

# HANDLINGSPALN VED ULYKKE

<b>HJELP</b>	Ved ulykke ring	113
	Ved savnet turdeltaker ring	112
<b>VARSLER</b>	Varsle Stavanger Turistforening	51 52 09 00
	DNTs varslingstelefon	21 08 80 90

Turleder medbringer denne handlingsplanen på turer i regi av STF. Turleder varsler STF ved alvorlig ulykke. STF håndterer media. Varsling av pårørende gjøres av politiet.

Se bakside for ABC-førstehjelp

Stavanger Turistforening



# HANDLINGSPALN VED ULYKKE

1. **Vurder egen- og gruppesikkerhet.**
2. **RING!** Fortell **hvem** du er, **hvor** og **hva** som har skjedd.
3. **Utfør livreddende førstehjelp (ABC)**  
**Airways:** Sikre frie luftveier. Puster?  
Ja=stabil sideleie. Nei=Start HLR 30:2  
**Bleeding:** Undersøk og se etter blødninger. Stopp blødning-hold minst 10 minutt. Hev skadestedet.  
**Cold:** Hold passient og deltaker varme.