|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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