

## HMS – Sikkerhetsplan – Bølgepadling

Nr	Hovedaktivitet	Fare	Årsak	Konsekvens	Sannsynlighet	Risiko = K x S	Tiltak	Ansvar, frist	Ønsket risikonivå	Kommentar
1	Padling	Havne i vannet	Velte, skli fra fjell	2	4	8	Flytevest, redde hvis nødvendig	Kursleder, alltid	1	
		Fysisk personskade	Sammenstøt med fjell eller hverandre. Skulder ut av ledd	3	2	6	Kunnskap om fare Bruke hjelm	Kursleder, alltid	1	
		Nedkjøling	I vannet: dårlige klær	3	2	6	Tørrdrakt, ull og rutiner	Kursleder, alltid	1	
			På land: dårlige klær	3	3	9	Vind-/vanntette klær ved pauser. Rutiner	Kursleder, alltid	1	
		Deltaker kommer bort fra gruppen	Mørkepadling	3	2	6	Padle i stjerneformasjon, utføre telleprosedyre	Kursleder, alltid	1	
		Sykdom, medisinsk tilstand	Medbrakt sykdom	3	1	3	Informere kursleder og deltakere i forkant	Kursleder, alltid	1	
		Belastningsskader	Feil teknikk, løfte/holde brå belastning	3	2	6	Gjennomgå faremomenter og teknikk	Kursleder, alltid	1	
		Vær	Ut av kurs	2	2	4	Gå til områder i le	Kursleder, alltid	1	
			Mistet gruppen	2	2	4	Gruppekontroll	Kursleder, alltid	1	
Forhold utover kompetansenivå	3		3	9	Komme i le, evt gjennomføre exitplan	Kursleder, alltid	1			
Skade på utstyr	Sammenstøt med fjell eller andre båter	3	3	9	Komme seg på land og reparere skaden	Kursleder, alltid	1			
2	Brottpadling	Fysisk skade	Bølger og fjell	4	3	12	Lese sjøen, flytevest og hjelm	Kursleder, alltid	1	
3	Til og fra vannet	Skli ved entring, slått mot land ved landing.	Bølger, glatt	3	3	9	Kunnskap om faremomenter Være forsiktig	Kursleder, alltid	1	
4	Leir - Telting	Generell nedkjøling	I telt, dårlig utstyr	2	3	6	Riktig utstyr, være forsiktig	Kursleder, alltid	1	
		Brann (telt, gress/lyng)	Fyring i telt/bål	4	2	8	Ikke fyre i telt når en sover, Ikke bål nær tørt gress	Kursleder, alltid	1	
		Kullos i telt	Fyring i telt	4	2	8	Ikke fyre i telt når en sover	Kursleder, alltid	1	
		Kullos i lavo	Fyring i lavo	2	2	4	God ventilasjon, ikke sove	Kursleder, alltid	1	
		Brannskade på person	Åpen ild/primus	4	2	8	Generell forsiktighet	Kursleder, alltid	1	
		Vær	Vind/regn	2	3	6	Solid telt, bardurnere, finne le	Kursleder, alltid	1	
5	Covid-19	Smitte	Medbrakt smitte som bryter ut under samlingen	3	1	3	Følge helsedirektoratets retningslinjer	Kursleder, alltid	1	