

2025

Turleiar- mappe

Voss Utferdslag



Foto: Øystein Røen

INNHALD

Revidert 12.12.2024

Side 3

Tryggleikinstruks for Voss utferdslag
Forsikring

Side 4

Turleiarkompetanse

Side 5

FØR TUR
Turbeskrivelse/annonsering
Risikovurdering

Side 6

FØR TUR
Transport på turane
Betaling for turar
Påmelding

Side 7

FØR TUR
Utstyr
Fyrstehjelp
Avlysning

Side 8

UNDERVEGS PÅ TUR
Informasjon
Turleiarpraksis
Hending/ulykke

Side 9

UNDERVEGS PÅ TUR
Turleders Kriseark

Side 10

ETTER TUR
Bilete/Omtale
Turapport
Retningslinjer Påskjønning
Kravskjema for utlegg

Velkommen som turleiar i Voss Utferdslag!
Her kjem viktig informasjon om rutinar og oppgåver for deg som er turleiar i Voss Utferdslag.

Tryggleikinstruks for Voss Utferdslag

Ein turleiar har ansvar for å gje riktige og klåre opplysningar i førekant, under og etter kvar tur. Turleiar mappa skal ta for seg punkt som skal fylgjast opp av turleiarar i Voss Utferdslag.

Instruksen er utarbeida etter sentrale krav frå DNT, for å ivareta turleiarar, deltakarar og Utferdslaget sitt ansvar og tryggleik.

Forsikring

Voss Utferdslag sine turleiarar og tillitsvalde er i VU-regi dekkja av ulukkesforsikring teikna av Voss Utferdslag. Forsikringa gjeld frå det tidspunkt ein reiser heimanfrå for å starte turen/reisa, og til ein kjem heim att, samt for oppgåing av tur.

Forsikringsvilkår

- Forsikringssum ved død kr 500.000 som følge av ulykke
- Forsikringssum ved medisinsk invaliditet kr. 1.000.000 som følge av ulykke

Interessert i å ta turleiarkurs i DNT? Les meir her:
<https://www.dnt.no/turleder>

Turleiar kompetanse

I handlingsplan for sikkerhet 2022-2025 står det fylgjande:

DNTs medlemsforeninger må kun benytte godkjente turledere ihht DNTs turledestige, skriftlig vurdert og godkjent realkompetanse eller andre tilsvarende godkjenninger.

I praksis vil dette sei:

I løpet av 2025 må Voss Utferdslag jobba for at me er eit lag som er i tråd med føringane frå Handlingsplan for sikkerhet. I tida fram mot utgongen av 2025, kjem me til å ha fokus på to ulike tilnærmingar for å nå kompetansekravet slik at laget har godkjende turleiarar ihht krava.

1. **DNT sin turleiarstige:** Me kjem til å arrangera kurs innan DNT sin turleiarstige. Alle turleiarar er hjartleg velkomen til å ta kurs for å vedlikehalde og auke komptansen.
2. **Overføringsordning/annan form for godkjenning av turleiarar:** I perioden fram mot 2025, har DNT sentralt tilrettelagt for ei **overføringsordning**. Ved å senda inn søknad til DNT sentralt, som viser realkompetanse (erfaring/og eller anna utdanning/kurs) kan turleiarar blir innplassert og godkjend i DNT sin turleiarstige.

Har du spørsmål kring turleiarutdanning og/eller andre ting?

Ynskjer du å søkje om innpass som turleiar ved å søka om godkjenning med realkompetanse?

Ynskjer du å delta på turleiar kurs og fyrstehjelpskurs?

Ta kontakt med prosjektleiar
i Voss Utferdslag June Jansson.

Epost: june.jansson@dnt.no

Tlf: 90 23 88 57

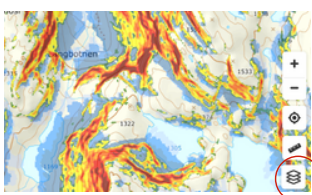


Turskildring/annonsering

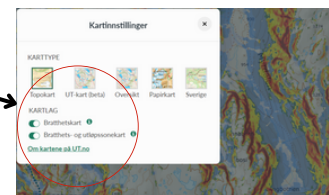
- **Annonsering:** Bruk mal for turbeskrivelse når du skal skildra turen din (ligg på nettsida).
- Turskildringa skal gje eit rettast mogeleg inntrykk av vanskegrad/gradering av turen. Den må gje ein peikepinn på kva turdeltakaren må meistra for å ha glede av turen, og for at han/ho ikkje skal vera ein belastning for turfølgjet. Turskildringa skal så langt råd sikra at turdeltakaren kan vurdere om han/ho oppfyller krava til turen.
- Send turskildringa til voss.utferdslag@dnt.no i løpet av desember, året før turen. Informasjon frå turskildringa blir nytta til å opprette arrangement på nettsida www.vossutferdslag.no og Facebook-sida til Voss Utferdslag.
- **2 veker før tur:** Lever oppdatert informasjon om turen til dagleg leiar, som lagar klar annonse. Dette er naudsynt fordi du no veit mer om forholda i fjellet og gjerne har gått opp turen. Send inn meir presise tider og detaljert turrute ved behov.

Risikovurdering

- **Alle turar skal risikovurderast! Det er viktig, fordi det minimerer eventuelle risikomoment som kan oppstå på turen.**
- Praksis i 2025: Ingen vinterturar skal leggjast i skredterreng (løsne-eller utsløpsområde). Det er lettare å unngå skredterreng om ein kjenner området. Det oppfordrast likevel til å sjekka **ut.no**, for å kvalitetsjekka at turruta er i tråd med føringane.



På ut.no: Trykk på ikon nederst til høgre (Sjå bilete til venstre). Då får du opp bilete til høgre. Marker bratthetskart og utløpssonekart.



Gjennomføra risikovurdering:

DNT Trygg:

- DNT trygg er eit system der ein gjennomfører digital risikovurdering. Turleiar får invitasjonslenkje på epost. Turleiar 1 har ansvar for å gjennomføra vurdering. Alle turleiarar har tilgang og kan lese og setje seg inn i risikovurderinga via lenkja. Alle registererte turleiarar får e-post som gjev tilgang til risikovurderinga i DNT Trygg.
- Risikovurdering må vera ferdig minimum 48 timar før turen.

Alternativ risikovurdering:

Word-Skjema:

Turleiar 1 har ansvar og fylgjer ut skjema og sender til administrasjon i førekant av turen. Alle turleiarar må lesa og setja seg inn i vurderinga i førekant .

Transport på turane

Turar som går frå A til B, der me ikkje kjem attende til startpunkt, vert buss nytta som transport.

- Turleiar tek kontakt med VTS (Voss Transport Service) på tlf. 918 67 540 (Tore Grønsberg) Dialog kring storleik på buss og avreise/retur bør avtalast seinast tysdag før turen. Ved avlysing av tur, ring 918 67 540 innan fredag kl. 15.00.
- Privatbilar vert nytta på turar det er mogleg. Sjekk forholda for parkering. Avtal eventuelt med grunneigar, og om det er særskilde krav til køyretøy grunna vegstandard (stølsveg / skogsveg o.l.)
- **Tips!** I påmeldinga er det fylgjande spørsmål: "Kan du stilla med privatbil til samkøyring?" på turar med privatbil. Turleiar kan då ta kontakt med deltakarane for å avklara kven som køyre bil, noko som sikrar betre billogistikk.
- Transportmåte og pris må koma tydeleg fram i utlysinga.

Betaling for turar

Administrasjonsgebyr

Frå 2025 vert administrasjonsgebyr innført på **alle** søndagsturane med fylgjande priser:

- **Medlem: kr 75,-**
- **Ikkje-medlem: Kr 150,-**

Ved bruk av buss:

Administrasjonen hentar inn pris og utarbeidar pris per deltaker frå VTS for kvar einskild tur. Prisen blir publisert i turomtalen på nett. Det skal framleis differensierast mellom medlem og ikkje-medlem.

Merk! Turleiar tek fremleis kontakt og avtaler detaljer med VTS kring avreise/retur.

- Når ein nyttar buss er hund ikkje lov grunna omsyn til allergi . Deltakar kan delta om han/ho køyrer sjølv.
- Bruk gjerne rutegåande buss eller tog der dette er tenleg. Turdeltakar kjøper då billett sjølv, men annonser gjerne billettprisen i utlysinga.
- **Om deltakar ynskjer å avbestille ein tur, gjeld dei generelle vilkåra for DNT.**

Bruk av privatbil:

Turdeltakarane betalar til sjåfør. For å rekne ut pris pr. passasjer bruk fylgjande formel:

kr. 5,- x km t/r + eventuelt bompengar eller parkering : 3 = PRIS (avrunda til næraste 10,-)

Døme:

Tur som startar på Kvitno (Ospehaugen) vil koste 70,- pr. pers. frå Holbergsplass.

(t/r 32 km x 5,- = 160,- + parkering 50,- = 210 : 3 = 70,-)

Påmelding

Ver tilgjengeleg og svar gjerne deltakar på telefon/e-post etter at turen er annonsert.

Turleiar kan få tilgang til deltakarlista enten ved å få tilgang til aktivitetssystemet eller at administrasjonen sender deltakarlista.

Opplæring og informasjon kring tilgang til aktivitetssystemet får du på turleiarmøtet 15. Jan 2025.

Utstyr

Syt for at du som turleiar har naudsynt utstyr med på turen. Obligatorisk utstyr på alle turar.

- kart
- kompass
- fyrstehjelpsutstyr
- liggeunderlag
- vindsekk/fjellduken
- mobiltelefon/satellittelefon
- "turlederens kriseark DNT".

Tillegg for vinterturar: Spadar, søkestenger, reparasjonssett. Turleiar må vurdere utstyr utover dette i kvart enkelt tilfelle. Voss Utferdslag har ein del utstyr for utlån. Satellittelefon skal vera med på alle turar der det er usikker mobildekning.

Utstyr hentar du i turleiarskåpet ved kontoret til Voss Utferdslag.

Fyrstehjelp

Alle aktive turleiarar bør gjennomføra fyrstehjelpskurs kvart 5 år, og delta i kompetansesamlingar der oppfrisking av fyrstehjelpskunnskap er tema. Voss Utferdslag skal i 2025 arrangera fyrstehjelpskurs som er eit ope tilbod for å auka/vedlikehalda denne kompetansen til turleiarar og frivillige i laget. Me oppfordrar alle drivande dyktige turleiarar og frivillige til å bli med på dette.

Avlysning

Turleiar kan bestemma avlysning når:

- Vêrforhold eller snøforhold tilseier at det er uforsvarleg å gjennomføra turen. Sjekk: Varsom.no / yr.no / eventuelt ring meteorologisk institutt.
- For få påmelde ved bruk av buss. Minste deltakartal for bruk av minibuss er 8. Vurder om turen kan gjennomførast med privatbil i staden.
- Andre uforutsette faktorar

Avlysning må meldast dagleg leiar seinast kl. 15.00 to dagar før tur, dvs. fredag ettermiddag for sundagstur. Dagleg leiar syter for info på heimeside og Facebook. Turleiar varslar deltakarar, andre, (påmelde via SMS eller telefon til turleiarane), samt avbestiller buss.

Informasjon

Før sjølve turen startar, ta opprop og noter namna på alle deltakarane. Gje generell info om turopplegget, kor lenge turen varar, terrengforhold, pausar med meir. Gjer merksam på at alle er ansvarlege for eigen tryggleik. Turleiar skal så langt det let seg gjera vurdera kvar enkelt sitt utstyr og føresetnader for å gjennomføra turen, med omsyn til deltakaren og gruppa sin tryggleik. Turleiar kan avvise dei som ikkje tilfredsstillar desse krava. Ved utfordringar kring avvisning av deltakar/om deltakar lagar problem, be deltakar ta kontakt med dagleg leiar. På turar der det er behov for spesielt utstyr er det krav at turleiar har kompetanse ved bruk av utstyr og at turdeltakarar kan nytte dette utstyret. Les meir om villkår for turdetaking her: [TRYKK HER](#). Om hund skal vera med eigar på tur, er normal praksis at hund skal vera i band heile turen.

Turleiar praksis

Turleiar si viktigaste oppgåve er å syta for deltakarane sin tryggleik og trivsel.

Start i roleg tempo og ta ein kort pause etter 15-20 min for justering av klede og eventuell skismørjing. Turleiar skal til ein kvar tid kjenne til kvar deltakarane oppheld seg. Normalt går ein turleiar i front og ein heilt bak. Kontroller jamleg at det ikkje vert for store avstandar mellom turdeltakarane, juster eventuelt farten. I dårleg vêr, vanskeleg terreng og liknande skal ein halda gruppa samla. Viktig å syta for at turdeltakarane vert ein samansveisa gjeng. Fint og om turleiarane kan bidra med kulturhistoriske innslag / naturverdiar for området ein går i.

Deltakar som vel å avbryta turen, returnerer på eige ansvar, men skal som regel ikkje gå åleine. Turleiar 1 og Turleiar 2 må kommunisera med og få stadfesting på at deltakar avbryt turen på eige ansvar før han/ho forlet gruppa. Kostnad med eventuell returtransport må dekkast av deltakar.

Ulykke/hendingar

Ved uforutsette hendingar, ulykke eller akutt sjukdom:

- Ta leiinga
- Få oversikt over situasjonen
- Vurder eigen og gruppa sin tryggleik, Varsle 113
- Gje livreddande fyrstehjelp
- Ta deg av gruppa
- Varsle styreleiar i Voss Utferdslag eller dagleg leiar Margrethe Alm. Det er berre dei som skal halde kontakt med media og andre involverte.

Me anbefalar alle turleiarar å laste ned 113-appen (Norsk Luftambulans) på mobiltelefonen.

→
Last ned 113 appen (trykk på bilete).



Turleiar sitt kriseark

“Turlederns kriseark” er eit godt verktøy til bruk om det oppstår noko uforutsett. Turleders kriseark kan du laste ned direkte frå nettsida og laminert utgåve finn du saman med turleiarutstyret og er utfyllt med aktuelle telefonnummer som er viktige å kjenna til.

Redning med helikopter

- Det kreves horisontal flate 25x25 m.
- Marker landingsplassen (i snø kan kaffe e.l. hjelpe).
- Fjern alle løse gjenstander, som ski, sekker, poser o.l. langt vekk fra landingsplassen for å hindre skade.
- Vink, eller marker med lys/bål
- Stå foran landingsplassen med vinden i ryggen.
- Vent på klarsignal før du nærmer deg helikopteret. Huk deg ned når du nærmer deg.

Ved brann

- Ta ledelsen, sammen med bestyrer eller hyttevakt.
- Varsle alle i hytta.
- Set t i gang slukkefor søk
- Evakuere alle i hytta
- Varsle 113
- Få oversikt over eventuelle skadete, og yt livreddende førstehjelp
- Samle alle hyttegjesterne på ett sted.
- Vurder om andre bygninger må brukes til overnatting. Vurder gjestenes utstyr, om det må deles utstyr, og om gjestene må bevege seg til annen hytte/bygninger så nær som mulig.

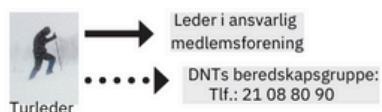
livreddende førstehjelp

- Varsle 113.
- Førstehjelp etter ABCDE - prinsippet
- Air ways. Sikre frie luftveier
- Breath. Puster den skadete? Hvis ja, stabilt sideleie. Hvis nei, HLR 30:2
- Circulation. Se etter blødninger. Stopp blødning og hold skaden høyt.
- Disability. Sjekk bevegelsesgrad. Observer.
- Exam. Undersøk den skadete.
- Få kontroll på ulykkestedet, unngå for verrig av situasjonen.
- Hold resten av gruppa samlet. Flytt dem eventuelt til tryggere grunn.
- Forsøk å stabilisere situasjonen til den skadete, hold pasienten varm.

Når det må hentes hjelp

- Om den skadete ikke kan gå selv, eller dere ikke er i stand til å frakte vedkommende, må det gås etter hjelp.
- Minst 2 personer må gå. Gå bare om forsvarlig. Turleder bør bli hos den skadete.
- De som henter hjelp må ta med seg nødvendig utstyr, kart, kompass, hodelykter mat, varme klær, utstyr for overnatting.
- Ta det med ro. Ikke lag nye ulykker.
- Ha en plan B, før det går etter hjelp

Varslingshierarkiet i DNT ved ulykker eller dødsfall



Viktige telefonnumre kan noteres her:

Leder i min medlemsforening:

Styreleiar og Dagleg leiar Magrethe Alm

Andre telefonnummer:

Hyttene jeg skal besøke:

DNTs beredskapsgruppe:

Tlf.: 21088090

Ved dødsfall

- Vurder din egen og gruppas sikkerhet.
- Varsle 113.
- Få oversikt over situasjonen og samle gruppa.
- Varsle leder i ansvarlig medlemsforening.
- Leder av medlemsforening holder kontakt med media.
- NB! Varsling av pårørende er en oppgave for politiet.

Ved savnet turdeltaker

- Samle gruppa
- Innhent informasjon fra de andre i gruppa, sikre siste observasjon
- Hvis forsvarlig, organiser et begrenset søk
- Varsle 113
- Varsle leder i ansvarlig medlemsforening
- Vurder om du må lede resten av gruppa fram til hytta.

TURLEDERENS KRISEARK



-når krisen er et faktum

Hovedregler ved ulykker

- Vurder din egen og gruppas sikkerhet
- Varsle 113
- Utøv livreddende førstehjelp
- Ta ledelsen
- Få oversikt over situasjonen
- Ivareta gruppa
- Varsle leder i ansvarlig medlemsforening. De holder kontakt med media og andre berørte

Den Norske Turistforening



Ved sykdom

- Vurder om deltakeren(e) kan ta seg fra m til nærmeste hytte.
- Kartlegg omfanget og vurder faren for smitte.
- Varsle hytta dere skal til.
- Tilkalle medisinsk personell.
- Yte medisinsk førstehjelp.
- Isolere syke mennesker for å hindre videre spredning.
- Frak te de berørte ut av området.
- Sørg for at turen gjennomføres som planlagt for resten av deltakerne dersom medisinsk forsvarlig.
- Avvikle turen dersom det ikke er medisinsk forsvarlig å fortsette.

Generelle forholdsregler

- Som turleder er det forventet at du til enhver tid er beredt til å ta ansvar dersom det oppstår en ulykke eller alvorlig situasjon.
- Rådfør deg med medisinsk yndige i gruppa om nødvendig.
- Hovedreglen er at leder i ansvarlig medlemsforening holder kontakt med media. Om du må snakke med media, uttal deg kun om fakta, ikke spekulasjoner. Ikke ta stilling til skyld.

Bilete/omtale på nett etter tur

Det er viktig å synleggjere aktivitet i laget på nettsida og i sosiale medium. Me ynskjer at turleiar sender bilete frå turen til voss.utferdslag@dnt.no.

Når ein deltakar melder seg på turane, vil fylgjande punkt stå:

- *"Som deltaker på fellesturer arrangert av Voss Utferdslag kan ein bli tatt bilete av anten av turleiar eller av andre deltakarar. Desse bileta kan bli brukt til Voss Utferdslag sine egne publikasjonar eller på våre nettsider. Om du vil reservera deg mot å bli tatt bilete av, må du informera turleiar om dette, helst før/når turen startar"*

Turrappport

Alle turleiarar sender inn turrappport, enten digitalt eller på e-post til administrasjonen.

Turrappport bør sendast inn så raskt som råd, helst innan to veker.

Ulykker eller uønska hendingar skal rapporterast i turrappporten eventuelt også til administrasjonen i Voss Utferdslag/styreleiar.

[TRYKK HER FOR TURRAPPORT](#)

Påskjønning

Informasjon om påskjønningar for deg som er frivillig i Voss Utferdslag finn du på nettsida til Voss Utferdslag.

Utlegg - refusjon til Turleiar

Turleiar får dekkja utlegg/køyre godtgjersle knytt til turleing i etterkant av turane.

Informasjon og skjema finn du på nettsida til Voss Utferdslag

**Venleg turhelsing
Sundagsturgruppa og
Styret i Voss Utferdslag**

