

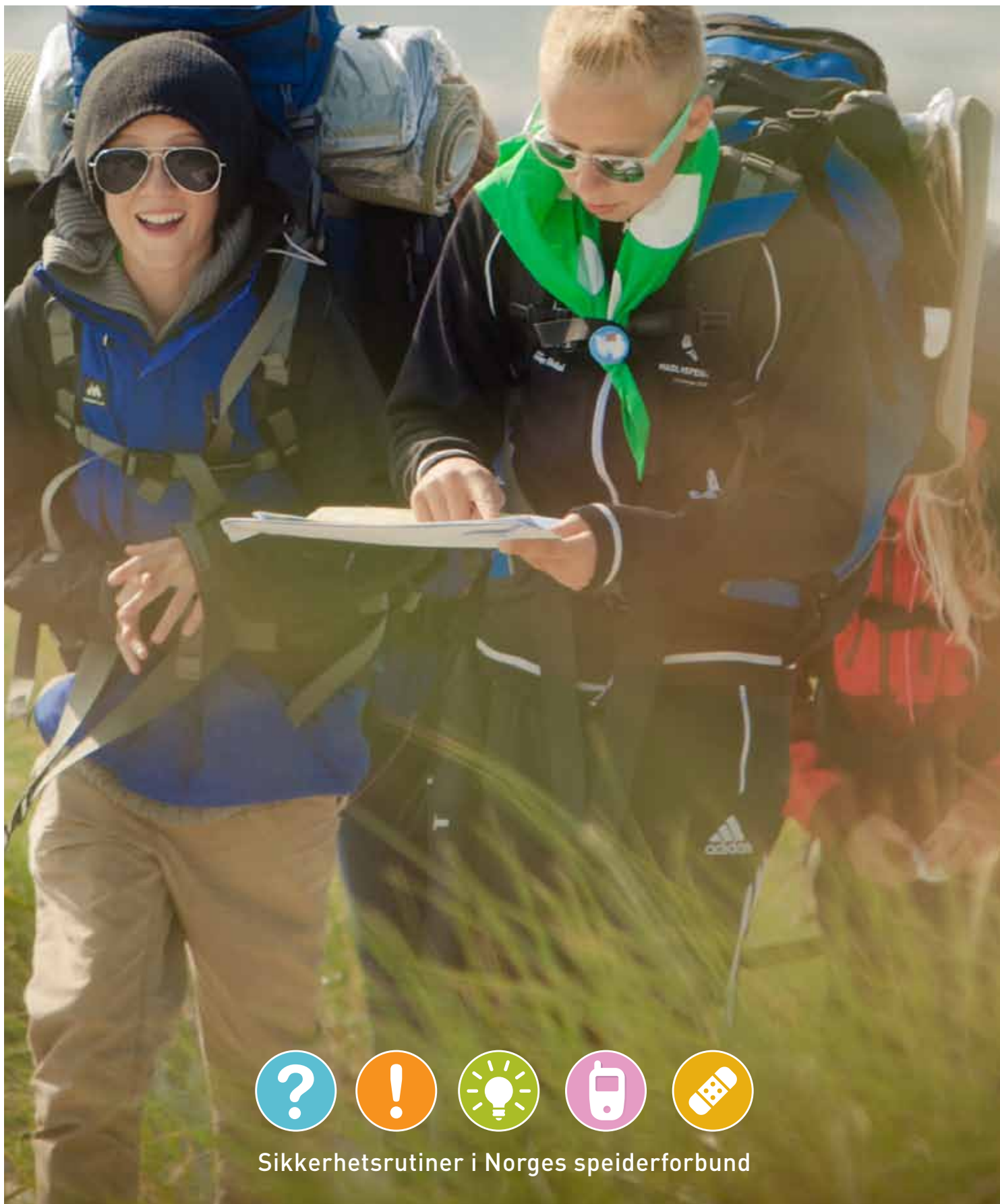
Norges speiderforbund:

# Sikkerhet på tur

- > Sjekkliste og tiltakskort for speidere på tur med forklaringer
- > Sjekkliste for patruljehaik
- > Sjekkliste for hjemmeleder når speidere er på tur og gruppeleders rolle



ALLTID BEREDT



Sikkerhetsrutiner i Norges speiderforbund



# Sikkerhet på tur

## – rutiner for Norges speiderforbund

Å dra på tur er en naturlig og viktig del av det å være speider. Sammen med patruljen, troppen, roverlaget eller andre i turfølget får du nye og spennende opplevelser, og vennskapet styrkes. På tur får du også anledning til å praktisere noe av det du har lært på speidermøtene. En vellykket tur starter med god planlegging. En vurdering av sikkerheten hører med i all planlegging av speideraktiviteter. Den viktigste regelen er «tur etter evne». Det betyr at vi planlegger og gjennomfører turen basert på deltakernes ferdigheter og utstyr, og tar naturen på alvor.

Det er som sagt viktig å tenke sikkerhet når dere skal på tur. På den måten kan dere unngå unødvendige uhell og skader. Dersom dere er så uheldige at det

likevel oppstår uhell eller skade på turen, er det viktig at dere har tenkt igjennom hva dere da gjør.

Her får dere et sett sjekklister og tiltakskort som skal brukes av alle speidere som drar på tur eller deltar på andre arrangement. Sjekklister kan brukes på alt fra patruljetur, flokketur, bevernes dag til roverstevne, lederkurs og leir. Aktiv bruk av sjekklister gir en trygghet for at forventningene til både deltagere, arrangører og foresatte blir ivaretatt. Det normale er at turen eller arrangementet blir gjennomført uten uhell eller skader, og sjekklister er laget for det. Men som speidere er vi beredt om noe skjer. Sjekklister har derfor en egen del som beskriver hva dere gjør når uheldet er ute.

### Dette heftet inneholder:

- Sjekklister og tiltakskort for speidere på tur med forklaringer
- Sjekklister for patruljehaik
- Sjekklister for hjemmleder når speidere er på tur og gruppeleders rolle
- Sjekklister for speidere på tur finnes som et eget lite hefte til aktivt bruk før, under og etter turen. Heftet

passer i lomma på jakka eller i ryggsekken. Sjekklister kjøpes fra [www.speider-sport.no](http://www.speider-sport.no). En PDF kan lastes ned fra [www.speiderbasen.no](http://www.speiderbasen.no).

Spørsmål rettes til Norges speiderforbund på telefon: 22 99 22 30 eller på e-post til: [nsf@speiding.no](mailto:nsf@speiding.no)



# Sjekkliste og tiltakskort for speidere på tur

## Planlegging

### Hva er det vi skal?

**Deltakernes forutsetninger. Turens mål, program, reiserute, overnattingssted, utstyr og transport.**

Hovedplan er den planen som turfølget følger når alt går normalt. Mange leteaksjoner har startet med bakgrunn i misforståelser, og fordi avtaler med foresatte hjemme ikke har vært klare nok. Husk at noen hjemme skal være informert om alle planene dere gjør i forbindelse med turen (se egen del om «hjemmeleder»).

**Følgende punkter er et godt utgangspunkt for planleggingen av turen:**

- » Hvem skal være med? De som er minst og svakest må kunne gjennomføre turen uten å slite seg ut, samtidig som de sterkeste må få en utfordring.
- » Hvor går turen? Bruk kart og lokalkunnskaper for å legge opp en passende rute.
- » Hvor skal dere overnatte?
- » Hva trenger dere av mat, kokeutstyr og nødproviant?
- » Hvilke aktiviteter skal dere gjennomføre i løpet av turen?
- » Hva trenger dere av personlig og felles utstyr for å gjennomføre turen?
- » Trenger noen deltakere spesiell assistanse eller særlige hjelpemidler (legemidler)?
- » Hvordan kommer dere til og fra turområdet (bil/buss/sykkel/båt/kano)?
- » Sjekk langtidsvarsel for været slik at dere kan planlegge for det været som forventes.

Bruk kart fra serien Norge 1:50 000 (Hovedkartserien – M 711). Disse dekker hele landet. Det er viktig at noen i turfølget kan bruke koordinatsystemet (kartreferanse) på disse kartene før dere drar ut på tur. Finn kartreferansen til overnattingsstedet og andre viktige punkter på turen før avreise. Dette vil både være en fin repetisjon av hvordan man finner en kartreferanse og vil være et godt utgangspunkt dersom noe uforutsett skulle skje. I naturen er det ikke gateadresser, og kartreferansen blir da «adressen» du må oppgi når du trenger hjelp.

Det kan være god hjelp i å kontakte andre speidere, ledere eller lokalkjente/erfarne personer for tips og råd i forbindelse med den turen dere planlegger. Planlegging av turen er halve gleden ved turen!

### Hva kan gå galt? (Risikoanalyse)

**Hva kan skje? Hvor og når? Hvor stor sannsynlighet og hvor alvorlig?**

Risikoanalyse er noe som i stor grad forbindes med luftfart og oljeinstallasjoner, hvor det legges ned mye arbeid i å kartlegge mulige problemer som kan oppstå. Men en risikoanalyse kan også være noe mye enklere. Det er viktig å tenke igjennom hva som kan oppstå av uhell under en tur, hvordan disse kan skje, og hva som kan bli konsekvensene av uhell. På den måten blir det lettere å unngå skader og uhell, og turen kan gjennomføres på en sikker måte.

**Tenk gjennom følgende punkter:**

- » Hva kan hende på de forskjellige delene av turen?
- » Er det spesielle steder eller situasjoner som er spesielt utsatte?
- » Hva er sannsynligheten for at farlige situasjoner kan inntreffe?
- » Hva blir følgende hvis noe går galt?
- » Hvor farlig er det vi begir oss ut på?
- » Er det noe vi kan gjøre for å forhindre at noe skal gå galt?
- » Er det situasjoner vi kan/bør unngå?
- » Må vi planlegge annerledes?

**Eksempler:**

Under turen skal dere krysse en elv. Her kan noen av deltagerne falle uti. Hva kan skje da?

**Alternativ 1:**

Turen foregår om sommeren med bra vær og dette er en mindre elv med liten vannføring. Den som faller uti kan bli våt, men ellers skjer det sannsynligvis lite. Det er ikke noe problem å få skiftet tøy og tørket det som er vått. Dette bør ikke være noe problem.

**Alternativ 2:**

Turen foregår seint på høsten med kaldt vær, vind og regn. På grunn av mye nedbør er nå elva stri med stor vannføring. Faller noen uti blir de våte og raskt nedkjølte. Det er ingen mulighet for klestørk. Strømmen kan føre personen nedover med fare for skader som brudd, kutt og hodeskader. En kan bli sittende fast og klemt ned av vannmassene slik at en drukner. Nå er det kanskje på tide å tenke seg om. Kanskje dere kan sikre dere med å bruke tau eller finne et bedre sted å krysse elva på? Eller kanskje må dere finne en helt annen rute for turen?

## Hva gjør vi hvis noe ikke går etter planen? (Plan B)

### Utarbeid alternativ plan (alternativ rute, hva gjør vi ved dårlig vær, hva gjør vi ved forsinkelse?)

Plan B bygger på risikoanalysen. Det er en plan som sier noe om hva dere gjør dersom noe ikke går etter planen. Dette bør være avtalt med hjemmeleder. Man kan ikke planlegge mot alt, men de mest «vanlige» tingene som kan oppstå på en tur bør dere ha tenkt gjennom. Dette kan f.eks. være:

- » Hva gjør dere hvis noen av deltagerne blir utslitte? Finnes det alternative ruter eller overnattingsplasser?
- » Hvordan takler dere dårlig vær? Trenger dere alternative ruter? Trenger dere å ta med ekstra utstyr?
- » Har dere nødvendig utstyr og kunnskap hvis noen skulle bli skadet?
- » Hva gjør dere hvis dere ikke finner veien?
- » Hvor/hvordan kan dere få tak i hjelp (nærmeste bebyggelse/telefon)?
- » Hvem overtar ansvaret på turen hvis lederen blir syk eller skadet?

## Hjemmeleder.

### Hvem skal være hjemmeleder for denne turen?

Under planleggingen er det viktig at gruppeleder utpeker en av lederne som turfølgets hjemmeleder. Hjemmelederen skal være kontakt- og informasjonsperson hjemme når dere er på tur. Når en patrulje drar på tur alene er det naturlig at troppsleder er hjemmeleder. Hovedoppgavene til hjemmeleder vil være å ha oversikt over hvem som deltar på turen, hvor turen går og hvor lenge den er planlagt å vare. Turleder skal kontakte hjemmeleder dersom man skulle bli forsinket eller det skulle oppstå skader eller uhell av noe slag. Hjemmeleder skal deretter varsle foresatte og eventuelt andre i speiderorganisasjonen. Dersom foresatte har spørsmål, er urolige eller lignende kan hjemmeleder kontaktes. Det er derfor viktig at dere (turdeltakerne) informerer hjemmelederen best mulig før turen.

Eksempel på hjemmeleder:

- » Patruljetur – troppsleder.
  - » Flokktur – gruppeleder.
  - » Peffkurs i kretsen – kretsleder.
  - » Ukeleir (landsleir) – leder som ikke er med på leiren.
- Deltakere og pårørende skal informeres om hvem som er hjemmeleder og hvordan en får kontakt med vedkommende.





## Sjekkliste og tiltakskort for speidere på tur

# Når vi drar

### **Notér telefonnummeret til hjemmeleder.**

### **Sjekk oppdatert værmelding (Justere hovedplan? Forbedre plan B?).**

Vær oppdatert om værmeldingen som gjelder for den perioden turen er planlagt. I deler av landet kan værromslag komme svært raskt. Dersom du ikke er kjent med værforholdene i de deler av landet hvor turen går kan det være lurt å kontakte en lokal speidergruppe eller andre med lokalkunnskaper.

Dersom værvarselet indikerer at været blir dårlig må dere revurdere de planene som allerede er lagt, og foreta en ny risikoanalyse. Kanskje bør veivalg eller overnattingssted endres? Kanskje bør turen kortes ned eller avlyses (målet må være at Plan B er så god at vi slipper og avlyse en tur!)

### **Sjekk at alle har med det som er nødvendig av personlig utstyr som klær, medisiner og mat.**

Turleder må før avreise forsikre seg om at alle har med seg det personlige utstyret som denne turen krever. Særlig viktig å huske på er:

- » Klesskift (undertøy, sokker, bukse, genser)
- » Personlige medisiner (diabetes, allergi e.l.)

### **Ta med fløyte, kart og kompass. Bruk karttypen «Norge 1:50 000» (benyttes av redningstjenesten).**

Turleder må sørge for at det tas med tilstrekkelig med kart (minst 2 stk.) og kompass, og at turleder selv eller andre kan bruke dette. Den som skal ha ansvar for kartet må også kunne finne og oppgi en kartreferanse. Uansett om man skal overnatte i terrenget eller på en hytte el. kan det være lurt å finne kartreferansen til overnattingsstedet før avreise. Dette vil være en fin repetisjon av hvordan man finner en kartreferanse. Det vil også være et godt utgangspunkt dersom noe uforutsett skulle skje. En hytte har som regel ingen adresse, kartreferansen er derfor adressen du må oppgi hvis du trenger hjelp.

Hver turdeltaker bør ha en fløyte som kan brukes til varsling hvis dere kommer fra hverandre under turen og går dere bort! Lyd «bærer» for eksempel bra i tåke.

### **Ta med førstehjelpsutstyr. Det er viktig at dere har med det dere trenger for denne turen og er kjent med utstyret. Bruk risikoanalysen.**

Ofte tas det med for mye og/eller feil førstehjelpsutstyr på speiderturer. Benytt risikoanalysen for å finne ut hva som kan skje og ta med det utstyret som er nødvendig ut i fra dette. På en hyttetur like ved bilvei ikke langt fra nærmeste lege, er det ikke nødvendig å ta med like mye førstehjelpsutstyr som på en ekspedisjon i høyfjellet.

### **Har dere ellers med alt som trengs for å gjennomføre denne turen? Bruk risikoanalysen!**

Hvilket utstyr som er nødvendig for å gjennomføre ulike turer varierer sterkt. Dersom dere skal på en type tur dere ikke har vært på tidligere, eller til et nytt og ukjent sted kan det være lurt å kontakte andre med mer erfaring.

### **Bruk av redningsvest/flytevest ved båt-/kanotur og andre vannaktiviteter, for eksempel ved flåtebygging, er en selvfølge!**

Samtlige deltakere skal selvsagt benytte redningsvest/flytevest ved turer på vann. Husk å kontrollere at det tas med tilstrekkelig antall vester, og at størrelsene er riktige. Dersom ikke gruppen har tilstrekkelig med vester kan man oppfordre deltakerne til å ta med egne. Mange steder er det mulig å få leie redningsvester ved brannstasjonene. Husk at redningsvester/flytevester må oppbevares riktig og sjekkes jevnlig for feil.

### **Oppdatert deltakerliste samt reiserute og tid/sted for retur formidles til hjemmeleder.**

Det er SVÆRT VIKTIG at hjemmeleder vet hvem som faktisk har dratt på turen, og ikke bare hvem som var påmeldt. Listen skal derfor oppdateres ved avreise, når man faktisk vet hvem som har reist. Oppdateringer av lister som er levert hjemmeleder tidligere kan for eksempel gjøres via telefon. Husk også å påføre om noen av deltakerne ikke følger resten av turfølget (for eksempel reiser til og fra turområdet på egenhånd).

## ELEKTRONISKE HJELPEMIDLER

**Mobiltelefon:** Mobiltelefonen bør være med, men lag avtaler som tar høyde for at den ikke virker eller at dere ikke har dekning. På tur bør du spare mobiltelefonbatterier. Skru den av og pakk den inn slik at den holdes varm.

**GPS:** GPS er et flott supplement til kart og kompass, men ingen erstatning. En GPS-mottaker kan svikte eller gi feil opplysninger.

Batterier, satellitter eller andre tekniske feil kan gi deg problemer. Husk at sikkerheten på tur **ikke** skal være avhengig av tekniske hjelpemidler som mobiltelefonen og GPS-mottaker!



Sjekkliste for speidere på tur

# På turen

## Følg med på kartet underveis – finn kartreferanse for overnattingssted.

Det er viktig at dere holder dere orientert om hvor dere til enhver tid befinner dere på kartet i forhold til terrenget – dette gjelder også selv om dere er kjent i området. På denne måten går man seg ikke så lett bort, og det er lettere/raskere å starte hjelpearbeidet dersom noe uforutsett skulle skje og dere er nødt til å tilkalle hjelp. Husk også at været og sikten kan forandre seg brått! Bruk av kart og kompass den eneste måten å lære og trene på bruk av kart og kompass på! På turen kan en med jevne mellomrom la deltagerne få oppgaven med å finne ut hvor på kartet dere er akkurat da.

## Før en enkel logg!

En enkel turlogg inneholder bl.a. tidspunkt for når dere startet, når dere passerte spesielle steder (bruk kartreferanse) og når dere opplevde spesielle ting.

## Hold sammen – gå ikke alene!

De fleste leteaksjoner starter som følge av at en eller flere speidere har kommet bort fra resten av turfølget. På tur i terrenget er det derfor svært viktig at turfølget holder sammen, og at dere har øyekontakt med hverandre. Ved vei/sti-kryss, ulendt/kupert terreng eller andre spesielle forhold må dere forsikre dere om at alle finner rett vei. Dette kan for eksempel gjøres ved at man samler hele gruppen ved vanskelige veikryss. Sørg for skikkelige avtaler hvis dere velger å dele dere.

Ved jevne mellomrom bør leder for turen forsikre seg

om at samtlige er med, og at ingen har gått seg bort. Dette er en fin måte å sørge for at dere får avholdt pauser, og at dere får samlet turfølget slik at ingen blir gående for lang bak. Husk å gi utfordringer til de som har større kapasitet. Alle skal ha en fin tur.

Det er ikke kun på lengre turer/haik at speidere har kommet bort fra resten av turfølget. Leteaksjoner har også startet ved at speidere kun skal ut av hytta/leirområdet et lite ærend, og ikke finner veien tilbake.

**Eksempel:** En speider på snøhuleturn gikk på do. Han gikk kun ti meter fra snøhulen, men da han skulle gå tilbake fant han ikke veien fordi alt var hvitt!

## Hold dere til det planlagte

Husk at blant annet risikoanalyse, utstyr og avtaler med hjemmeleder er basert på det dere har planlagt. Hold dere derfor mest mulig til hovedplanen.

## Tenk sikkerhet på overnattingssted (leirplass/hytte). Stikkord: Brann, samlingsplass og varsling.

På hyttetur og på leirplasser bør det alltid avtales sikkerhetsrutiner for å forhindre at uhell skjer. Tenk òg igjennom hva dere vil gjøre hvis noe går galt, f.eks at noen forsvinner eller at det blir brann:

- » Varsling
- » Samling av turdeltagerne

**Når uhellet er ute.** Se nærmere beskrivelse i på neste side og på side 13.



## Sjekkliste og tiltakskort for speidere på tur

# Ved hjemkomst

### Husk at turleder har ansvaret helt til alle er hjemme igjen.

Det kan være lett å slappe av når selve turen er over og transporten hjem fra turområdet starter. Lederen må

følge med på at alle kommer trygt hjem!

Når dere har kommet hjem (og ingen skade har skjedd):

» Ring hjemmeleder og fortell hvordan turen var.



7



## Sjekkliste og tiltakskort for speidere på tur

# Når uhellet er ute

Bestem hvem som tar ledelsen over situasjonen - det kan bare være én leder! Lederen må opptre rolig og bestemt, gi klare beskjeder og ordre om hva som skal gjøres og fordele oppgaver og holde oversikt over det som skjer. Gode forhåndskunnskaper gjør det lettere å takle det som skjer. Lær dere enkel førstehjelp. Det er nyttig både hjemme og på tur. Dersom situasjonen ikke krever umiddelbare beslutninger kan dere

gjærne bruke litt tid på å diskutere situasjonen og handlingsalternativene.

- » **Ta ledelsen!**
- » **Sikre skadestedet** (pass på at ikke flere blir skadet)!
- » **Få oversikt** (skriv en enkel logg)!
- » **Varsle** (se informasjon lengre bak)!

### **Førstehjelp!**

- » Bevisstløs – sørg for frie luftveier, sideleie.
- » Åndedrett – løs stramme plagg, sitte halvveis oppreist, berolige.
- » Sirkulasjon – stans store blødninger, ligge flatt, hev beina, hold varm.
- » Livløs – start gjenoppliving.
- » Blødninger – stans med direkte trykk i såret, hev skadestedet, bandasjer.
- » Brudd – stabiliser og hold varm (beveg bruddstedet minst mulig).
- » Brannskade – kjøll ned, ren bandasje.
- » Nedkjøling – finn ly, bytt våte klær (eventuelt pakk inn vanntett), varm mat og drikke, varme fra en annen person.

Ved skader i terrenget er det ofte kulden som er den største fienden. Hold pasienten varm! Se varsling.

### **Brann i telt/hytte?**

- » Varsle og evakuere resten av turdeltagerne. Foreta opptelling – mangler vi noen?
- » Prøv å rive teltet hvis mulig.
- » Prøv å slukke med vann eller ved å kvele flammene (OBS! Ikke slå på flammen da dette tilfører mer oksygen og gir en større brann)
- » OBS! Moderne telt og mye av det andre utstyret vi bruker er laget av plastikk. Dette smelter og kan gi stygge brannskader. Syntetiske materialer kan også avgj giftige gasser. Unngå å puste inn røyk.

### **Skog- og gressbrann?**

- » Tenk først egen sikkerhet, ikke tenk på telt og utstyr. Brannen kan spre seg og blusse raskt opp.
- » Varsle resten av turdeltagerne.
- » Prøv å slukke med vann eller ved å kvele flammene (OBS! Ikke slå på flammen da dette tilfører mer oksygen og gir en større brann).
- » Røm helst mot vinden og gjerne nedover.
- » Prøv å finne vann.
- » Husk at det kan være skadelig å puste inn røyk
- » Klarer dere å slukke brannen må dere huske på at det kan ulme i jord og torv i mange dager. Sjekk derfor nøye om alt er slukket. Om nødvendig må noen sitte brannvakt. Om mulig, avtal med brannvesenet før dere forlater området.
- » Er du i tvil om du skal varsle brannvesenet, gjør det!

### **Gått dere vill**

- » Hold sammen!
- » Søk i høyden for å få oversikt, men ikke gå langt bort fra der dere er.
- » Dersom dere er helt sikre, kan dere prøve å følge ruten tilbake til et punkt som dere vet hvor er.
- » Finner dere ikke ut hvor dere er bør dere slå leir og ikke gå videre. Det er lettere for letemannskapene å finne dere når dere holder dere på samme plass. Samtidig risikerer dere ikke å bevege dere lengre

bort fra den avtalte løypa som naturlig nok er det området letemannskapene først vil lete i.

- » Sørg for at alle har det greit. Finn ly for vær og vind. Ordne mat og drikke.
- » Spar på kreftene, rop og bruk fløyte.

### **Mistet én eller flere turdeltagere?**

- » Samle resten av deltagerne.
- » Få mest mulig informasjon om hvor og når de savnede sist ble sett.
- » Send egnede deltagere tilbake langs løypa. Lag skikkelig avtale om hva disse skal gjøre og når de skal returnere. Rop og bruk fløyte.
- » Varsle, eventuelt send noen for å varsle.
- » Sørg for at resten av deltagerne har det så bra som mulig.

## **VED AKUTTE PROBLEMER – RING:**

- 110** Brannvesen – brann.
  - 112** Politi – redning og savnet person (112 kan ringes fra alle mobiltelefoner uten å taste pin-kode).
  - 113** Medisinsk nødhjelp – alvorlige skader.
- » Ved andre utfordringer dere ikke kan løse på egen hånd, ta kontakt med hjemmeleder.

## **VARSLING**

- » Lag tydelige avtaler med de som skal skaffe hjelp.
- » Bli enige om meldingen som skal gis (samle mest mulig fakta).
- » Finn ut hvor dere er på kartet (kartreferanse)
- » Følg med på kartet slik at dere helt sikkert finner tilbake.
- » Send alltid minst to (og helst erfarne) speidere/ledere sammen for å hente hjelp.

## **ANDRE TIPS NÅR DET SKJER UHELL:**

- » Hold kontakt med hjemmeleder og redningsapparat
- » Før enkel logg med tidspunkter.
- » Sørg for at noen tar seg av de turdeltakerne som ikke er involvert i uhellet.
- » Skjerm de involverte fra media. Ingen behøver å snakke med media uten at de vil. Be media henvende seg til gruppeleder eller til politiet.



# Informasjon til patruljen

En patruljehaik er en overnattingstur der en patrulje, som består av minst fire og som ikke bør overstige åtte speidere i alderen 10-16 år, drar på tur alene i minimum 18 timer.

Dette skal være en tur for patruljen alene, uten kontrollposter og innblanding utenfra. Dette skal være en fin opplevelse for hele patruljen, med god tid og varm mat som viktige trivselselementer. Det er ikke en konkurranse om å komme raskt frem, her er natur, kos og samhold viktige stikkord!

## INFORMASJON TIL ENKEL GJENNOMFØRING AV PATRULJEHAIK

- » Patruljen skal bestå av minst fire og bør ikke overstige åtte speidere, i alderen 10-16 år. Den eldste må være minst 12 år.
- » Patruljen drar alene på tur, ingen voksne deltar.
- » Turen bør ikke starte for sent på dagen. Det bør være tid til å gå et stykke, finne leirplass, slå leir og lage seg varm mat før det blir kveld.
- » Haiken skal vare i minst 18 timer.
- » Det du trenger skal du selv bære med deg.
- » Overnatting skjer ute, i gapahuk eller under åpen himmel. Telt kan og benyttes, eller enkel hytte i den kalde årstida. På den måten kan dere dra på patruljehaik hele året. Det viktige er at patruljen er alene.
- » Troppsleder er ansvarlig for patruljen på tur. Han er kontaktperson og må være tilgjengelig på telefon hele turen. Dere skal ikke gjøre noen forhåndsavtale med troppsleder om kommunikasjon underveis.
- » Turen kan inneholde et eller flere varme måltid. Vi anbefaler stormkjøkken med gass. Dette er trygt og stabilt i bruk.

### Sikkerhet:

- » Bruk 1:50000 kart (minst to kart pr. patrulje) og bruk dette aktivt i planleggingen og underveis. Denne karttypen er valgt fordi her kan vi lese av kartreferanser som kan brukes av alle nødetater.
- » Det er viktig at patruljen kan ta ut en kartreferanse (på UTM rutenett). Dette er «adressa» hvis noe skulle gå galt.
- » Patruljen bør ta med en mobiltelefon som ligger avskrudd og tørt nedi sekken.
- » Hvis dere får problemer dere ikke kan løse på egen hånd, ringer dere troppsleder.
- » Ved alvorlige skader og ulykker, ring nødnummer 113.
- » Når hjelp er på vei, ta kontakt med troppsleder.

- » Patruljen skal ikke gjøre forhåndsavtale om kommunikasjon med troppsleder eller andre underveis, og henvendelser direkte til patruljen fra foreldre er ikke ønskelig.

### Utstyr patruljen trenger:

- » Presenning. Her kan det være lurt å teste ut hvilken størrelse dere trenger før dere drar ut på tur. Kjøpte bivuakker kan og benyttes.
- » Kokeapparat. Vi anbefaler stormkjøkken med gass.
- » Mobiltelefon, avskrudd og tørt nedi sekken.
- » Kartmappe, 1:50 000-kart (minst to) over området og kompass.
- » Førstehjelpsutstyr: Plaster, elastisk støttebandasje og sportstape.
- » Fyrstikker i vanntett pakning, tau, sag.

### Personlig utstyr:

- » God sekk. Pass på at den er riktig innstilt.
- » Sovepose og liggeunderlag.
- » Kopp, tallerken og bestikksett.
- » Vannflaske med vann.
- » Speiderkniv.
- » Lommelykt/hodelykt.
- » Tannbørste, tannkrem, toalett-papir.
- » Egne medisiner hvis du trenger det.
- » Tykk ullgenser.
- » Ekstra ulltrøye og ullstillongs.
- » 2 par ekstra ullsokker.
- » Votter.
- » Ekstra lue og evt. en hals, helst av ull.

### Påkledning:

- » Ulltrøye og stillongs.
- » Ullsokker.
- » Mellomlag i ull eller fleece, genser/jakke (og evt. bukse).
- » Vind- og vanntett ytterjakke.
- » Vind- og vanntett bukse.
- » Fjellsko eller gode Gore-Texsko.
- » Speiderskjerf.

### Mat:

- » Patruljen tar med brødmatt, pålegg og middagsmat.
- » Lurt om alle har smurt matpakke som kan spises før turen starter.
- » Husk å ta med vann!
- » Ta med en pose med nøtter, tørket frukt, og sjokoladebiter som hjelper for å holde energien oppe.

### God tur!

# Informasjon til troppsleder

## TROPPSLEDER SIN ROLLE NÅR SPEIDERNE ER PÅ PATRULJEHAIK

Troppsleder er hjemmeleder og ansvarlig for patruljen på patruljehaik. Du er kontaktperson om patruljen får utfordringer de ikke klarer å løse selv, og du er kontaktperson for foreldrene deres.

### Kommunikasjon med speiderne:

Ta en skikkelig prat med speiderne om mobilbruk før de drar av gårde. Hvem bør de ringe og når bør de ringe? Det er deg de skal kontakte om de møter problemer underveis som de ikke klarer å løse selv. Det er viktig at de ikke ringer hjem! Ved alvorlige skader og ulykker ringer patruljen nødnummer 113.

### Kommunikasjon med patruljefører:

Oppstår det problemer i patruljen, må de løse disse selv, eller de kan be deg om hjelp via telefon. Ulykker kan skje, og da er det lurt for patruljen å være beredt og vite hva de skal gjøre. På patruljehaik har patruljen med en mobiltelefon som skal ligge avskrudd og tørt nede i sekken.

Hvis noen skader seg, vurderer speiderne først om de kan løse problemet selv. Kan de ikke det, eller det har skjedd en alvorlig ulykke, ringer de nødnummer 113. Speiderne skal bruke offentlig beredskap som alle andre som er ute på tur. Hvis det har skjedd en alvorlig ulykke eller noen skader seg alvorlig, skal patruljen selv ringe 113 først og så kan de ta kontakt med deg.

Er du usikker i situasjonen kan du enten be patruljen returnere selv eller rykke ut for å hjelpe dem på stedet.

Patruljen skal ikke gjøre forhåndsavtale om kommunikasjon med troppsleder eller andre underveis, og henvendelser til patruljen fra bekymrede foreldre er ikke ønskelig.

### Individuell vurdering

Det er ditt ansvar å vurdere i hvilken grad speidere er egnet/klare til å dra på patruljehaik. Det kan være ulike diagnoser, funksjonshemminger eller adferdsvansker som ligger til grunn for dette, eller det kan være at den fysiske utfordringen i å gå med sekk i terreng er for stor for noen.

Det er svært viktig at du ikke sender av gårde speidere som ikke mestrer utfordringen en patruljehaik er! Trenger speideren tilsyn av voksne i løpet av haikedøgnet skal han ikke ut på vanlig patruljehaik. En lignende tur med en voksen veileder er da et fint alternativ. Dette kan og være en god trening til patruljehaik.

### Kommunikasjon med foreldrene:

Det er viktig å formidle til foreldre at de ikke tar kontakt med sin speider underveis, men stoler på at du som troppsleder kan ivareta patruljen på tur! Hvis speideren likevel ringer hjem, bør mor eller far be speideren ringe deg.

Er mor og far utrygge eller har spørsmål, må de henvende seg til deg. Det er viktig at foreldrenes usikkerhet ikke smitter over på barnet. En løsning for bekymrede foreldre kan være å lage en foreldrehaik slik at de får prøve konseptet selv. En testtur for patruljen med voksen leder kan og gjennomføres for å trygge både speidere og foreldre.



## Sjekkliste for patruljehaik

# Informasjon til foreldrene

Det er troppsleder som er den voksne som er ansvarlig for ditt barn og resten av patruljen på en patruljehaik. Troppsleder er den patruljen skal kontakte om de får problemer underveis og han er beredt til å hjelpe dem hele døgnet mens de er på tur.

Har du spørsmål underveis i turen, føler deg utrygg eller lurer på hvordan det går, er det troppsleder du skal ringe. Det er svært viktig at du ikke ringer ditt barn underveis i turen, men stoler på at troppsleder kan ivareta patruljen på tur!

Husk at dine bekymringer kan overføres til barnet ditt!

Speidernes adferd overfor troppsleder er anderledes enn overfor egne foreldre, derfor har de fått beskjed om å ringe troppsleder om de trenger råd eller veiledning. Skulle det likevel skje at barnet ditt ringer deg, så er det fint om du rolig ber ham eller henne om å ringe troppsleder. Så tar du heller en telefon til troppsleder etterpå om du vil forsikre deg om at alt står bra til. Tenk at intet nytt er godt nytt!

Du kan forvente at troppsleder kjenner speidernes evner og vet hva de tåler av utfordringer. Det er troppsleder sitt ansvar å vurdere om noen av speidere ikke skal sendes ut på patruljehaik. Det kan være ulike diagnoser, funksjonshemminger eller adferdsvansker som ligger til grunn for dette, eller det kan være at

den fysiske utfordringen i å gå med sekk i terreng er for stor for noen. Er du usikker på troppslederen har vurdert ditt barn riktig eller er uenig i en vurdering av ditt barn så ta det opp med vedkommende. Unngå å ta det opp med speideren eller andre foreldre, gå direkte til troppsleder med problemet ditt.

Å klare seg selv på tur er en viktig del av det å være speider. Prøving og feiling er god lærdom for å mestre ulike situasjoner og en helt nødvendig del av det å vokse opp og bli et selvstendig menneske. Selv om det kanskje er første patruljehaik for ditt barn så har de andre speiderne i patruljen erfaring fra tidligere turer som ditt barn vil lære av.

Det viktigste du kan gjøre som forelder er å vise interesse for turen i forkant og hjelpe ham eller henne med å følge pakkelista. Denne inneholder det nødvendige for en god og sikker tur uten at sekken skal veie for mye.

Det er svært viktig at speideren pakker sekken sin selv og følger pakkelista. (Ikke putt oppi masse ekstra klær og utstyr sånn i tilfelle selv om det er plass til dette.)

Husk at barnet ditt ofte er mer selvstendig enn du tror. Ha tro på barnets evner og tillit til at det kan klare seg selv. Det er du som best kan gi ditt barn tro på egen mestring!



# Sjekkliste for hjemmeleder når speidere er på tur og gruppeleders rolle

Det å ha speidere på tur innebærer en del oppfølgingsoppgaver, som å ha kontakt med deltakerne og foresatte. Gruppelederen har til enhver tid ansvar når noen av gruppens medlemmer er på tur. Gruppeleder er hjemmeleder eller utnevner eventuelt en annen leder som hjemmeleder. På en patruljehaik/patruljetur er det naturlig at troppsleder som er hjemmeleder.

Hovedoppgavene til hjemmelederen er å ha oversikt over turdeltakerne, hvor turen går og hvor lenge den er planlagt å vare. Dersom foresatte har spørsmål, er urolige eller lignende kan de kontakte hjemmeleder.

Turleder skal kontakte hjemmeleder om det oppstår forsinkelser eller uhell av noe slag. Hjemmeleder skal deretter ved behov varsle gruppelederen, foresatte, og Norges speiderforbund via Speidernes beredskapstelefon 09123 ved alvorlige ulykker. Hjemmelederen kan selv håndtere mindre alvorlige situasjoner.

Hvis det skjer et større uhell, må man håndtere en del andre oppgaver knyttet til støtte for turdeltakerne og varsling og organisering av speidergruppens og speiderforbundets egen innsats. I slike tilfeller er det gruppelederen som er ansvarlig for at de riktige tiltakene blir iverksatt. Det er derfor viktig at hjemmelederen informerer gruppelederen fortest mulig hvis noe alvorlig skjer.



## Planlegging

Hjemmeleder skal sørge for å bli informert om planer og Plan B som er laget for turen:

- » Transport til og fra turområdet (tidspunkt for retur).
- » Hvor går turen (løype, sti, overnatting, kartreferanser)?
- » Hva planlegger de å gjøre hvis noe ikke går etter planen (awiksplan)?
- » Når og hvordan skal dere ta kontakt ved hjemkomst?
- » Hvilke alternativer vil dere bruke dersom det oppstår problemer?
- » Hva skal gjøres hvis det ikke meldes fra etter avtale?



## Når vi drar

Skal hjemmeleder:

- » Få oppdatert deltagerliste med navn på deltakerne og navn/telefonnummer til pårørende.
- » Avtale hvordan du som hjemmeleder kan treffes (gi turfølget dine telefonnummer).
- » Ha tilgjengelig telefonlister for andre kontaktpersoner i speidergruppen.



## Under turen

Hvis turdeltakerne tar kontakt under turen, noteres dette ned med tidspunkt og beskjed (før logg).



## Ved hjemkomst

Når turfølget er kommet hjem (alle deltakerne er trygt hjemme) skal turleder ta kontakt med hjemmeleder som avtalt før avreise.

**Hvis ikke dette skjer:** Gjør som dere har avtalt før avreise og se «Når uhellet er ute» på neste side.



## Når uhellet er ute – ring 09123

Oppstår det problemer underveis for de som er på tur kan det bli mange oppgaver å utføre. Det er gruppeleder som er «eier» av ulykken og som har det overordnede ansvaret for at ting blir håndtert på riktig måte. Gruppelederen (eller den som gruppelederen delegerte oppgaven til) må derfor samarbeide med og fordele oppgaver til andre i speidergruppen.

Nedenfor finner du en oversikt over oppgaver som kan bli aktuelle ved større uhell. Det er ikke nødvendig for gruppeledere å kunne alt som står i dette dokumentet. Det viktigste er at gruppelederen skaffer seg et overblikk over situasjonen og tar kontakt med Norges speiderforbundet for å få hjelp til å håndtere situasjonen på best mulig måte (hjelpen får du ved å ringe Speidernes beredskapstelefon **09 123**).

Ved leteaksjoner hvor politiet er involvert, ved alvorlige ulykker og skader som krever sykehus innleggelse, ved død, brann, store materielle og/eller personskader skal alltid Norges speiderforbund varsles umiddelbart (etter at nødnummer er ringt og førstehjelp er gitt) på Speidernes beredskapstelefon - **09123**.

### VARSLING

Sjekk med ansvarlig turlleder på tur om det offentlige hjelpeapparatet er varslet.  
Hvis ikke:

#### **Ved sykdom eller skade**

» Varsle via medisinsk nødtelefon 113, eller lokal legevakt, se telefonkatalogen.

#### **Ved dødsfall eller savnet speider:**

- » Varsle politiet via nødtelefon 112, eller lokalt politikammer som har ansvar for koordinering og informasjon i forbindelse ved savnet person eller dødsfall.
- » Varsle Norges speiderforbund/krets ved å ringe Speidernes beredskapstelefon: **09123**
- » Varsel av pårørende gjøres av politi.
- » Vær forberedt på å avtale med pårørende hvordan disse skal holdes informert, og hvor de skal møtes (speiderhuset)
- » Varsle internt i speidergruppen, avtale hvem som gjør hva.

### SLIK KAN DU BISTÅ DE INVOLVERTE/PÅRØRENDE:

- » Sende en voksen person til skadested/oppmøteplass for å bistå (blant annet for å ta seg av resten av deltakerne).
- » Opprette mottak/samleplass for de som kommer tilbake (speiderhuset).
- » Finne noen til å bemanne samlingsplassen.
- » Avtale og gjennomføre informasjonsmøter snarest mulig.
- » Peke ut en synlig kontaktperson til involverte og pårørende (bør være gruppeleder eller hans/hennes stedfortreder).
- » Tilby det offentlige å assistere dem i å holde oversikt over de pårørende. Hvem er varslet, hvor treffes de, hvor møtes de.
- » Være tilgjengelig på de telefonnummer du har oppgitt til turdeltagerne, redningstjenesten og pårørende – ikke bruke disse numrene unødig.
- » Kontakte det offentlige via legevakt for å påse at aktuelle tjenester som kommunalt krisetema blir varslet.

### MEDIA

Kontakt med media i krisesituasjoner er beskrevet på neste side.

# Mediehåndtering når noe skjer

Kontakt med media kan kreve mye tid og kan ofte være vanskelig å håndtere dersom en ikke har gjort dette før. Det er derfor lurt å finne en egen kontaktperson som kan ta seg av dette.

## Hvem sier hva?

- » Spesielle hendelser og ulykker er det normalt generalsekretær som uttaler seg til media om. Kontaktinformasjon finnes på [www.speiding.no](http://www.speiding.no).
- » I mange tilfeller er det likevel naturlig at den som er erfaringen nærmest, svarer media. Ved ulykker ute i gruppene, kan dette være gruppeleder, gruppeassistent eller en annen person i gruppa som egner seg godt som talsperson.
- » Norges speiderforbund har personell med erfaring til å takle media og kan kontaktes for bistand i ulykkestilfeller.
- » Speidernes beredskapstelefon **09123** skal samle informasjon og ta kontakt med alle nødvendige instanser. De uttaler seg vanligvis ikke til mediene, men kan bistå dem som skal gjøre det, både med informasjon og råd.
- » I ulykker der politiet er innblandet, er det etter hvert de som «eier» informasjonen. De uttaler seg om dødsfall, redningsaksjoner og selve søket etter savnet person.
- » Helsetjenesten uttaler seg om medisinske tilstander.

## Hvordan går vi fram?

- » Det er ikke hensiktsmessig at mange ulike personer uttaler seg til media. Når uhellet er ute må gruppeleder finne en «pressekontakt». Se informasjon over om hvem som er naturlig å velge. Sørg for at vedkommende er lett tilgjengelig for media. Telefonnumre du har oppgitt til turdeltakere, redningstjeneste og pårørende må holdes mest mulig frie.
- » Send alle henvendelser videre til kontaktpersonen.

- » Som kontaktperson må du prøve å skaffe et overblikk over situasjonen. Gi mest mulig sikker informasjon. Du trenger ikke uttale deg om alt som ennå er uklart.
- » Gi så mye informasjon som mulig, men hold deg til det som speiderne har noe med. Det må tas hensyn til politi og pårørende. Bruk hodet.
- » Gå ikke inn i en ansvars-/årsaksdiskusjon.
- » Ikke forsøk å skjule ting, lyve eller pynte på situasjonen. Ikke nekt for at noe har skjedd når media tar kontakt.
- » Det er lov å si at dette vet man ikke noe om.
- » Det er lov å be om tid til å sjekke ting, eventuelt henvise til politi og helsetjeneste.
- » Skjerm de involverte og pårørende.
- » Avtal om nødvendig informasjonsmøter (oppmøteplass og tid) der media kan komme og få informasjon og eventuelt ta bilder.

## Når kontakter vi selv media?

- » Ved alvorlige ulykker er det sannsynlig at mediene vil omtale hendelsen uansett. Det er ofte hensiktsmessig å sende ut pressemelding eller på annen måte selv kontakte media og opplyse om hendelsen. Dette gjelder spesielt hvis mediene ikke på et tidlig tidspunkt selv får tak i informasjonen. Lar vi være, kan det virke som vi forsøker å skjule hendelsen. Det er også sannsynlig at media kan få vite om det fra andre, enten bekymrede foreldre, snakkesalige speidere eller utenforstående. Dette er ikke et godt utgangspunkt.
- » Norges speiderforbund eller beredskapstelefonen 09123 kan gi bistand rundt å ta kontakt med mediene.
- » I mange tilfeller går det likevel så fort at mediene vet om saken før man rekker å ta kontakt.
- » Ved mindre ulykker, som brukket ben eller andre hendelser som ofte kan skje på tur og leir, er det ikke naturlig å ta kontakt med media.

Nyttig informasjon

# Fjellvettreglene og sjøvettreglene

## FJELLVETTREGLENE

- » Legg ikke ut på langtur uten trening.
- » Meld fra hvor du går.
- » Vis respekt for været og værmeldingene.
- » Vær rustet mot uvær og kulde selv på korte turer. Ha alltid med ryggsekk og det utstyret fjellet krever.
- » Lytt til erfarne fjellfolk.
- » Bruk kart og kompass.
- » Gå ikke alene.
- » Vend i tide, det er ingen skam å snu.
- » Spar på kreftene og grav deg inn i snøen om nødvendig

## SJØVETTREGLENE

- » Tenk sikkerhet. Kunnskap og planlegging reduserer risikoen og øker trivselen.
- » Ta med nødvendig utstyr. Utstyret må holdes i orden og være lett tilgjengelig.
- » Respekter vær og farvann. Båten må bare benyttes under egnede forhold.
- » Følg Sjøveisreglene. Bestemmelsene om vikeplikt, hastighet og lanterneføring må overholdes.
- » Bruk redningsvest eller flyteplagg. Det er påbudt med godkjent flyteutstyr til alle om bord.
- » Vær uthvilt og edru. Promillegrensen er 0,8 når du fører båt.
- » Vis hensyn. Sikkerhet, miljø og trivsel er et felles ansvar.





ALLTID BEREDT

#### Sikkerhet på tur er utgitt av Norges speiderforbund

Tekst: Forbundskontoret og Rovernes beredskapsgrupper ved Ivar Anton Nøttestad.

Foto: Alexander Vestrum, Kjetil Jøssang, Ivar Anton Nøttestad

Design: Morten Stensland Løwe/Bendik Fjeldstad

#### Norges speiderforbund

##### Besøksadresse:

St. Olavs gate 25, 0166 Oslo

##### Postadresse:

Postboks 6910, St. Olavs plass  
0130 Oslo

##### Telefon:

22 99 22 30

##### E-post:

nsf@speiding.no

[www.speiding.no](http://www.speiding.no)

Member of the World Organization of the Scout Movement ([www.scout.org](http://www.scout.org)) and the World Association of Girl Guides and Girl Scouts ([www.wagggg.org](http://www.wagggg.org)).

#### Ved akutte problemer – ring:

**110**

Brannvesen – brann.

**112**

Politi – redning og savnet person.

**113**

Medisinsk nødhjelp – alvorlige skader.



#### STØTT SPEIDEREN NÅR DU HANDLER

Norges speiderforbund eier Speider-sport AS og overskuddet går til speiderarbeid i Norge.



**speider-  
sport**

VÅR EGEN SPORTSBUTIKK!  
[www.speider-sport.no](http://www.speider-sport.no)