



INNHold

Hvordan bruke dette dokumentet

Planlegging, gjennomføring og rapportering

Planlegge og publisere aktivitet

Forberedelser

Etter avsluttet aktivitet

Sikkerhet

Risikovurdering

Beredskap og varsling

Informasjon til deltakerne

Sjekkliste

Sikkerhets- og fellesutstyr

Rutevalg

Brannsikkerhet

Vær- og føreforhold

Viktige kontakter

Nødkontakt

Nødetater

Beredskap i DNT

Turkoordinator

Pårørende til TK

Overnatting og transport

Kjentfolk

Andre viktige kontakter

Hvordan bruke dette dokumentet

Dokumentet er utformet med tanke på både papirutskrift og elektronisk utfylling i PDF-format.

Feil, mangler eller noe du savner her? Meld fra til aat.dntfjellsport@dnt.no

Sjekkliste

Sjekklistene er et verktøy for TK til å huske de viktige momentene. Kryss av ettevert som punktene er avklart. Skriv inn kommentarer/notater om nødvendig.

Ikke alle punktene er relevante for alle typer aktiviteter. Bruk skjønn og spør andre hvis du er i tvil om hva som absolutt må være med.

Kontaktliste

Kontaktlisten er en liste over viktige kontakter som kan være grei å ha med seg på tur. Skriv gjerne ut kontaktlisten og ha den med under aktiviteten.



Planlegging, gjennomføring og rapportering

Planlegge og publisere aktivitet

Generelt om turplanlegging: Du finner mange nyttige lenker på vårt nettsted, under siden [Turplanlegging](#).

- Overnatting på DNT-hyttene: Meld fra til aktuell lokalforening om overnatting på hyttene.
Mange av foreningene ønsker oversikt over grupper som planlegger å bruke hyttene. *DNT Sør skal ha booking for sine hytter*, på et eget skjema (henvend Sør). Hvilken forening som eier hytten og kontaktinformasjon til foreningen finner du bla. på [Ut.no](#).
- Er turen planlagt med omtanke for omgivelsene?
Kan turfølget være til fare eller hinder for jaktlag, forstyrre kalving eller hekking, eller gi varige skader på natur?
- Turbeskrivelse: Fyll ut skjema for turbeskrivelse - del 1.
Del 1 er obligatorisk og må fylles ut for å kunne publisere turen på nett.
- Turbeskrivelse: Fyll ut skjema for turbeskrivelse - del 2.
Komplett turbeskrivelse er gjennomført.
- Facebook: Skal aktiviteten legges ut? Sjekk status og kontakt Facebookansvarlig om nødvendig.

Forberedelser

- Egen påmelding: Også TK må melde seg på aktiviteter. Meld deg på tidlig.
- Transport: Har vi nok biler og sjåførere? Avtal stoppesteder, veibeskrivelse etc. med sjåfører.
- Mat: Handle inn til fellesmiddag.
- Etter utløpt påmeldingsfrist: Er det forhold som hindrer gjennomføringen av planlagt aktivitet?
For eksempel vær- eller føreforhold, for få påmeldte deltakere, andre uforutsette ting.
- Er deltakerne i stand til å gjennomføre turen? Vurder å kontakte deltakere på forhånd.
- Oppdatert informasjon til deltakere: Informer hvis nødvendig etter utløpt påmeldingsfrist.
For eksempel værsituasjon, transport, antall deltakere, rutevalg, endringer. Se også [Informasjon til deltakerne](#).

Etter avsluttet aktivitet

- Fulle ut aktivitetsrapporten (eget online-skjema)
- Lag eventuelt regnskap og formidle dette til deltakerne og styrets kasserer.
- Facebook: Er det aktuelt å legge ut bilder eller statusoppdateringer? Følg opp eventuell aktivitet.
- Bilder: Send gjerne inn noen gode bilder fra aktiviteten til nettansvarlig (eventuelt direkte til deltakerne).
Vi trenger gode bilder som kan brukes på nettsiden og deles i fotoalbum (fotoalbum er på trappene).
- Skriv gjerne et turreferat og send dette på e-post til nettansvarlig.
Referatet kan gjerne inneholde bilder og leveres i pdf-format.



Sikkerhet

Risikovurdering

Skjemaet finner du på *Min side* under *Turer og aktiviteter* -> *Turer som du leder*.

- Risikovurderingskjemaet er gjennomgått og aktiviteten kan gjennomføres uten uakseptabelt høy risiko.
Ved fare for alvorlig skade eller ulykke skal skjemaet fylles ut. Se også nettsiden om [risikovurdering](#).
- Kvalitetssikring av risikovurderingen: Skjemaet er gjennomgått av enda en person i tillegg til TK.
Dette er først og fremst aktuelt ved spesielt krevende eller risikofylte aktiviteter. Se [Veileder for TK](#).

Beredskap og varsling

- Nødkontakt: Har avtalt med en nødkontakt at denne er tilgjengelig på telefon i hele aktivitetsperioden.
Vurder om dette er nødvendig. Særlig relevant hvis risikovurdering må fylles ut. Hvis nødpeilsenderen er med i sekken så kan godt nødkontakten settes opp som mottaker i innstillingene.

Er det telefondekning i området?

- Ja Delvis Nei

Sjekk med dekningskart fra [Telenor](#) og [Telia](#). Se også DNTs [10 råd om mobilbruk på tur](#).

Informasjon til deltakerne

Er alle deltakerne tilstrekkelig informert om:

- Hva turen krever. Eksempelvis fysisk kapasitet, teknikker og andre ferdigheter.
- Vær- og føreforhold. Gi deltakerne en oppdatering om dette når det nærmer seg aktivitetsdatoen.
- Sikkerhetsutstyr som må medbringes. Feks. vindsekk, spade, søkestang etc.
- Om rollen til TK og deltakers ansvar og oppgaver.
- Aktiviteter med påmelding: Her må deltaker krysse av for at man aksepterer vilkårene beskrevet under *Deltakers ansvar og oppgaver* på nettsiden.
- Aktiviteter uten påmelding eller påmelding gjennom andre kanaler: Her kan du henvise til [Deltakers ansvar](#) på nettsiden.
- Dersom TK ikke har turlederkurs: Informer om dette.

Sjekkliste

Følgende kan skrives ut og medbringes under aktiviteten:

- Sjekkliste
- Kontaktliste
- Risikovurderingen (skrives ut fra Min side)
- Turkoordinators kriseark
- DNTs Førstehjelps-ABC
- Utskrift av værmelding, skredvarsel etc.



Sikkerhets- og fellesutstyr

- Mobiltelefon med tilstrekkelig batteritid. Vurder å ta med ekstra batteri.
 - Kart og kompass GPS og ekstra batterier
 - Lagt inn nødvendige kartdata på GPS. Kart, ruter, veipunkter etc.
 - DNT-nøkkel Førstehjelpsutstyr Fyrstikker eller stormlighter
 - Funnet fram og sjekket fellesutstyr. Eksempelvis spade, søkestang, skredsøker, telt, primus etc.
 - Flytevester – ved aktivitet på sjø/vann
 - Refleksvest eller annen type refleks - for bedre synlighet ved en eventuell redningsaksjon
- Refleksen [kan redde liv](#) i en kritisk situasjon på fjellet.
- Nødpeilesender
- En nødpeilesender kan gi ekstra trygghet hvis turen går i utilgjengelige områder uten mobildekning. Lånes på AAT-kontoret. Husk å sjekke batteri, og sett deg grundig inn i bruken av utstyret.

På vinterturer skal TK sørge for at ett sett med følgende personlig sikkerhetsutstyr er medbrakt:

- Liggeunderlag Vindsekk eller bivuak Sovepose
- Spade Søkestang

Rutevalg

Sommer: Er ruta DNT-merket? Sjekk på [Ut.no/kart](#).

- Ja Delvis Nei

Vinter: Er ruta kvistet? Se oversikt over [vintermerking](#) i regi av DNT.

- Ja Delvis Nei

- Kan det bli aktuelt å gå i mørke/skumring?

I vinterhalvåret: Ta med daglengden i vurderingen hvis det er lange dagsmarsjer og/eller sen ankomst til overnattingsplass. Se f.eks. lenke under siden [Turplanlegging](#).

- Dårlig tid til ferge, buss ol.?

Drikkevann: Kan hele eller deler av ruta være uten tilgang på drikkevann?

- Nei Deler av ruta Hele ruta

Vurdert alternativ rute? I tilfelle vanskelige værforhold eller deltaker som får illebefinnende.

- Ikke aktuelt Ja Nei



Brannsikkerhet

Er det alternativ overnattingsmulighet (sikringsbu eller lignende) i umiddelbar nærhet til hytten?

Vær- og føreforhold

Sjekket værvarsel

Sjekket skogbrannfare

Sjekk varsel på [Skogbrannfare – yr.no](http://Skogbrannfare-yr.no)

Sjekket skredfare

Sjekk snøskred-, flom- og jordskredfare på Varsom.no. Sjekk [snørapporter](#) på Varsom.

Sjekk snødybder på senorge.no. Sjekk helningsgraden i terrenget med [NGI skredkart](#).

Sjekket isforhold

Sjekk forholdene på [NVE-iskart](#)

Innhentet lokal informasjon fra kjentfolk



Viktige kontakter

Nødkontakt

Nødetater

112 – Politiet – LRS (lokale redningssentraler)

113 – Medisinsk nødhjelp – AMK (akuttmedisinsk kommunikasjonsentral)

Beredskap i DNT

[Styreleder](#) i DNT fjellsport Aust-Agder:

Daglig leder i [AAT](#):

DNTs beredskapstelefon: Tlf 4000 1868, tast 3.

Turkoordinator

Pårørende til TK

Overnatting og transport

Kontakt for overnatting

Kontakt for transport

Kjentfolk

Andre viktige kontakter