

Denna anvisning syftar till att vi skall ha en gemensam förståelse för vårt ansvar så att vi på ett säkert sätt kan njuta av paddlandet. Förvisso poängteras en del risker – samtidigt bör det ändå förstås att det kanske farligaste med havspaddling är bilturen till och från paddlingen.

Anvisningen för deltagare är grunden för alla på turen. För färdledare gäller vissa tillägg.

Vad?	Deltagare	Färdledare
<b>Före turen</b>		
Krav	Kunna simma minst 200 meter. Använda flytväst med visselpipa på föreningens turer. Sjöduglig kajak.	Samma som deltagare.
Kompetens	Kunna ta sig ur upp-och-nedvänd kajak (grad 2) och klara flottöringång (grad 3). Dessutom är riktlinjerna: - Före dagstur, ha deltagit i onsdagspaddling - Före helgtur, ha deltagit i dagstur samt ha friluftsvana.	Du väljer ett turupplägg – område och svårighetsgrad - som du känner dig komfortabel med. Du tar god hänsyn till vädret.  Behärska kamraträddning samt bogsering.
Ansvar/försäkring	Du deltar helt på egen risk. Kontrollera med ditt försäkringsbolag vad som gäller för: - personskada - kajak/utrustning (kajak kan kräva tillägg i hemförsäkringen)	Föreningen har en ansvarsförsäkring.
Turplanering	Framför dina önskemål för säsongen till styrelsen!  Före själva turen – sätt dig in i färdledarens tilltänkta rutt. Ta med egna kartor över aktuellt område.	Välj ett område som du som ledare känner för. Men tänk också på att många deltagare uppskattar nya områden eller rutter.  Eftersträva att ha med dig en hjälpledare redan i planeringsstadiet.  Man bör kunna variera turens sträckning beroende på väder och vind inom den tid som står till buds. En omplanering på grund av hårt väder måste kunna ge flera möjliga alternativ. Även om vi gillar horisonten har innerskärgården sin tjusning med ett ofta levande landskap. Turer med olika teman kan också bidra till ökad trivsel.  Lämplig ilägningsplats avseende strand, parkering och inte alltför stark exponering mot sjön.  Om turen avbryts på någon möjlig reträttplats bör bilarna kunna nås på ett rimligt sätt.  På för och eftersäsong väljer vi kortare turer i mer skyddade vatten. Under våren på grund av kalla vatten och under hösten på grund av risk för dåligt väder och kortare dagar.

<p>Anmälan</p>	<p>Om du inte är välkänd för färdledaren bör du ta muntlig kontakt. I detta fall räcker det inte att bara prata in ett meddelande på telefonsvarare eller skicka email. Färdledaren vill veta din paddlingserfarenhet, paddlingskunnande, styrka och eventuella sjukdomar/allergier som kan anses relevanta. Färdledaren kan också behöva veta om du kan erbjuda andra skjuts.</p> <p>För medlemmar kostar turerna naturligtvis ingenting och andra paddlare är välkomna att prova på under en kvällstur eller en dagstur. För helg- och veckoturer krävs medlemskap.</p>	<p>Bestäm maxantalet deltagare i förväg.</p> <p>Var beredd att avvisa deltagare som du bedömer inte kommer klara den planerade turen, oavsett om det gäller icke duglig kajak eller bristande paddelvana för den typ av tur det gäller. Ta stöd av styrelsen vid behov.</p>
<p>Packning</p>	<p>Onsdagspaddling</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- flytkraft i kajak/flyttankar</li> <li>- sittbrunnskapell</li> <li>- flytväst med visselpipa</li> <li>- toalettpapper och spade</li> </ul> <p>För längre turer</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- paddelflottör</li> <li>- pump/öskar</li> <li>- karta och kompass</li> <li>- kläder för att klara dåligt väder</li> <li>- reservpaddel</li> <li>- reparations-kit/Silvertape</li> </ul> <p>På en dagstur räcker det i övrigt med en enkel packning: kläder att paddla i, ett fullständigt ombyte, regnkläder, något varmt förstärkningsplagg, lunch samt ordentligt med dryck (ev. solskyddsmedel).</p> <p>På vår hemsida (under "Om våra turer") hittar du förslag på packlista för flerdagarsturer.</p>	<p>Kartor Kompass GPS (eventuellt) Mobiltelefon Silvertejp Extra kapell Presenning Kniv Tändstål/Tändstickor Pump/öskar Paddelflottör Sjukvårdsartiklar (finnas i föreningen att låna) Bogserlina Extra paddel Extra kapell Walkie talkie (ev) / VHF (ev)</p>
<p>Om du får förhinder</p>	<p>Meddela ledaren i god tid.</p>	<p>Försök hitta annan ledare, enklast är ju att välja bland de redan anmälda deltagarna.</p>
<p>Till starten</p>	<p>Deltagare som samåker betalar milersättning till bilägaren (se hemsidan – "Om våra turer" - för ersättningsnivå)</p>	<p>Organisera ihop bilägare och andra om deltagarna inte ordnat detta själva.</p>

<b>Själva turen</b>		
Vid starten	<p>Kolla ännu en gång att allt är med! Det är bra att ha en checklista.</p> <p>Informera ledaren om det finns något som han bör veta om dig, t ex allergier, sjukdomar, behov av måltider på speciella tider etc.</p>	<p>Nya/obekanta deltagare – kontrollera deras utrustning utan att ta på dig ett formellt ansvar.</p> <p>Skriv en lista med deltagarnas val av anhörig + kontaktuppgifter till denne som kan kontaktas vid behov om något oförutsett sker under turen. Använd föreningens Anhöriglista (bilaga till denna Turanvisning).</p> <p>Presentera dig själv och låt även deltagarna presentera sig.</p> <p>Gå igenom dagens rutt på land före avfärd.</p>
Paddling	<p>Att paddla i grupp innebär att varje deltagare har ett individuellt ansvar som gruppdeltagare!</p> <p>Håll dig till gruppen – du riskerar din egen och andras säkerhet om du ”drar iväg”.</p> <p>Behöver du t ex gå iland för att uträtta behov, säg till ledaren så att du inte bara försvinner iland.</p> <p>Hjälp till att hålla gruppen samlad vid överfarter och korsningar av farleder. Detta är för vår egen säkerhet men också för att visa hänsyn till andra sjöfarare.</p> <p>Paddla inte före gruppen.</p> <p>Anpassa farten efter den svagaste i gruppen.</p>	<p>Håll ihop gruppen. Om gruppen är stor, utse någon till att ligga i täten (navigera) och ta själv den bakre positionen så att du har överblick. Eller så gör du tvärtom.</p> <p>Se till att den svagaste inte paddlar sist eller paddlar ensam.</p> <p>Var lyhörd för gruppens önskemål om vägval, fart, önskemål om fikaraster etc. Det är dock du som turledare som har ansvaret för gruppen.</p> <p>Vet var du är och vart du ska. Läs in kartan (grynnor, öar, kännemärken och kurser) i förväg!</p> <p>Samla ihop gruppen innan en farled korsas. Farleden korsas alltid kortaste vägen. Motorbåtar kommer mycket snabbare än vad man först bedömer.</p> <p>Respektera båttrafiken. Sjövägsregler gäller även kanotister som också kan ställas skadeståndsskyldiga. Vi paddlar i kanten av farleden och har aldrig företräde.</p> <p>Sänk hastigheten i grov sjö. Ovana paddlare måste kunna hålla sin egen takt, ha uppsikt över sjön och vila på draget ibland utan att tappa kontakten med gruppen.</p> <p>Var beredd att bogsera deltagare vid t ex trötthet, kroppsskada, trasig kajak (ex. roder/skädda).</p> <p>Använd dig av gruppdeltagarnas kompetens! Det kan vara exempelvis lokalkännedom, sjukvård, bogsering eller navigationskunskaper.</p> <p>Gå inte utan en backup-strand på rimligt avstånd i lä om sjön är grov.</p>

<p>Om någon annan kapsejsat</p>	<p>Beroende på din egen paddelvana:                  1) Avvakta/ta dig till lugnt vatten/lämna inte gruppen. Invänta eventuella instruktioner från turledare.                  2) Hjälptill med räddningen. Om sjön är grov, bör en paddlare styra upp den räddade kajaken mot sjön med hjälp av bogserlina. Hjälptill den räddade med att tömma kajaken och få på kapellet. Paddla till land för att rasta och byta till torra kläder.</p>	<p>Bedöm läget:                  1) Se till att inte fler deltagare riskerar att kapsejsa, det blir bara värre då. Minst två vana paddlare kan ta hand om andra för att paddla vidare.                  2) Hjälptill den nödställda. Har han kapsejsat mitt i farled eller nära klippor – bogsera den nödställda + plus kajak till säkert område. Ta ev hjälp av andra deltagare eller andra båtfarare.                  3) Se till att komma iland med hela gruppen efter genomförd räddningsaktion. Även andra deltagare än den/de som kapsejsat kan vara skakade av ett tillbud. Om möjligt -försök att komma på vatten igen senare samma dag för att få möjligheten att ”paddla av sig” en dålig erfarenhet.</p>
<p>Om du själv kapsejsat</p>	<p>Stanna vid din kajak. Var beredd på att du kanske måste fixa det mesta själv. Det är inte så lätt att klara kamraträddning när vågorna går höga. Därmed, invänta inte stöd av andra som kanske också har svårigheter – gör flottöringång om du hamnat i vattnet.</p>	
<p>Övernattning</p>	<p>Var beredd på att det kanske enbart finns klippor att tälta på, speciellt om det är en tur i skärgården.</p>	<p>Välj ö med viss omtanke, undvik bebyggelse i närheten, öar med häckande fåglar, fästing och ormrisk terräng etc.</p> <p>Lämplig uppdragsplats för kajakerna.</p> <p>Det måste finnas plats för alla tält. Ledaren ser till att någon rekar. Gärna möjlighet för både klipp- och grästältare. Respektera enskild tältning.</p> <p>Utlys en matklippa/plätt så gruppen är samlad.</p> <p>Ange en tidpunkt för avfärd så får alla gå upp i den tid de behöver för att hinna med. Två timmar brukar vara lagom för många att ha till förfogande för frukost + packning av kajak.</p> <p>Kolla att samtliga deltagare kommer upp. Det är mänskligt att försöka sig.</p> <p>Samla gruppen och gå igenom dagens rutt på land före avfärd på morgonen. Samla gruppen också i slutet av turen innan man skiljs åt.</p>
<p><b>Efter turen</b></p>		
<p>Hemma igen</p>	<p>Njut av minnena. Dra lärdomar inför nästa tur. Har det skett någon incident som vi kan lära oss av – kontakta föreningens säkerhetskoordinator som hjälper till att dra lärdomar av incidenten.                  Tag gärna kontakt med turledaren om du känner att det finns något kring turen som du gärna vill kommunicera – positiv såväl som negativ feedback är välkommen !</p>	<p>Turledaren ansvarar för att det skrivs en text om turen för att publiceras på hemsidan. Be någon i gruppen, eller gör det själv, skriva en trevlig redogörelse om turen och upplevelserna. Ta med namnen på deltagarna. Skicka till webmaster.                  Be deltagarna skicka bilder från turen till webmaster. En trevlig hemsida bidrar till en trevlig förening att vara medlem i !</p>

## För färdledare – ta med denna sida på turen!

### Före avfärd

Läs Turanvisningen!

---

**Vid avfärd** – eller senast före första sjösättning, be deltagarna fylla i:

<b>Deltagare</b>	<b>Anhörig</b>	<b>Telefon</b>	<b>Relation</b>
färdledare			
hjälpledare			

För fler namn – använd baksidan!

---

### Akut

- Se till att inte fler drabbas
- Ta hand om den drabbade
- Vid behov ring 112

### Senare

- Organisera hur gruppen tar hand om den drabbade och fortsätter/avbryter turen
  - Vid behov samla gruppen och prata vad som hänt, sk debriefing
  - Vid behov informera anhörig
  - Vid behov meddela en styrelseledamot:
- 

### Efter hemkomst

- Eventuellt återsamling för förnyad debriefing.
- Rapportera ev incidenter till styrelsen och där speciellt ansvarig.