# 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 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 farefor 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
 |  |