

Veileder for turledere på nærturer i Oppegård Turlag

Takk for at du bidrar til å få folk med ut på tur i nærmiljøet. Det bidrar til å øke deltakernes fysiske aktivitet og til å skape sosiale møteplasser.

Forberedelser: Turlederne deltar i diskusjonen om neste års turprogram, og kommer med forslag til turer de kan ønske å lede. Når programmet er vedtatt, lager turlederne for søndagsturene tekster som kan brukes i informasjonsbrosjyre og ved annonsering på nett. Presentasjonen på nett skal følge en fast norm, og inneholde en kort ingress som bidrar til å skjerpe interessen. Sørg for å være godt kjent i området hvor din tur går.

Hvis turleder blir forhindret fra å møte, forsøker han/hun å finne en annen som kan lede turen. Hvis dette ikke lykkes, må han/hun eller en annen møte opp på fremmøtestedet og informere. Deltakerne står da fritt til å gjennomføre turen på egen hånd.

Før turen starter: Møt opp 10 minutter før turen starter. Bruk tiden til å hilse på deltakerne og fortelle litt om turlagets tilbud og den aktuelle turen. Sørg for at all viktig informasjon blir gitt til alle deltakere før turen starter. Turledere bruker T-vest eller jakke. Informer om at det blir tatt bilder underveis, og spør noen har reservasjoner mot at bilder publiseres i turlagets publikasjoner eller nettsider. Der det organiseres fellestransport til startstedet betaler hver passasjer kr.20,- til sjåføren. Tell antall deltakere før turen starter.

Underveis: Turleder går foran og sørger for at en turleder nr. 2 eller en lokalkjent deltaker går sist. Hunder skal holdes i bånd. Det kan være lurt å spørre om noen av deltakerne er redde for/allergiske mot hunder slik at deres kontakt med hunden kan begrenses. Det bør stoppes underveis for å samle deltakerne. Dette er særlig viktig ved stikryss for å sikre seg mot at noen går feil. Del gjerne kunnskap, f.eks. om historiske plasser eller andre observasjoner i naturen. Kunnskapsrike deltakere kan oppmuntres til å dele relevant informasjon med øvrige deltakere. Minn deltakerne på å drikke i pausene. Vurder gjerne underveis om gruppa bør deles, og sørg evt. for at er en turleder eller en lokalkjent deltaker i hver gruppe. Ved deling, eller om noen velger å gå på egen hånd, kan det være lurt å utveksle telefonnummer. Ved pauser og rast informeres det om hvor lenge pausen vil vare, og det varsles 5 minutter før avgang at gruppen snart skal videre. Vær oppmerksom på om noen blir gående alene. Forsøk å trekke disse inn i samtalene i pauser. Forsøk å ta bilder underveis som kan legges inn i turlagets bildearkiv.

Etter turen: Tell opp antall deltakere. Dersom det er noe arrangement etter turen, sørg for at alle deltakere blir invitert. Deltakerne kan gjerne oppfordres til å komme med forslag til fremtidige turer. Turleder kan informere om fremtidige turer. En kort melding om deltakelse og spesielle opplevelser sendes for søndagsturene til den turansvarlige i styret, for Aktiv i 100-turer til lederen for disse. Bilder med henvisning til hvor de er tatt kan legges ved.

Ved uhell /ulykke

Ved større ulykker eller akutt sykdom blant deltakerne, kontakt 113. Utfør nødvendig førstehjelp til annen hjelp kommer. Turleder har ansvar for at en kompetent person tar seg av den skadde og at en annen person bringer gruppen til stedet hvor turen avsluttes.

