

# Risikoanalyse

Aktivitet:	Telemark
------------	----------

Generell beskrivelse av aktiviteten
<i>Hvordan er aktiviteten lagt opp?</i>
Telemarkskjøring bør være kjent for de fleste.

Generell beskrivelse av risikomomenter tilknyttet aktiviteten?
<i>Hva kan skje?</i>
Ubetydelige skader, som for eksempel skrubbsår, må påregnes.
Mindre alvorlige skader, som for eksempel overtråkk og i verste fall beinbrudd, kan forekomme.
Telemarkskjøring er en risikoaktivitet, men betydelige og alvorlige skader forventes normalt ikke. Grundig opplæring av kvalifisert instruktør er likevel en forutsetning for at aktiviteten kan gjennomføres på en trygg måte. Dersom aktiviteten gjennomføres etter gjeldende normer og standarder er sannsynligheten for betydelige og alvorlige skader svært liten.
Det skal etter gjeldende normer til en hver tid brukes egnet beskyttelsesutstyr (hjelm).
Risikovurderinger vedrørende drift av anlegget er hvert enkelt skianleggs ansvar og blir ikke beskrevet her.
<i>Bør det gjennomføres ROS analyse?</i> <b>Ja</b>

Hendelse	Sannsynlighet	Konsekvens	Risiko	Tiltak	Sannsynlighet etter tiltak	Risiko etter tiltak	Kommentar
<i>Hva kan skje?</i>	<i>Hvor sannsynlig er det at hendelsen inntreffer?</i>	<i>Hvor alvorlig er det sannsynlig at utfallet av hendelsen kan bli?</i>	<i>Sannsynlighet X Konsekvens</i>	<i>Hvordan kan hendelsen forhindres?</i>	<i>Hvor sannsynlig er det at hendelsen inntreffer etter at det iverksatt tiltak?</i>	<i>Sannsynlighet X Konsekvens</i>	
Hodeskader	3 Mindre sannsynlig	5 Svært farlig	15 Uakseptabel	Det skal brukes hjelm!	2 Lite sannsynlig	10 Akseptabel	Det <b>skal</b> brukes hjelm til enhver tid, også når man står og ser på (i tilfelle påkjørsel).
Påkjørsel av annen skiløper	2 Lite sannsynlig	4 Farlig	8 Akseptabel	Bakker som brukes bør være oversiktlige.	2 Lite sannsynlig	8 Akseptabel	Deltakere bør instrueres til å være obs i alle løypekryss
Kuttskader	3 Mindre sannsynlig	2 En viss fare	6 Akseptabel	Det skal brukes hjelm for å forhindre hodeskade.	2 En viss fare	6 Akseptabel	Skarpe stålkanter kan gi kuttskader. Blødninger stoppes ved å legge trykk på kuttet. Ring skipatroljen selv ved små kutt.
Kraftig nedkjøling	2 Lite sannsynlig	4 Farlig	8 Akseptabel	Se til at deltakere som fryser får i seg varmen.	1 Usansunlig	4 Liten risiko	Mild nedkjøling vil i de fleste tilfeller forekomme. Kraftig nedkjøling bør kunne forebygges ved opphold i varmestue el.l.
Kneskader, vridninger	4 Sannsynlig	3 Kritisk	12 Uakseptabel	Knærne er spesielt utsatt ved telemarkskjøring. Ikke gå for dypt ned i Telemarks posisjon. Da er knærne ekstra utsatt.	3 Mindre sannsynlig	9 Akseptabel	Gå foran som et godt eksempel, hold en høy posisjon. Selv om den dype ser tøffere ut, er den høye mer hensiktsmessig...

Overtråkk / Benbrudd / Slagskader	2 Lite sannsynlig	3 Kritisk	6 Akseptabel	Høy fart bør begrenses der det er uoversiktlig.	2 Lite sannsynlig	6 Akseptabel	Instruktør bør ha kjennskap til førstehjelp ved benbrudd og slagskader.
---	----------------------	--------------	-----------------	--	----------------------	-----------------	---

Spesielle hensyn
<i>Hvilke krav stilles for at aktiviteten kan gjennomføres?</i>
<p>Instruktøren må, i henhold til "Sikkerhetsrutiner for Kristen Idrettskontakt", ha kjennskap til og kunne gjennomføre livreddende og skadeforebyggende førstehjelp. Instruktøren bør også kjenne til førstehjelp ved slag- og bruddskader.</p> <p>Ta kontakt med skipatroljen selv ved mindre skader og uhell. Nummeret til ulike skipatroljer kan være fint å lagre på telefonen:</p> <p>Hafjell: 40 40 15 00 Hemsedal: 90 60 98 26 / 32 05 53 30 Geilo: 90 68 83 35 / 45 39 51 13</p> <p>Det er også lurt å alltid ta med seg et løypekart, slik at man vet hvor man er til enhver tid.</p>

Arrangement / Leir:		Ansvarlig instruktør:	
------------------------	--	-----------------------	--

Dato:		Signatur:	
-------	--	-----------	--

Risikoanalyseskjema vil aldri kunne dekke alle eventualiteter, men er ment å øke bevisstheten rundt risiko, og i så måte ment å kunne forbygge uønskede hendelser. Skjemaet fylles ut i henhold til det styrende dokumentet "Bruk av risikoanalyser i KRIK". Dette kan lastes ned på [www.krik.no/sikkerhet/](http://www.krik.no/sikkerhet/) -> Sikkerhetsinstruks og skjema.