



Helse Miljø Sikkerhet (HMS) for Havpadlerne Færder

Innhold

Helse Miljø Sikkerhet (HMS) for Havpadlerne Færder	3
Havpadling	3
Prosedyre ved start av turer	4
Krav til turleder / instruktør	5
Andre prosedyrer:	6
Prosedyre for varsel av skade og ulykke	6
Oversikt over organisasjon og ansvarsforhold/oppgavefordeling	7
Tiltak for at ledere og andre har/får de nødvendige ferdigheter til å ivareta medlemmenes sikkerhet	7
Følgende lover, forskrifter og krav berører aktivitetene til Havpadlerne Færder	7
Rapport uønsket hendelse	9

Helse Miljø Sikkerhet (HMS) for Havpadlerne Færder

Målet for klubbens HMS-arbeidet er “Sikker padling”.

Sikkerhet er grunnlaget for gode opplevelser og prestasjoner knyttet til padling.

Kravene knyttet til sikker padling må ikke oppfattes som absolutte regler. Ferdigheter og god vurderingsevne må vektlegges.

Generelt er sikkerhet knyttet til å ha tilstrekkelige marginer mellom hva du behersker, og hvilke utfordringer du står overfor. Sikker havpadling handler om erfaring, ferdigheter, utstyr og forebyggende tiltak. Gjennom erfaring kan en bedømme ulike situasjoner, og vurdere om marginene er tilstede. Ferdigheter, utstyr og ressurser i padlegruppa avgjør hva slags turer som kan gjennomføres, og er også med på å påvirke konsekvensen av et eventuelt uhell.

Vi anbefaler alle padlere å ha minimum Grunnkurs hav eller tilsvarende kompetanse.

Bruk alltid flytevest (hjelm anbefales når forholdene tilsier det).

Grupper må organiseres slik at både hver enkelts sikkerhet og gruppas sikkerhet blir ivaretatt.

Havpadling

Havpadling er i utgangspunktet en trygg aktivitet.

Sikker padling kjennetegnes av følgende

- Du padler sammen med andre
- Du er bevisst slik at en unngår nedkjøling (hypotermi), drukningsfare og andre fysiske skader
- Du planlegger turen i forhold til egne padleferdigheter
- Dere har gode avtaler i forhold til hvordan gruppa organiseres
- Du bruker alltid redningsvest.
- Du kler deg etter sjøtemperatur, ikke lufttemperatur.
- Du bruker lys ved padling i mørke
- Du har tilgjengelig *sikkerhetsutstyr (vannsikret telefon, taueline, reserveåre, kompass, kart)*.
- Du har kajakk som er i god stand
- Du snakker med kjentfolk før du padler i nye områder.
- Du kjenner oppdatert værmelding

Turer kan deles inn i følgende faser:

- Forberedelse
- Oppmøte
- Padle ut
- Pause
- Padle hjem
- Avslutning
- Etterarbeid

Alle disse fasene er viktig for sikkerhet og bearbeiding av opplevelser og følelser (debrief).

Prosedyre for klubbturen HPF:

Forberedelse:

Forhåndsinformasjon om turen, f.eks. på Facebook, gir turlleder anledning til

- Redegjøre for hva som forventes av kompetanse for å gjennomføre turen (vanskelighetsgrad og distanse)
- Oppfordre deltakerne til å sjekke værmelding, og ta ansvar for å ha egnet utstyr
- Be om tilbakemelding fra deltakere som ønsker å være med på turen
- Be om tilbakemelding fra deltakere som ønsker å låne/leie klubbens utstyr
- Ta kontakt med deltakere som ikke er kjente

Oppmøte

- Turdeltakere skriver inn navn og telefonnummer i loggbok i Padlebu
- Lever ut utstyr som skal lånes – og sjekk at alt er i orden
- Turlleder samler alle deltakere på land før turen starter for å avklare padle(r) forutsetninger og kompetanse.
- Gjør klart at “Du er påmeldt en tur – og en del av gruppa hvis du ikke tydelig melder deg av turen”
- Sjekk deltakernes utstyr og kompetanse
- Spør om spesielle medisinske forhold / dagsform som kan påvirke padlingen, og at dette gjerne kan skje på tomannshånd
- Sjekk deltakerlisten
- Informer om at kun klubbens medlemmer omfattes av HPF`s forsikringsordning
- Redegjør for planlagt tur, med alternative ruter
- Redegjør for din risikovurdering for turen
- Tilpasse turen etter deltakerne hvis det er avvik mellom turens vanskelighetsgrad og gruppas kompetanse
- Vurder om det er tjenlig å dele gruppa, slik at turansvarlig følger de som velger den oppsatte klubbturen. Andre kan da dra på uorganisert tur.
- Bestemme padleformasjon (Makker, Første person, Siste person osv)
- Turlleder må vurdere om noen deltakere ikke kan tillates å delta på turen (manglende utstyr, kompetanse eller medisinske forhold)
- Informer om hvordan løpende informasjon vil bli gitt underveis på turen
- Informer om hvordan personer som ønsker å forlate gruppa skal forholde seg
- Turlleder og evt. hjelpere avklarer hvordan kommunikasjon, signaler og avvik skal håndteres underveis (velt, båtrafikk, u hensiktsmessig spredning på gruppa mm.)

Padle ut

- Samle alle på vannet før turstart
- Sjekk utstyr og innstillinger på kajaker
- Turleder og evt. hjelpere finner sine posisjoner, og gruppa informeres om formasjon og gruppepadling, samt første stoppested/samlingssted

Pause

- Velg egnet sted for pause i forhold til nedkjøling og ilandstigning og trivsel
- Sikring av utstyr under pause (gjelder særlig ved overnatting)
- Sjekk at alle deltakerne er ok (nedkjøling, helse (psykisk og fysisk), drikke og mat)
- Spør om ønsket veivalg for hjemtur, og særlige forhold (tåke, mørke, personlige, utstyrmessige) som tilsier endringer i planer
- Informer om turen hjemover og evt. behov for påkledning og rammer for gruppepadling
- Informer om avreisetidspunkt i god tid (vi drar om 10 minutter)

Padle hjem

- Samle gruppa på vannet
- Sjekk utstyr og innstillinger
- Finn posisjoner og gruppa informeres om rammer for gruppepadling og kommunikasjon. Evt. bruk av lys.
- Avtal tidspunkt/rammer for felles samling ved ankomst hjemsted

Avslutning

- Samle alle deltakerne for en kort debrief.
- Avtale og oppfordre deltakere til å dele opplevelser på Facebook. Melde fra hvis noen ikke ønsker bilde og navn publisert.

Etterarbeid

- Ved uønsket/spesielle hendelser (vær, personskade og skade på klubbens utstyr) så skal turleder lager en enkel rapport og sende til styret samme dag.

Det foretas en årlig revidering av klubbens HMS
Informasjon til medlemmene hvert år om gjeldende HMS

Krav til turleder / instruktør

- Turleder / instruktør skal alltid være kjent med oppdatert værmelding
- Turleder/ instruktør skal ha med følgende utstyr
 - Vindsekk
 - Førstehjelpsutstyr
 - Taeline
 - Ekstra mat
 - Kompass
 - Vannsikret telefon (lett tilgjengelig) eller VHF
- Turleder / instruktør skal gjennomføre en risikovurdering som del av HMS

Andre prosedyrer:

Gjennomgåelse av utstyr

Klubbens utstyr skal kontrolleres løpende med hensyn til sikkerhet og funksjonalitet.

Rapportering av uønskede hendelser

Havpadlerne Færder ønsker åpenhet og en kultur for læring rundt hendelser som kan representere risiko for fare eller ulykke. Det oppfordres til å rapportere hendelser på skjema til styret i klubben. Se vedlegg for meldeskjema.

Informasjon om turer

Alle turer som arrangeres i regi av Havpadlerne Færder skal inneholde informasjon som gjør at medlemmene lett kan avgjøre om turen passer deres erfarings- og ferdighetsnivå.

Informasjonen skal ha følgende struktur:

- Ansvarlig leder for turen
- Forhåndsbestemt startsted og starttidspunkt
- Geografisk sted hvor turen vil foregå
- Lengde (km/tid) fra startsted til turmål
- Minimum padlekompetanse for å kunne delta på turen
- Muligheter for forlengelse/avkortning av turen for de som ønsker
- Ekstra utstyr utover padle- og sikkerhetsutstyr som skal eller bør tas med

Prosedyre for varsel av skade og ulykke

Akutthjelp - 113

Hovedredningsentralen i Sør-Norge – 51 51 70 00

Kystverket – 81 55 60 20

Kystradioen – 120 (viderekobling til nærmeste kystradio)

Oversikt over organisasjon og ansvarsforhold/oppgavefordeling

Havpadlerne er organisert med et styre som blir valgt på årsmøtet i henhold til klubbens vedtekter. Styret har en valgt leder som er klubbens øverste ansvarlig. Styret fordeler andre ansvarsområder, og dette framgår i referat fra første styremøte etter årsmøtet. Ansvarsområder er også beskrevet på klubbens hjemmesider www.havpadlerne.com

Aktiviteter i regi av Havpadlerne Færder er definert som alle vannrelaterte arrangementer som framgår av vedtatt aktivitetsplan. Denne aktivitetsplanen oppdateres minst 2 ganger i løpet av et år, og bekjentgjøres på klubbens hjemmesider.

Tiltak for at ledere og andre har/får de nødvendige ferdigheter til å ivareta medlemmenes sikkerhet

Havpadlerne Færder har oversikt som viser medlemmer med kompetanse til å lede turer og være instruktør. Dette gjøres med oppdaterte lister over formelle padlekvalifikasjoner til medlemmene i styret, samt medlemmer med kvalifikasjoner fra Aktivitetsleder og oppover på kursstigen.

Styret vedtar og utarbeider en liste over medlemmer som er godkjent som turledere for aktiviteter i regi av Havpadlerne Færder.

Følgende lover, forskrifter og krav berører aktivitetene til Havpadlerne Færder

- I. FOR 1996-12-06 nr 1127: Forskrift om systematisk helse-, miljø-og sikkerhetsarbeid i virksomheter (Intern kontrollforskriften)
 - a. <http://www.lovdata.no/cgi-wift/ldles?doc=/sf/sf/sf-19961206-1127.html>
- II. FOR-1994-09-19-994 Forskrift om sikkerheten ved rafting
 - a. <http://www.lovdata.no/cgi-wift/ldles?doc=/sf/sf/sf-19940919-0994.html>
- III. LOV 1976-06-11 nr 79: Lov om kontroll med produkter og forbrukertjenester (produktkontrollloven)
 - a. <http://www.lovdata.no/cgi-wift/ldles?doc=/all/nl-19760611-079.html&4>

Risikovurdering

Skjema under kan være til hjelp for risikovurdering i tilknytning til turer
(Risikovurdering 1-10, der 1 er laveste risiko og 10 representerer meget høy risiko)

Moment	Risiko	Tiltak	Risikovurdering
Været generelt	Værmelding og lokale forhold er basis for risikovurdering	Samlet relevant værmelding for området, og suppler med lokalkunnskap	
Bølger	Bølger kan bidra til at padleren velter, noe som kan medføre fare for nedkjøling, dysfunksjon og drukning.	Unngå å padle i større bølger enn man kan mestre. Holde seg nær land, men vurder bølgehøyde og ilandstigningsmuligheter	
Vind	Øker faren for en velt og kan være direkte årsak til nedkjøling.	Unngå padling i mer vind enn man kan mestre. Kle seg etter forholdene.	
Nedbør	Kan bidra til nedkjøling.	Kle seg etter forholdene	
Temperatur (Vann og i luften)	Kan bidra til nedkjøling. Særlig på dager med varm lufttemperatur og lav vanntemperatur kan det være fare for nedkjøling ved en velt.	Kle seg etter forholdene, og da særlig med sikte på risiko for en velt.	
Annen båttrafikk	Annen båttrafikk kan representere fare for kollisjon.	Holde god avstand til annen båttrafikk, bruke lanterner i mørket.	
Gruppas padlekompetanse	Gruppas samlede kompetanse og kapasitet er avgjørende for konsekvenser av uønsket hending	Kartlegg kompetansen til alle padlerne. Etabler regler for gruppekontroll og kommunikasjon	

Rapport uønsket hendelse

Padleklubbens rapport om uønsket hendelse, farlig forhold eller skade på utstyr.

Dato:.....

Hendelse Personskade Nestenulykk Skade på utsty

Beskrivelse av hendelsen før, under og etter:

Forslag til tiltak / erfaring:

Levert til Havpadlerne Færder / til hvem:.....