | * Informere om turen
* Ta med reiseplan, telefonnr til neste hytte/ankomst sted
* Ha med lykt, refleks
 |  |
| Biltrafikk | * Påkjørsel
 | * Planlegge turen gjennom trafikkert område med tanke på sikkerhet
* Gruppa går på rekke på venstre side langs trafikkert vei. Bruk gangvei og fortau hvis mulig
* Bruk gangfelt ved kryssing av vei
* Informasjon
* Vis hensyn til andre trafikanter
 |  |
| Brann på hytta (ved overnattingsturer) | * Røykforgiftning

Brannskader | * Informasjon
* Les branninstrukser på hytta
 |  |
| Dårlig mobildekning | * Vanskeligheter med å få hjelp ved skader/uhell
 |  - Kartlegge på forhånd steder underveis på turen for mulig mobildekning  - Benytte 113-appen aller andre relevante lett tilgjengelige hjelpemidler |  |

|  |
| --- |
| ***VINTER***  |
| Fare for snø eller is  | * Utglidning
* Fall, brudd
 | * Informasjon
* Sikkerhetsrutiner: tydelig oppfordring til å benytte brodder, piggsko og evt. Staver
* Evt brodder til utlån
* Vurdere å avlyse eller legge om ruta
 |   |
| **Risikomoment** | **Hva kan skje? Hvor?** | **Tiltak for å forhindre uhell** | **Aktuelt på min tur? Kommentarer** |
| Forfrysninger | Kan ikke gå videre Sinker gruppe | * Informasjon om utstyr
* Aktivisere deltakerne når det er kaldt
* Få deltakerne til å sjekke hverandre for hvite flekker i ansiktet
* Justere påkledning (ekstra/tørre votter/sokker)
 |  |
| Snøblind  | * Såre øyne
* Kommer ikke videre
 | - Informere om solforhold og oppfordre til bruk  av solbriller  |   |
| Ødelagt/dårlig skiutstyr/trugeutstyr  | * Kommer seg ikke videre på turen
* Sinker gruppen
* Tar lang tid
 | * Ha med relevant ekstrautstyr
* Informasjon om å utvise forsiktighet i bratt lende
 |   |
| Bevegelse/aktivitet på is | * Nedkjøling
* Drukning
 | * Turleder innhenter og har nok kunnskap/ kompetanse
* Gå på vann (vurdere ekstrautstyr som ispigger, kasteline)
* Følg stikket løype, evnt innhent kunnskap og kompetanse
 |  |
| ***KLATRING/UTSATTE PARTIER***  |
| Klatring  | * Fall fra toppen
* Utglidning ved klatring
* Skrubbsår
* Brudd
 | * Informasjon/klare regler
* Anbefale å ikke oppholde seg på toppen
* Foreldre passer på egne barn
* Godkjente instruktører fra NF
 |   |
| Krevende elvekryssing  | * Utglidning
* Drukning
* Nedkjøling
 | * Informasjon om krevende partier
* Bruk av tau
 |   |
| Bratte opp- og nedstigninger med fare for løse steiner  | * Løse steiner treffer mennesker
* Brudd
* Død
 | - Informasjon - God avstand - Beregne god tid |   |
| Grotter/huler/gruver  | * Klaustrofobi
* Løse stein treffer mennesker
* Brudd
 | * Informasjon/klare regler
 |   |
| ***VANNAKTIVITETER***  |
| Fiske, kano, kajakk, båt, bading ol | * Nedkjøling
* Drukning
 | * Informasjon/opplæring
* Vannaktiviteter med barn/ungdom: kun til avtalte tider og områder, alltid under oppsikt av en ansvarlig leder eller foreldre
* Foreldre har ansvar for egne barn
* Ledere med livredningskurs/ oppdatert livredningsprøve på turer med barn og unge.
* Evt medbringe kasteline
* Ved bading har turleder gjort seg kjent med forholdene rundt badeplassen
* Se eget risikovurderingsskjema for aktiviteter ved vann med barn

  |   |
| ***ANNET*** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

Skjemaet er utarbeidet av DNT Oslo og omegn