

2024

# Turleiar- mappe



Voss Utferdslag



# INNHALD

## [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  
Turleiar praksis  
Hendelse/ulykke

## [Side 9](#)

UNDERVEGS PÅ TUR  
Turleders Kriseark

## [Side 10](#)

ETTER TUR  
Bilete/Omtale  
Turappport  
Retningslinjer Påskjøning  
Kravskjema for utlegg

**Velkommen som turleiar i Voss Utferdslag!  
Her kjem viktig informasjon om rutinar og  
oppgåver for turleiarar 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 turlaget 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 turleiar kurs i DNT? Les meir her:**  
<https://www.dnt.no/turleder>

# Turleiar kompetanse

## I handlingsplan for sikkerhet 2022-2025 står det fylgjande:

*DNTs medlemsforeningar må kun benytte godkjente turledere ihht DNTs turledestige, skriftlig vurdert og godkjent realkompetanse eller andre tilsvarende godkjenningar.*

## I praksis vil dette sei:

Frå 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 2025, kjem me til å ha fokus på to ulike tilnærmingar for å nå kompetansekravet slik at laget har godkjende turleiarar ihht krava.

- 1. DNTs 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/anna 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 inn 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](mailto:june.jansson@dnt.no)

Tlf: 90 23 88 57

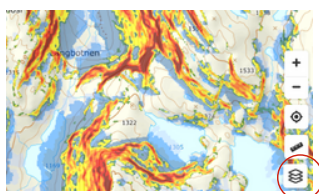


## Turskildring/annonsering

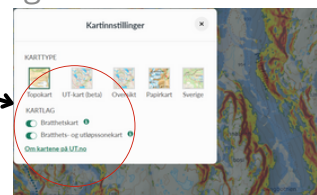
- **Annonsering:** Bruk **mal for turbeskrivelse** når du skal skildra turen din (ligg på nettsida).
- Turskildringa skal gje eit rettast mogeleg inntrykk av vanskegrad/gradering av turen. Den må gje ein peikepinn på kva turdeltakaren må meistra for å ha glede av turen, og for at han ikkje skal vera ein belastning for turfølgjet. Turskildringa skal så langt råd sikra at turdeltakaren kan vurdera om han oppfyller krava til turen.
- Send turskildringa til [voss.utferdslag@dnt.no](mailto: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](http://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 2024: 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](http://ut.no), for å kvalitetsjekka at turruta er i tråd med føringane.



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



- Mellombels! Me er fremleis nødt til å risikovurdera aktivitetar og turar. Skjema som kan nyttast til risikovurderinga finn du på nettsida. Mal er enkel å fylla ut og du nyttar kun det som er relevant for din tur.
- Send risikovurderingskjema til administrasjonen i Voss Utferdslag minimum to veker i førekant saman med oppdatert turinformasjon.
- I løpet av 2024 vil digital risikovurdering i nytt aktivitetssystem frå DNT koma på plass.

Spørsmål ved risikovurdering, ta kontakt med [june.jansson@dnt.no](mailto:june.jansson@dnt.no)/telefon 90238857

## Transport på turane

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

- Buss tingar turleiar hjå VTS (Voss Transport Service) på tlf. 918 67 540 (Tore Grønsberg). Bussen må tingast seinast tysdag før turen. Ved avlysing av tur, ring 918 67 540 innan fredag kl. 15.00. Alle turar med buss skal ha påmelding for å tinga rett storleik på bussen. Minibuss, plass til 16 personar er utgangspunktet.
- Privatbilar vert nytta på turar der dette er mogleg. Sjekk forhold for parkering der turen startar, avtal eventuelt med grunneigar, og om det er særskilde krav til køyretøy grunna vegstandard (stølsveg / skogsveg o.l.)
- **TIPS! Turleiar kan gjerna ta kontakt med turdeltakarane for å avklara kven som stiller med privatbil. På denne måten sikrar ein betre billogistikken.**
- Transportmåte og pris må koma tydeleg fram i utlysing.

## Betaling for turar

**Ved bruk av buss:** Påmelding og betaling på nett.

**Pris i Voss herad:**

- Påmelding og betaling på nett: ———→ Medlem 250 / ikkje medlem 450
- Born under 18 år tek bussen —————→ gratis

Lette turar som er godt eigna for born, vurder familiepris, t.d. 500 for 2 vaksne og inntil 4 born.

**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,-)*

- Bruk gjerne rutegåande buss eller tog der dette er tenleg. Turdeltakar kjøper då sjølv billett, men annonser gjerne billettpris i utlysing.

## Påmelding

Ver mest mogeleg tilgjengeleg på telefon etter at turen er annonsert, slik at interesserte kan få meir informasjon om turen. For påmeldingar med/utan betaling på nett, får du tilsendt deltakarlista av administrasjonen i førekant.

Etterkvart kan kvar enkelt turleiar få tilgang og finne informasjon om påmeldte sjølve under aktiviteten på aktivitetssystemet. Det kjem oppdatert instruks på dette når det er på plass.

## Utstyr

Syt for at du som turleiar har nødvendig 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 2024/2025 arrangera fyrstehjelpskurs som er eit ope tilbud 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 bestemme avlysning når:**

- Vêrforhold eller snøforhold tilseier at det er uforsvarleg å gjennomføra turen. Sjekk: [Varsom.no](http://Varsom.no) / [yr.no](http://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 turopplegg, 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 avvisa 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](#).

## 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 skadede, og yt livreddende førstehjelp
- Samle alle hyttegjestene 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.

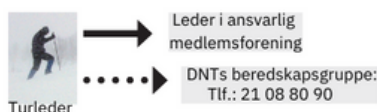
### livreddende førstehjelp

- Varsle 113.
- Førstehjelp etter ABCDE - prinsippet
- Air ways. Sikre frie luftveier
- Breath. Puster den skadde? 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 skadde.
- Få kontroll på ulykkestedet, unngå for verring av situasjonen.
- Hold resten av gruppa samlet. Flytt dem eventuelt til tryggere grunn.
- Forsøk å stabilisere situasjonen til den skadde, hold pasienten varm.

### Når det må hentes hjelp

- Om den skadde 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 skadde.
- 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 gås 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 hyt ta.

### 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 fram til nærmeste hytte.
- Kar tlegg 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.
- Rådfrø 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, ut tal deg kun om fak ta, 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](mailto: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"

## Turrapport

Alle turleiarar sender inn turrapport, enten digitalt eller på e-post til administrasjonen. Turrapport bør sendast inn så raskt som råd, helst innan to veker.

Ulykker eller uønska hendingar skal rapporterast i turrapport 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 dekka utlegg/køyre godtgjersle knytt til turleing i etterkant av turane. Informasjon og skjema finn du på nettsida til Voss Utferdslag

*Venleg turhelsing*

*Styret i Voss Utferdslag*