



FAGBLAD

SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

4/2018



#KONTINUERLIGTRENING

Hvorfor er det så viktig? Og hvordan kan vi bli best mulig? Vi blir med tre lag ut på øvelse for å finne svar.

Skredsesong
i Tromsø

Neste steg:
gruppegodkjenning?

Slik blir du
klar for landsmøtet



FAGKONFERANSEN 2019

GARDERMOEN, 5. - 7. APRIL

Vi gjør på nytt klart for årets faglige og sosiale høydepunkt for
alle mannskaper og Sanitetsungdom i Norsk Folkehjelp

SETT AV DATOEN!

Mer informasjon kommer



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no

SANITET

UTGIVER: Norsk Folkehjelp
Nr 4 - 2018. Årgang 10

ISSN 1891-6120

OPPLAG DETTE NUMMER:
11 500

TRYKK:
Aktietrykkeriet a.s, Fetsund

POSTADRESSE:
Postboks 8844 Youngstorget,
0028 Oslo

BESØKSADRESSE:
Norsk Folkehjelp,
Stortorget 10, Oslo

Telefon: 22 03 77 00
Internett: www.folkehjelp.no

REDAKTØR:
Erlend Aarsæther
E-post: fagblad@folkehjelp.no

BIDRAGSYTERE DETTE NUMMER:
Live Kummen, Stein Arnold Kristiansen,
Sissel Fantoft, Anders Torstrup, Runi Putten,
Peter Harholt, Are Stranden, Ida Kroksæter.

FORSIDEBILDET:
Samvirkeøvelse med Norsk Folkehjelp Moelv
Foto: Ida Kroksæter

FOTO PÅ DENNE SIDEN:
Foto: Ida Kroksæter

NORSK FOLKEHJELP er fagbevegelsens
humanitære solidaritetsorganisasjon.
Norsk Folkehjelp jobber i hovedsak på to
områder; Rettferdig fordeling av makt og
ressurser, og vern om liv og helse.

I Norge er det NORSK FOLKEHJELP SANITET
som arbeider med vern om liv og helse. Dette
gjøres blant annet gjennom aktiv deltagelse i
redningstjenesten og arbeid med førstehjelp.

Organisasjonen har omkring 60 lokale
sanitetsgrupper, og rundt 2000 autoriserte
mannskaper i beredskap for samfunnet.



Internasjonal oppmerksomhet 05

To foredrag på stor redningskonferanse

Fullskalaøvelse på Moelv 06

Mye å lære av å øve med andre

Førstehjelpstrening på Jæren 08

Forberedt for vintersesong i Sirdal

Trening bygger samhold og kunnskap 10

Follo har øvelseshelg i skogen

Klar for snøskredsesong i Tromsø 14

Skredgruppa er forberedt for vinteren

Er du klar for landsmøtet? 16

Bli med og sett kursen videre for Norsk Folkehjelp



Trening skaper trygghet både for hvert enkelt mannskap og for pasienten som trenger vår hjelp, skriver Live Kummen. Foto: Ida Kroksæter

#kontinuerligtrening - bedre sammen

Når du har dette bladet i hånden er det førjulstid, og jeg håper at roen senker seg til lukten av julekaker og lyden av stemningsfulle julesanger. Jeg har i mange år sunget i kor, og julekonsertene var årets høydepunkt. Bak denne tradisjonen lå imidlertid stor innsats, og en til to øvelser i uken var en forutsetning for å være med. Kunne jeg ikke møte på øvelsene, fikk jeg heller ikke være med på konserten – til det beste for alle, tror jeg vi trygt kan si. Øvelsene resulterte i samstemt og harmonisk musikk, men også i fellesskap og identitet.

Gjennom fokus på #kontinuerligtrening i Norsk Folkehjelp Sanitet har vi kommet langt i å skape den samme kulturen. En kultur for å møtes, trene, bli bedre kjent og bli flinke sammen. Når dagen for konserten [les: aksjonen] kommer, er vi koordinerte og kan yte vårt aller beste. Dette skaper trygghet både for hvert enkelt mannskap og for pasienten som trenger vår hjelp.

I dette nummeret av fagbladet kan du lese om hvordan ulike lokallag har gjennomført øvelser i høst – for egne mannskaper og sammen med viktige samarbeidspartnere. Husk at en øvelse kan være alt fra tre mannskaper som tar med seg kartet ut noen kveldstimer, til fullskala heldagsøvelser med et stort apparat bak. Det viktigste er at man holder kunnskap, ferdigheter og ikke minst tryggheten og motivasjonen ved like.

Med vinter kommer også skredfare. Aksjoner i snøskred er det heldigvis ikke så mange av, men når alarmen først går er det ytterst tidskritisk og desto viktigere at vi har trent og er forberedt. I dette bladet kan du lese om skredmannskap Linda i Tromsø. Hun forteller hvordan de forbereder seg til skredsesongen, og hva hun har i sekken som til enhver tid står klar. Her er det gode tips å hente!

Jeg håper imidlertid at beredskapssekken får stå urørt og at alle mannskaper får en fredelig julehøytid.

God jull!

*Live Kummen,
leder for Norsk
Folkehjelp Sanitet*





Aldri før har så mange folkehjelpere deltatt på den store redningskonferansen på Island. Delegationen fikk også se at den islandske redningstjenesten har valgt samme løsning som Norsk Folkehjelp når de skulle ha ny redningssekk. Foto: Ronny Frantzen



Norsk Folkehjelp legges merke til på internasjonal arena

På årets redningskonferanse på Island, sto Norsk Folkehjelp på programmet med to foredragsholdere.

TEKST: RONNY FRANTZEN

Den store redningskonferansen på Island er etter hvert blitt godt kjent, og tiltrekker seg gjester og foredragsholdere fra hele verden. Konferansen holdes annethvert år og for første gang sto representanter fra Norsk Folkehjelp på programmet.

Espen Brekke kunne, med sin erfaring fra utviklingen på Preikestolen og Lysefjorden, fortelle om hvilke konsekvenser veksten i turismen har for vår frivillige redningstjeneste. Dette noe som også utfordrer Landsbjørg (den islandske redningstjenesten), som stadig oftere må hjelpe de mange turistene som kommer til landet for å oppleve spektakulær natur.

Videre kunne leder for folkehjelpas nettbrettprosjekt, Erlend Aarsæther, fortelle om utviklingen og innføringen av digitale verktøy for å få mer effektive leteaksjoner. Her var det spesielt stor interesse i etterkant av foredraget, med mange spørsmål og nysgjerrige utlendiger som ville ha mer informasjon om vår digitale revolusjon.

Inspirasjon fra Norge

Norsk Folkehjelp har vært representert på alle konferansene på Island siden 2010, og det er liten tvil om at islendingene følger med på hva vår organisasjon jobber med: Norsk Folkehjelps redningssekk finnes nå også i en islandsk utgave, sterkt inspirert av vårt design. Det er gøy å se hvordan vi kan inspirere og motivere hverandre på tvers av landegrensene.

Spennende foredrag

På programmet var det flere spennende foredrag, blant annet fra norsk-amerikane- ren Erik Swanson, som har mange års erfa-

ring som «operations leader» for King County Explorer Search and Rescue. Han fortalte om deres utfordringer med «uorganiserte frivillige» og hvordan de håndterer dette.

Mange folkehjelpere var også på foredraget til Robert Koester, mannen bak boken «Lost Person Behavior». Med stor innlevelse fortalte han om nye tall og metoder for å finne savnede personer raskere.

Stor motivasjon

Region Sør-Øst er en av regionene som tidligere ikke har besøkt Island. For å få best mulig faglig utbytte ble det bestemt at en tur skulle legges til årets konferanse. 21 medlemmer tok turen, og i tillegg til regionstyret deltok redningsmannskaper fra Norsk Folkehjelp Horten, Norsk Folkehjelp Sande og omegn, Norsk Folkehjelp Veggli og Rollag.



– Det å kunne bli betre saman under trygge forhold er viktig for at samhandlinga under aksjonar skal kunne bli så god som mogleg, seier Geir Nilsen, styreleiar i Moelv. Foto: Jonas Vikran Hagen

Fullskala samvirkeøving på Moelv

40 mannskap, markørar og observatørar frå Norsk Folkehjelp, Norske Redningshunder, Redningsselskapet og politiet stilte opp då Moelv og Omegn inviterte til samvirkeøving.

TEKST: JARLE D. HAUKELAND

Bakgrunnen for øvinga var å prøve å styrke samhandlinga, slik at ein er betre rusta ved framtidige aksjonar.

– Det å kunne bli betre saman under trygge forhold er viktig for at samhandlinga under

aksjonar skal kunne bli så god som mogleg, seier Geir Nilsen, styreleiar i Moelv.

Han er den som har vore pådrivar for å få gjennomført ei fullskala øving med fleire samvirkepartar. Dei gjekk breidt ut med varsel i forkant av øvinga for at folk i Moelv skulle vere budd på den ekstra oppstandinga.

– Vi gjekk ut i lokalmedia, satte ut skilt, levte nabovarsel og hadde vakter ute i teig som kunne informere forbipasserande kva som foregjekk, seier Nilsen.

Samstundes seier han og at det er god reklaime å vere synleg i lokalsamfunnet gjennom å gå rundt med uniform i forkant av øvinga.

Trente heile forløpet

Målet med øvinga var å trene heile forløpet ved ein aksjon, med varslings, effektivt oppmøte, arbeid i KO, søk etter sakna, pasientbehandling og uttransport.

Det var laga til to leiteaksjonar – ein for søk langs Mjøsa, og ein som var fokusert på land.

– På denne måten fekk me gode treningsarenar for alle organisasjonane, seier Nilsen.

Desse casane var aktørane informert om i forkant, slik at ein kunne forberede seg på dei. Det blei dessutan etterkvart i øvinga lagt til fleire casar som det ikkje var informert om, som gav både mannskap og KO



Trening på bruk av teknisk utstyr var eit viktig delmoment i øvinga, og minst eit av funna på blei og gjort med hjelp av termisk kamera.

nye og uventa utfordringar undervegs.

– Det er viktig for dei som sitt i KO å kunne øve på nye og uventa situasjonar og korleis dei skal prioritere dersom det er fleire ting som skjer på ein gong, seier Nilsen.

Fleire utfordringar

Ved å ha fleire markørar sikra ein at alle fekk vere aktive sjølv om det blei gjort funn. Etter at ein markør var funnen, behandla og frakta ut, så kunne mannskapa halde fram søket og slik fortsette øvinga.

Sjølv om det var mange som stillte opp, så opplevde Nilsen at det var visse utfordringar med å lage til ei slik stor øving.

– Organiseringa av samvirke må forbeholdt til neste gong, det er visse utfordringar med å få til eit samvirke på sjø og land, spesielt i det ein tar utgangspunkt i ulike kart, ulike

kartreferansar og ikkje har etablerte talegrupper på mannskapsnivå.

Trass i utfordringane undervegs meldte både RS og NRH i ettertid at dei var godt nøgd med øvinga.

Trener på teknikken

Trening på bruk av teknisk utstyr var eit viktig delmoment i øvinga. Både bruk av nettbrett og varmesøkende kamera er utstyr som det er viktig for mannskapa å kunne godt for å spare tid når det er reelle aksjonar.

Ein drog og nytte av akutthjelparprosjektet gjennom å låne den avanserte øvingsduka «Sim-man» for å kunne gje mannskapa meir realistisk øving på pasientbehandling og konkret tilbakemelding på effekten av tiltaka som blir gjort undervegs. At utstyr kan brukast på tverrs av prosjekt viser dei

positive ringverknadane som kan følgje av eit prosjekt.

– Folk var veldig godt nøgd med å få prøve seg med termisk kamera. Spesielt i områder der det var vanskeleg å ta seg fram til fots, kunne ein bruke utstyret for å dekke områda på avstand. Minst eit av funna blei og gjort med hjelp av termisk kamera, seier Nilsen.

– Det tok mykje tid å lage til ein slik øvelse, mykje meir enn å lage til øvelsar til skogs eler på fjellet, men eg trur det var verdt den ekstra innsatsen, seier Nilsen.

For andre lag som er interessert i få til eit tilsvarande opplegg så rår Nilsen at ein berre må ta ansvar.

– Vis initiativ og spør folk rundt om dei er interesert i å øve i lag, det var slik denne øvinga blei til.



Samvirkeøvelsen på Jæren, der frivillige ambulansepersonell fra Norsk Folkehjelp trener sammen med helsetjenesten, politi og brannvesen, er lærerik for alle som deltar. Foto: Ruben Stokka

Livsviktig førstehjelpstrening på Jæren

Lørdag 17. november, klokka 09:30: Norsk Folkehjelp Jæren blir en del av en trippelvarsling av brann, politi og helse, og rykker ut til en større bilulykke med tre involverte.

TEKST: ANDERS TØRSTRUP, SANITETSLEDER I NORSK FOLKEHJELP JÆREN

Klepp legevakt blir også varslet, og sender to sykepleiere sammen med vår «first responder»-bil. Meldingen er dramatisk, det meldes om ni skadde personer.

Denne gangen er det heldigvis bare en øvelse, men for mannskapene som deltar virker det mer enn ekte nok.

Egensikkerhet og hypotermi

Når første bil ankommer skadestedet finner de raskt to biler på et jorde, med en tredje bil liggende på siden oppå disse. Én av bilene brenner, og brannvesenet setter raskt i gang med slukking. Med sikret skadested kan førstehjelpere og helsepersonell rykke inn, og det blir raskt iverksatt en større operasjon for å få alle de skadde ut av kjøretøyene og gi dem livreddende behandling på stedet.

Pasientene blir deretter sendt i ambulanse til «akuttmottaket» på Norsk Folkehjelp Jærens hus, hvor de blir mottatt av en sykepleier som får en kort overleveringsrapport før ambulansen må tilbake til ulykkesstedet igjen. Idet alle pasientene er fraktet bort fra skadestedet melder politiet om at en av de involverte skal ha stukket av, og det blir

iverksatt en leteaksjon. Personen blir funnet sterkt nedkjølt etter en halvtimes intens leting.

Populær øvelse

På Norsk Folkehjelp Jærens ambulansekurs har vi de siste årene hatt en større bilulykke som en av avslutnings-casene på kurset. Det første året var Klepp brannvesen med som deltakere med én brannbil. Året etter ønsket vi å gjøre øvelsen enda større, og vi involverte brannvesenet fra både Bryne og Klepp, i tillegg til politiet.

Sist vi hadde en lignende øvelse var scenariet at en lastebil hadde veltet over en syklist, i tillegg til at to biler hadde kollidert med hverandre. Scenariet var så realistisk at brannvesenet idet de ankom stedet ble usikker på om lastebilen var en del av øvel-

«Her er det langt til nærmeste ambulanse, og vi er ofte første ressurs på stedet frem til det offentlige kommer».



Dette scenariet er noe vi fort kan møte i virkeligheten, skriver Anders Torstrup.

sen, eller om den faktisk hadde prøvd å svinge unna øvelsen og tippet over. Lastebilen var også merket med farlig gods, noe som ga brannvesenet og oss andre et ekstra øvingsmoment som fort også kan være en reell utfordring.

Alle mannskapene som deltok på denne øvelsen er utdannet ambulansemannskap i Norsk Folkehjelp, og selv om mange har flere års fartstid i organisasjonen er tilbagemeldingen at dette er en nyttig øvelse. Vi øver under så realistiske forhold som mulig, og mannskapene må takle alt fra lavt blod-sukker til halspulsåreblødninger.

Realistiske scenarier

For oss i Jæren er dette scenarier vi fort kan møte i forbindelse med beredskapen på vaktstasjonen i Solheimsdalen i Sirdal,

hvor vi er stasjonert i vinterhalvåret. Her er det langt til nærmeste ambulanse, og vi er ofte første ressurs på stedet frem til det offentlige kommer. I vinter ble vi kalt ut på 18 ambulanseoppdrag i Sirdal.

En av de mest dramatiske alarmene i vinter var da vi som nærmeste ressurs ble kalt ut sammen med Røde Kors til en bilulykke hvor det ble meldt om 15 skadde. I dette tilfellet var meldingen heldigvis mer alvorlig en situasjonen, men i slike tilfeller er denne treningen svært nyttig. Dersom vi havner i samme situasjon igjen, vil vi nå være enda bedre rustet.



Både helsepersonell og erfarne folkehjelpere mener at denne øvelsen er svært nyttig.

Bygger samhold og kunnskap i skogen

Norsk Folkehjelp Follo brukte i høst en hel helg på å trene på akutt førstehjelp. Bare noen dager etter, går alarmen. Det blir en aksjon på liv og død.

TEKST: SISSEL FANTOFT

Det ligger et lett duskreign i lufta når Norsk Folkehjelp Folløs redningsbil snirkler seg oppover en skogsvei dypt inne i Sørskogen i Nittedal. Målet er Lillomarkskapellet, et kapell og overnattingssted som laget har leid. 12 medlemmer har satt av helgen til intens trening på situasjoner de risikerer å møte i virkeligheten.

– Utbyttet av slike øvingshelger er todelt: Vi får trent på og repetert mange scenarier, og samtidig har det en sosial funksjon. Når vi rykker ut på søk- og redningsaksjoner skal vi fungere faglig, men også som et team. Derfor er det en stor fordel at vi kjenner hverandre godt, sier Erlend Aarsæther, som

koordinerer de ulike øvelsene denne helgen.

– Jeg har holdt på med dette lenge, og ser at det er stor forskjell på om man opererer med nye folk eller noen som har jobbet sammen lenge. De som kjenner hverandre godt har felles mentale modeller og forventninger. Hvis du vet hva du skal gjøre er du mer komfortabel med å gå inn i situasjoner som de fleste ville syntes var ubekvemme, sier han.

Taktisk og metodisk

Temaet for øvingshelgen er akutt førstehjelp, og deltakerne øver blant annet på å stanse større blødninger, alvorlige hypotermifall, traumebehandling og bruk av hjertestarter.

– Vi forsøker å lage caser som er så like det vi kan oppleve i virkeligheten som mulig. Når det virkelig gjelder har vi ikke tid til å nøle, da må vi vite hva vi skal gjøre, sier Aarsæther.

Alarmen går

I 2017 rykket laget ut på 37 aksjoner, og hittil i år er tallet oppe i 40. Bare i år har de

deltatt i en håndfull aksjoner hvor de har funnet personer som har vært døde. Andre ganger er det like før.

– Vi vet at vår innsats kan utgjøre forskjellen mellom liv og død. Treningen vi får her er helt uvurderlig, den gjør at vi vet hvilke situasjoner vi kan risikere å møte, og at vi stuper rett inn uten å nøle når vi får en dramatisk melding, sier Erlend Aarsæther.

Bare dager etter denne treningshelgen rykker laget ut på nok en leteaksjon. Savnede blir funnet i terrenget, sterkt nedkjølt. Nok en gang viser det seg at realistisk trening kan bli avgjørende for utfallet.

– Her står vi plutselig i en ekte situasjon med en pasient som er kritisk skadd. Da betyr det enormt mye at alle vet hva de skal gjøre, hvordan utstyret fungerer og at man er trygg i rollen. Den dagen kunne fort utfallet blitt et helt annet, hvis det ikke var for godt trente mannskaper med høy kompetanse, sier Aarsæther.



Foto: Ida Kroksæter og Sissel Fantoft

FAKTA**SLIK BLE TRENINGSHELGEN FINANSIERT**

Treningshelgen er i likhet med det meste av lagets utstyr finansiert gjennom midler fra ulike stiftelser. Denne helgen er for eksempel finansiert av Extrastiftelsen.

– Vi har en fast rutine på å søke støtte fra Extrastiftelsen, som deles ut to ganger i året. Det er enkle søknader som fylles ut raskt, og vi sender gjerne inn tre stykker hver gang. Det er viktig å ikke bare søke om støtte til utstyr, men også til ulike aktiviteter som denne øvingshelgen, forteller Harald Wisløff, som skriver mange av lagets søknader.

Han anbefaler alle lag å skaffe seg en oversikt over hvilke steder det er mulig å søke støtte fra, og bruke tid på søknadsskrivingen.

7 i Norsk Folkehjelp Follo

Hvorfor er du frivillig i redningstjenesten?

**Thomas Muribø (33)**

Elektroingeniør:

– Jeg meldte meg inn i Norsk Folkehjelp fordi jeg ønsker å bidra i redningstjenesten. Jeg har rett og slett lyst til å gjøre en forskjell.

**Eileén Bové (38)**

Ordensvakt:

– Jeg har vært frivillig i Røde Kors i mange år, men søkte meg hit fordi jeg ønsket å være med i et lag som er mer spisset mot søk og redning.

**Egill Thorarinsson (30)**

Prosjektleder innen IT:

– Jeg kommer fra Island, hvor det er en sterk kultur for frivillig reiningstjeneste. Da jeg flyttet til Norge var det naturlig å ta kontakt med Norsk Folkehjelp. Jeg ønsker å bidra med noe til fellesskapet.

**Maiken Winquist (27):**

Sykepleier:

– Jeg får ekstremt mye førstehjelpsøvelse her, og får brukt kunnskapen min bredere enn hva jeg gjør i jobben. Helger som dette gir både intensiv trening og mye godt samhold i laget.

**Anna Lund Bjørnsen (30)**

Røyk- og redningsdykker:

– Det er mange flinke folk i laget som jeg lærer masse av. Jeg tar med meg det jeg lærer her inn i jobben og omvendt.

**Cecilie Aarsæther (29)**

Sykepleier:

– Jeg lærer mye her som jeg kan bruke i jobben – der er det ikke så mye basal førstehjelp. Det at vi øver kontinuerlig er veldig nyttig.

**Jarle Dyregrov Haukeland (29)**

Ansatt i Norsk Folkehjelp:

– Jeg fikk en forsmak på førstehjelp og redningstjeneste i militæret, og hadde lyst til å lære mer. Her er det mange resurspersoner som deler sin kunnskap, og et veldig inkluderende og fint miljø.



Det er aldri bare ett og ett mannskap som deltar på tjenesten, eller som blir kalt ut på aksjon. Vi bidrar alltid som en gruppe, skriver Stein Arnold Kristiansen. Foto: Ida Kroksæter

Går vi mot gruppegodkjenning i saniteten?

Debatten om gruppegodkjenning i saniteten har startet blant de tillitsvalgte. Hva innebærer egentlig dette?

STEIN ARNOLD KRISTIANSEN, FØRSTE NESTLEDER I SENTRALT SANITETSUTVALG

Du er viktig for Norsk Folkehjelp. Den kompetansen og de erfaringene du som mannskap besitter, er vår fremste fordel. Samtidig er det aldri bare ett og ett mannskap som deltar på tjenesten, eller som blir kalt ut på aksjon. Vi bidrar alltid som en gruppe. Nettopp derfor har jeg lyst til å løfte grup-

pegodkjenning som tema og en mulig vei videre for saniteten. Men hvor går denne veien? Det ønsker vi i SSU å finne ut sammen med dere.

En av mine beste venner og kolleger i folkehjelpa heter Karina. Vi har vært sammen i tykt og tynt både på trening, aksjoner og kurs. Karina bruker å si det at fordelene med oss, er at vi kjenner hverandre så godt at vi er trygge på hverandres styrker og svakheter. Jeg vet hva hun er god for, og hun vet hva jeg er god for. Det at vi har tillit til hverandre gjør at vi også blir tryggere på oss selv. En vann-vinn-situasjon, med andre ord. Jeg sikker på at du også har minst én Kari-

na i ditt lag. Spørsmålet blir da hvordan vi sammen kan sørge for at vi får lag som er fylt av slike sterke tillitsforhold.

Folkehjelpa som organisasjon kan aldri vedta at vi skal ha tillit til hverandre. Det vi i SSU ønsker, er å bidra til å legge til rette for trening og utvikling. Det er helt kritisk at vi er trent til å løse de oppdragene vi får, og jevnlig aktivitet er avgjørende for å holde kompetansen vår ved like. Både praktisk kunnskap og sosiale relasjoner er ferskvare, og dette var også utgangspunktet for innføringen av #kontinuerligtrening.

Direktivene våre gir oss utgangspunktet for

Bestselgere

PULSAR Helion
Termisk kikkert
WiFi, Streaming, farger
Innebygget video 8Gb
Oppløsning 640x488
Rekkevidde opptil 2000m
Oppladbart batteri
Vannett



Fra kr. 21.500,-



Fra kr. 14.500,-



Termisk / varmesøkende kikkerter med skarpt bilde og høy oppløsning. For bruk både natt og dag. Se gjennom tåke og regn, busker og kratt. Fantastisk hjelpemiddel for ettersøk av mennesker og dyr.

**TENO ASTRO**

Teno Astro AS
Industriveien 8B
6517 Kristiansund N

Tlf. 7156 5710
www.tenoastro.no
teno@tenoastro.no



Fenix lykter er blant de ledende produsentene i markedet med et bredt utvalg og verdenskjent kvalitet.

Best i test,
terningkast 6
i bladet Jeger
nr.1 2018

Kr. 4195,-



Fenix RC40 med 6000 lumen lysstyrke og rekkevidde på 730m. inkl. oppladbart 7,4V 7,8A Li-ion batteri

Terntingkast 6
i bladet JAKT
nr.5 2018



Kr. 1499,-

HP30R

Fenix HP30R 1750 lumen over 200m rekkevidde. Inkl. 2 stk 18650 batterier.

Spesialpriser til Norsk Folkehjelp og Røde Kors. Be om priser!

hva som kreves av kunnskap, ferdigheter og systemer for å være en operativ sanitetsgruppe. Det betyr at vi har muligheten til å legge føringer på generell basis, men vi kan ikke uten videre styre hvert enkelt medlems innsats og tidsbruk. Vi skal huske på at all vår aktivitet baserer seg på frivillighet.

Samtidig ser vi rundt oss at det stilles krav til deltakerne i alle typer organisasjoner. Skal du spille fotballkamp må du stille på treningene, og skal du være med på konserten må du ha vært på øvingene i forkant. Det nytter ikke å argumentere med at du har ni-øvd på egenhånd eller spilt aldri så mange timer ball alene – alle typer lag blir best av å trene sammen.

Samfunnet vårt er i endring – også helseberedskapen og redningstjenesten. Vi får stadig flere oppdrag, og de går raskere. Dokumentasjonen fra oppdragene blir stadig mer standardisert og vi skal ha registrert

alle lag med ressurser i offentlige register, slik at det er gjort kjent hva vi har av utstyr og kompetanse.

Vi må være med på denne utviklingen, men på våre egne prinsipper. Én mulig vei å gå, kan være gruppegodkjenninger. I praksis kan dette bety at det stilles noen krav til mengde treningstimer, kurs eller deltakelse på aksjoner i løpet av et år.

Hvis en slik ordning skulle bli realitet, er det viktig at vi er enige om hvordan vi skal gjøre det. Dette skal være et insentiv for å bli bedre og ikke demotivere de som sliter med aktiviteten. Derfor håper jeg at dere nå møtes i lagene for å diskutere dette. Hva burde en slik lags-/gruppegodkjenning inneholde? Hva trenger dere for å kunne innfri disse kravene? Og, ikke minst, hvordan skal vi klare å legge til rette for at et slikt krav oppleves som noe utfordrende og positivt, og ikke noe begrensende eller uoppnåelig.

Til syvende og sist er det den kontrakten vi har inngått med samfunnet som er det viktigste. Det at vi skal stille opp for de som trenger det, med kompetente mannskaper. Og det er det som må være målet med en slik ordning; vi skal bli enda bedre på å utgjøre en forskjell for de som trenger det – vi kan tross alt være deres eneste håp.

Det er aldri lett å skulle finne veien i et tereng man ikke kjenner, og kanskje spesielt når man ikke vet hvor veien går. Samtidig vet jeg at det ikke finnes bedre folk å gå den opp den sammen med enn de dyktige mannskaper fra Norsk Folkehjelp Sanitet.

Inspill i denne debatten sendes til:
ssu.1nestleder@npaid.org.

FAKTA

SLIK PAKKER LINDA SKREDSEKKEN

- I sekken min har jeg alt jeg trenger av redningsutstyr, som spade, søkestang og sender/mottaker.
- I tillegg har jeg et lite førstehjelpssett og varme klær i tilfelle jeg blir stående lenge et sted. Klærne kan selvfølgelig også være til hjelp hvis pårørende eller pasienter er kalde.
- Jeg har flere ting, som redningsduk og liggeunderlag, som bare er for å hindre nedkjøling.
- Jeg har hele tiden med meg litt mat og vann slik at at jeg klarer meg noen timer hvis jeg plutselig blir stående på fjellet alene.
- Det kan også være lurt å ha med seg en leatherman, et lite tau, skriveblokk og blyant, fyrstikker og stearinlys - ting som gjør at du kan klare deg i flest mulig situasjoner hvis det plutselig trengs.



Linda Cecilia Haaland er fagleder i skredgruppa i Norsk Folkehjelp Tromsø og langt over gjennomsnittet interessert i vinter, skred og snø. Foto: Ida Kroksæter

jobb. Når du trener så ofte som vi gjør, føler du deg også til slutt trygg på hva du skal gjøre i en krisesituasjon, sier hun.

Følger værmeldingen

Haaland kan mer enn de fleste om snø, og følger værmeldingen nærmest dag for dag gjennom vinteren – både for å finne de beste stedene å kjøre på ski, men også for være oppdatert på forholdene hvis alarmen skulle gå.

– Noen ganger endrer snøen seg bare ut ifra hvor du er. Ute ved kysten kan det for eksempel være én type snø, og en halvtimes kjøretur innenlands er snøen helt annerledes. Det gjelder å bli så godt kjent med snøen begge stedene at du vet hva du skal gjøre

når noe plutselig skjer.

Ett av faglederens ansvarsområder er å avgjøre om det er trygt å sende mannskapene inn i et skredområde.

– Hvis jeg sender mannskapene inn i et område må jeg være helt trygg på at det er sikkert for dem å gå inn. Hvis jeg følger med på snøen gjennom hele vinteren og vet hvordan den har forandret seg etter hvert snøfall, og for hver gang det var plussgrader ute, så er jeg i stand til å ta en avgjørelse mye raskere, sier Haaland.

Toppturinteressen øker

Interessen for Tromsø som skidestinasjon har eksplodert de siste årene. Turister fra

inn- og utland er ikke bare oftere på tur i fjellene rundt byen – de går også på langt flere og brattere fjell enn bare for få år siden.

– Det er mulig å kjøpe veldig bra skiutstyr i dag som gjør at du kan komme deg på de mest fantastiske fjelltoppene uten å ha mye erfaring fra før. Det er på mange måter en positiv ting, men det er også litt skummelt. Du kan jo ikke kjøpe med skredkunnskapen i samme slengen. Den må du faktisk lære deg og det kan ta lang tid, sier Haaland.

Landsmøtet 2019:

Sammen setter vi kursen videre for Norsk Folkehjelp

I august 2019 avholdes neste landsmøte på Gardermoen. Vi håper å se (og høre) mange sanitetsengasjerte medlemmer der, og ikke minst håper vi på en levende debatt i lokallag og regioner i forkant.

TEKST: LIVE KUMMEN, LEDER I
SENTRALT SANITETSUTVALG

Hvorfor engasjere seg i landsmøtet?

Landsmøtet er medlemmenes største mulighet til å påvirke hva Norsk Folkehjelp skal være, hva vi skal gjøre og hvordan vi skal gjøre det. Landsmøtet avholdes hvert fjerde år og er organisasjonens høyeste myndighet. Bestemmelsene som gjøres her, vil være gjeldende for hele organisasjonen og gir føringer for arbeidet til styret og administrasjonen. Dersom du har en sak du brenner for, en endring du ønsker gjennomført eller prioriteringer du gjerne skulle ha endret, så bør du gjøre din stemme hørt på landsmøtet.

Hva skjer på landsmøtet?

Landsmøtet har noen faste poster på dagsorden, med mulighet for å komme med innspill og forslag:

Prinsippprogrammet:

Dette er styringsdokumentet som sier hvem vi er og hva vi gjør. Det gir grunnlag for alt arbeid i organisasjonen, både nasjonalt og internasjonalt. Det gir tradisjonelt sett ikke føringer for prioriteringer mellom fagområder eller satsninger.

Vedtekter:

Disse beskriver hvordan vi er organisert. De skal være et verktøy for organisasjonen i daglig drift, men også beskrive hvordan vi forholder oss i mer ekstraordinære situasjoner.

Overordnede prioriteringer:

Gjennom dette dokumentet gir landsmøtet føringer for hvilke satsninger som skal særlig prioriteres i kommende periode. Dette skal gjenspeiles i strategier, handlingsplaner og ikke minst i resultatene de neste årene.

Valg:

Her velges hvem som skal styre organisasjonen de neste fire årene. En del av plassene i styret velges i andre beslutningsfora, men det er sentrale og viktige verv som er på valg på landsmøtet.

Innkommne forslag:

Dersom du har et forslag til organisasjonen som ikke faller naturlig under de nevnte do-

kumentene er det likevel mulighet til å sende dette til behandling på landsmøtet.

Hvordan går jeg frem for å engasjere meg?

Engasjement på alle nivåer er avgjørende for et godt landsmøte, ikke minst for å sikre god forankring av vedtakene som blir gjort. Det er altså mange mulige innfallsvinkler for å engasjere seg, og slett ikke alle innebærer å stå på en talerstol foran en fullsatt sal.

Det første du må gjøre for å engasjere deg, er å delta på lokallagets årsmøte. Alle innspill og forslag til landsmøtet skal være organisatorisk forankret. Det betyr at forslaget må være vedtatt på årsmøte/representantskapsmøte i et av organisasjonsleddene, og at det ikke er mulighet for enkeltmedlemmer til å sende inn forslag på vegne av seg selv. På årsmøtet har du mulighet til å påvirke innspillene som sendes inn, og dette er en viktig mulighet for lokallaget til å drøfte overordnede spørsmål for organisasjonen.

Lokallag og regioner sender delegater til landsmøtet, og antall delegater fra lokallaget er avhengig av antall medlemmer. Dersom du ønsker å bli delegat, må du bli valgt på årsmøtet - noe som forutsetter at du har betalt medlemsavgiften din innen 31. januar.



Avstemning under forrige landsmøte. Foto: Torunn Aaslund

Hvis du skulle være så heldig at du blir valgt som delegat, vil du få tilsendt sakspapirer med styrets innstilling senest fire uker før landsmøtet, altså i juli. Da er det viktig å forberede seg godt, sette seg inn i dokumentene og drøfte sakene med lokallaget og andre delegater. Styrets innstilling inkluderer ikke nødvendigvis alle forslag og innspill, og da er det viktig å ta stilling til om man likevel vil opprettholde forslaget. Planlegg gjerne innlegg med dertil hørende argumentasjon i god tid. Støtte og gode forberedelser gjør at det blir både mer morsomt og mindre skummelt når du møter opp på Gardermoen i august.

Hva må lokallaget huske på?

For å sikre god forankring og at landsmøtet skal bli så effektivt som mulig, er det viktig med en ryddig prosess i forkant. Med det følger det en del tidsfrister man må forholde seg til. Innen kort tid vil lokallaget motta styrets innstilling til landsmøtedokumenter.

Disse vil være et naturlig utgangspunkt for diskusjon og drøfting på årsmøtene lokalt og regionalt.

På bakgrunn av forslagene som kommer inn, vil styret utarbeide en ny innstilling som sendes ut senest fire uker før landsmøtet. Det er kun forslag som er sendt inn innen tre måneder før landsmøtet som kan opprettholdes, det er altså ikke anledning til å komme med helt nye forslag på selve landsmøtet.

Her en liten huskeliste for lokallagsstyret:

- Minn alle medlemmer på å betale medlemskontingent innen 31. januar – særlig de som er aktuelle som delegater
- Avhold årsmøte innen utgangen av februar, og husk å behandle og protokollføre:
 - Saker til landsmøtet
 - Valg av delegater med vararepresentanter til landsmøtet

- Under budsjett legge inn midler til landsmøtedeltakelse for delegatene
- Send inn alle forslag og meld inn landsmøtedelegatene til styret senest 23. mai.

Viktig!

Landsmøtet er ikke bare en viktig arena – det er også gøy, spennende, hektisk og sosialt. Dersom frister, regler og formalia kan virke litt skremmende, er det lov å få tips av erfarne fjellfolk. Sentralt Sanitetsutvalg skal også gjøre sitt beste for å veilede og skape engasjement frem mot et spennende og vellykket landsmøte i 2019.



Norsk Folkehjelp

**WHEN YOU CAN'T
CHOOSE THE CONDITIONS,
CHOOSE LIKE A PRO**

Norwegian People's Aid is a search and rescue organization responding to over 300 rescue calls every year. Extensive training and solid equipment are essential for saving lives under demanding conditions: 365 days a year, no matter the weather, our volunteers are ready.



TRUSTED BY
PROFESSIONALS



ALIVE
SINCE / 1877



SENTRALE KURS 2019

Ta vår topputdanning og bli:

Førstehjelpsinstruktør · Søk- og redningsinstruktør · Operativ leder

Tid og sted: 22. - 30. juni på Politihøgskolens utdanningssenter på Kongsvinger

Sett av datoen allerede nå!

Mer informasjon kommer på www.folkehjelp.no



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no

60.000 til sommercampen



John Leirvaag fra NTL overrekker gaven til Espen Bruun fra Norsk Folkehjelp. Foto: Are Stranden

Norsk Folkehjelp Sanitetsungdom fikk overrakt en gave på 60.000 kroner på NTLs landsmøte. Den skal brukes på sommercampen 2019.

TEKST: ARE STRANDEN

– Istedenfor å gi en gave til alle landsmøtedelegatene har NTL bestemt at gaven fra Sparebank 1 skal tilfalle sanitetsungdommen og deres årlige sommerleir for barn og unge. De trenger vår støtte, sier avtroppende forbundsleder John Leirvaag.

– Denne gaven er en veldig hyggelig overraskelse! Det er stor stas når andre ser og anerkjenner den jobben og innsatsen vi gjør for våre ungdomsmedlemmer, sier Espen Bruun, rådgiver for Sanitetsungdom.

Årets sommercamp var den største hittil, med over 40 deltakere fra hele landet. Nå satses det videre mot en enda større camp neste år:

– Nå kan vi tenke større og heve oss enda noen hakk på både innhold og opplegg til neste sommer.



Genseren er laget etter idé fra NF Hamar. Sentralt Ungdomsutvalg Sanitet takker for initiativet!

Årets julegave til ungdommene!

Størrelse xs-xxl

Bestilles hos <https://butikk.folkehjelp.no/>

295,-
pluss frakt



Sanitetsungdom på tur

Her er noen glimt fra høstens turer med sanitetsungdommen i Stavanger og på Andøy:





Det er på tide å se på hvilken plass nettbrettene skal ha i utdanningen vår. Foto: Ida Kroksæter

Bør nettbrett være en del av søk- og redningsopplæringen?

Nettbrettene har gitt oss bedre samhandling i felt. Mange grupper har nå flere års erfaring med det nye verktøyet, og det er på tide at vi ser nærmere på hvilken plass de skal ha i søk- og redningsutdanningen.

TEKST: RUNI PUTTEN, RÅDGIVER FOR KURS OG UTDANNING I NORSK FOLKEHJELP

Nettbrettene har vakt oppsikt hos våre samarbeidspartnere i redningstjenesten, og det har vært et prosjekt som har satt et viktig fokus på effektivitet og tempo i søk-

og redningsinnsats de siste årene.

Vi anslår at tiden vi bruker på å organisere oss og dele informasjon under en leteaksjon er kuttet med en tredel sammenlignet med da vi brukte GPS, og det var nettopp det som har vært målet: Nettbrettene skal være et hjelpemiddel som skal bidra til at den savnede blir funnet raskere, og at flere dermed blir funnet i live.

Over 40 grupper med brett

Stadig flere lokallag er blitt innlemmet i prosjektet, og nå har over 40 av gruppene våre gått gjennom egen kursing og fått utdelt brett og tilbehør.

Det betyr at mange av våre mannskaper i

dag er utstyrt med nettbrett under oppdrag – men uten at det finnes noen formell opplæring for nye mannskaper. I verste fall kan dette føre til at vi ikke utnytter brettene maksimalt når vi er ute i felt.

Vi ser derfor nå på muligheten for å legge dette inn i søk- og redningsutdanningen. Det er viktig at dere instruktører får kompetansen og verktøyene til å undervise fremtidige mannskaper i digital samhandling under oppdrag.

Avgjørende med trening

I tillegg til å formalisere opplæringen, er det også avgjørende at lagene trener godt på å bruke nettbrettene i felt, slik at vi kan utnytte dem best mulig når det virkelig gjelder.



Foto: Roger Bjerknes

Helgebasert instruktørkurs i søk og redning

Som et prøveprosjekt har vi i år gjennomført et helgebasert instruktørkurs i søk og redning. Det har vært to fine helger i naturskjønne områder på Sørmarka.

Et klasserom som ligger rett utenfor døra, er det vi alle ønsker oss som instruktører i søk og redning. Også denne gangen innfridde dette. Resultatet er fire nye instruktører som på sin side har fått nye bekjenskaper og ny lærdom.

Noen av erfaringene fra gjennomføringen

er at denne type opplæring krever mer selvstendighet og aksjonserfaring av deltakerne enn ved de vanlige ukeskursene. Deltakerne må også være strukturerte, bruke tiden godt mellom samlingene og være godt forberedt når de møtes.

Vi gratulerer våre fire nye instruktører og regner med at de er motiverte til å starte opplæring av mannskaper både i og utenfor eget lag!

Evalueringene fra dette kurset er oversendt til Sentralt Sanitetsutvalg, som igjen vil vurdere om dette er noe vi skal fortsette med til neste år.

SI DIN MENING!

Vi trenger innspill og erfaringer fra deg som søk- og redningsinstruktør til hvordan denne viktige opplæringen kan innlemmes i dagens søk- og redningsutdanning.

Vi starter denne prosessen på årets instruktørsamling, men tar også imot innspill fra dere som ikke får tatt turen på instruktørsamlingen i år.

Revidering av utdanningsplan for kvalifisert nivå førstehjelp (KNF)

Tiden er inne for å revidere utdanningsplanen for KNF.

De som har størst forutsetning til å komme med nyttige innspill i denne sammenheng er dere instruktører.

Det er viktig at deres erfaringer med utdanningsplanen blir formidlet til Sentralt Sanitetsutvalg (SSU), slik at de kan ta dette med seg inn i arbeidet med revideringen.

SSU ønsker innspill på:

- Oppsett og struktur
- Innhold
- Mangler i forhold til faglige presiseringer
- Trenger dere en bedre plan for gjennomføring?
- Annet som dere anser er viktig i en revidering

Innspill sendes til sanitet@npaid.org.



Norsk Folkehjelp hadde to delegater på årets IKAR-kongress. Nyheter og erfaringer fra årets største samling for det internasjonale fjellredningsmiljøet kommer i neste fagblad. Foto: Live Kummen og Vegard Olsen.

Fjellredning på agendaen

Den internasjonale fjellredningskommisjonen (IKAR) fyller 70 år i 2018. Dette ble markert med å legge årets kongress til Chamonix i de franske alpene.

TEKST: LIVE KUMMEN

Med sine attraktive og høye fjell er Chamonix et eldorado for alpin fjellsport og dermed også et utgangspunkt for mange og komplekse redningsaksjoner.

383 deltakere fra 32 land var samlet for

erfaringsutveksling og drøfting av ny kunnskap i de ulike kommisjonene, en aktivitetsdag ute med demonstrasjoner av utstyr og metodikk, samt den årlige generalforsamlingen.

Selve 70-årsjubileet ble markert med en demonstrasjon av utviklingen av alpin redningstjeneste gjennom tidene. Historien begynte med 50-tallets metodikk med rappell ned fra fjellveggen med den skadde på ryggen og enkelt båremateriell. En naturlig avslutning var moderne redning hvor helikopter med heis står sentralt. Spennet var stort, både når det gjaldt utstyr, sikkerhet og effektivitet, og utviklingen fortsetter vi-

dere i stadig hurtigere tempo.

Temaet for kongressen i år var *klimaendringenes påvirkning på fjellredning*, og utfordringer som isolerte samfunn på grunn av skredfare og utvikling av isbreer sto på programmet. På årets generalforsamling kunne vi ønske Norsk Luftambulanseløse og 330-skvadronen velkommen som nye medlemmer i kommisjonen.

Norsk Folkehjelp hadde i år to representanter på kongressen, og i neste nummer av fagbladet vil vi presentere faglige nyheter og nyttige erfaringer fra det internasjonale fjellredningsmiljøet.



Eksklusive premier i vervebutikken!

Norsk Folkehjelp har en ambisjon om å vokse seg enda større.
Du kan bidra – og hente ut flotte premiere for innsatsen!

Registrer alle medlemmene du verver for å samle poeng til flotte personlige premier:

Rite in the rain-blokk • Termokopp • Drikkeflaske • Caps med folkehjelpslogo
Sanitetsmannskaper kan også hente ut en softshell uniformsjakke

Les mer om kampanjen og se resten av premiene på www.folkehjelp.no/medlem/vervepremier



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no



Dagens redningsmannskap har mye utstyr som må lades etter aksjon eller øvelse. Foto: Ida Kroksæter

El-sikkerhet med en vri



Peter Harholt er andre nestleder i Sentralt Sanitetsutvalg og beredskapsleder i Norsk Folkehjelp Nesset.

Har du kommentarer, spørsmål eller innspill til spalten, send en epost til SentraltSanitetsutvalg2@npaid.org

For elektrisitet finnes lovverk og regler som reguler hvem som kan gjøre hva og hvordan det skal gjøres. Som vanlig forbruker kan man likevel finne på litt av hvert uten at det nødvendigvis er beskrevet i lovverket – eller er så veldig smart.

Det bør være nødvendig å nevne at skjøteledninger og kabelsalaten bak tv-en kan være brannfarlig. Man bør likevel være obs på enkelte ting som kan by på problemer selv om det ser aldri så ryddig og lovlig ut.

- Små USB-ladere, strømforsyninger og tilsvarende er ofte beregnet for å brukes for

seg selv. Settes disse tett inntil hverandre blir det for lite kjøling og det kan fort bli varmgang – selv om de står i veggmonterte stikkontakter av ypperste klasse.

- Lading av batterier til telefoner, lykter og batteribanker gjør nok de fleste av oss hver dag, og det er blitt vanligere å kjøpe billige ladere og batterier på ebay eller tilsvarende nettsider. Uttrykket *for godt til å være sant* passer ofte bra for disse tilbudene, for eksempel når:
 - Batterikapasiteten er vesentlig større enn det lar seg gjøre å produsere
 - Prisen er usannsynlig lav
 - Merkenavnet er lite anerkjent, eller batteriene er umerket

Kopier med mangler

Dessverre har det dukket opp flere norske



Små-elektrisk utstyr har blitt kompakt og smått de siste årene, men det trengs likevel kjøling. Står de samlet som vist her, øker temperaturen betydelig.
Foto: Peter Harholt



En større lader med mange USB-stikk tar både mindre plass, er sikrere og mer ryddig enn mange enkeltladere.

nettbutikker som selger disse tvilsomme varene som om de var godkjent av riktige instanser. CE er en av disse godkjenningene, og det står for Conformité Européenne (den europeiske samsvarskomiteen) men på varer med tvilsom kvalitet har merket litt annenledes utforming og betyr noe i retning av China Export.

El-varer av tvilsom kvalitet fra Østen er gjerne en dårlig kopi av gode originaler, med komponenter som er byttet ut med billigere utgaver, eller rett og slett fjernet helt. Vi har for eksempel sett LED-pærer, mobilladere og powerbanker som setter DAB-radioer ut av spill fordi de sender ut uønsket radiostøy.

12 volt vs. 240 volt

Lysverkets blå karamell er vel ingen begeistring for, og de fleste har derfor respekt for strikkepinner i stikkontakten, men er 12 volt som du har i bilen, båten eller på hytta like farlig? Svaret er både ja og nei. Det er hverken farlig eller smertefullt å berøre 12 volt, men det er likevel noen feller å gå i.

Strømførende ledninger dimensjoneres etter hvilken strøm (ampere) som de er tenkt å belastes med, i tillegg til en del andre faktorer. Eksempelvis krever 10 ampere hjemme i stua tilsvarende kabeltverrsnitt som 10 ampere i bilen for å unngå varmgang. Forenklet sagt er spenningsfallet i en leder målt over samme avstand, likt både i bilen og hjemme i stua. Utfordringen med 12 volt er at et spenningsfall på for eksempel 6 volt minsker effekten for en forbruker med 50 prosent og gir for eksempel svært dårlig lys i et arbeidslys bak på lagsbilen. Brukes tilsvarende kabel hjemme i huset med like stor strøm vil det også bli 6 volt spenningsfall, men bare 2,6 prosent mindre effekt hos forbrukeren.

Biler, beredskapshengere og annet utstyr som vi har i den frivillige redningstjenesten blir ofte utstyrt med mye forskjellig utstyr som krever strøm, og husk at underdimensjonerte 12 volts anlegg med for store sikringer kan være like brannfarlig som dårlige elektriske kanlegg i hus og heim.

Kabler og fordelinger til ladeutstyr og lignende må festes, plasseres og beskyttes slik at det ikke oppstår skader når annet løst utstyr rister rundt omkring i en tilhenger under kjøring. Det beste er å overdimensjonere kablene, de bør være så kort som mulig og det må være sikringer plassert nært batterier eller strømforsyninger.

Med andre ord så kan feil montering og bruk av 12 volts utstyr være vel så brannfarlig som hjemmesnekra sikringsskap, selv om det ikke er samme krav til hvem som gjør jobben og dokumentasjon.



Norsk Folkehjelp Hamar på stand i Hamar sentrum tidligere i år. Foto: Norsk Folkehjelp Hamar

Over 2.300 nye medlemmer i Norsk Folkehjelp i år

– Det er formidabel innsats som legges ned for at organisasjonen og lokallagene skal vokse, sier Live Kummen, leder i sentralt sanitetsutvalg.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Den store vervekampanjen flyr videre, og organisasjonen er dermed godt i rute for å nå målet om 10 prosent vekst innen neste års landsmøte.

Mange lokallag har i løpet av året prøvd ut nye metoder og steder for å verve flere

medlemmer, og tilbakemeldingene fra både lagene og publikum er gode.

– Det å være ute med stand og uniform på steder der man møter mye folk, gjør laget mer synlig i lokalsamfunnet. Vi får høre om mange positive tilbakemeldinger fra folk som enten møter oss for første gang, eller blir litt bedre kjent med oss på denne måten, sier Kummen.

De ti beste lagene i 2018:

1. Norsk Folkehjelp Hå [222]
2. Norsk Folkehjelp Strand og Forsand [154]
3. Norsk Folkehjelp Nordreisa [120]
4. Norsk Folkehjelp Oslo [104]
5. Norsk Folkehjelp Bergen [102]

6. Norsk Folkehjelp Jæren [89]
7. Norsk Folkehjelp Sanitet Haukeland [86]
8. Norsk Folkehjelp Moelv og omegn [75]
9. Norsk Folkehjelp Nedre Glomma [61]
10. Norsk Folkehjelp Horten [44]

De ti beste ververne i 2018:

1. Roy Kenneth Håland [140]
2. Anne Åsheim [70]
3. Cato Grytten [49]
4. Kristine Notvik [39]
5. Yvonne Remes [32]
6. Heidi Martinsen [29]
7. Steffen Vang Bakkland [28]
8. Borge Hognestad [28]
9. Rune Solmyr [26]
10. Desiree Penzo [26]

ENHET FOR REDNINGSTJENESTE OG FØRSTEHJELP



Organisasjonssjef

Jon Halvorsen
926 71 187
jonh@npaid.org



Rådgiver og
fagutvikler
Erlend Aarsæther
934 59 282
erlenda@npaid.org



Rådgiver
region sør-øst
Ronny Frantzen
407 22 237
ronnyf@npaid.org



Rådgiver region vest
og sanitetsungdom
Espen Brække
971 70 468
espenb@npaid.org

Følger du oss i sosiale medier?

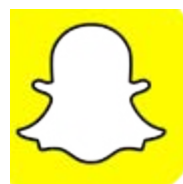
Har du noe du vil dele med oss, bruk
hashtaggene **#nfsanitet** og **#kontinuerligtrening**.



Følg oss på Instagram!
@nfsanitet



Lik oss på Facebook!
Norsk Folkehjelp Sanitet



Følg oss på Snapchat!
nfsanitet

Glimt fra lokallagene



Rådgiver
kurs og utdanning
Runi Putten
908 54 720
runi@npaid.org



Rådgiver region nord
og snøskred
Vegard S. Olsen
992 42 951
vegardo@npaid.org



Rådgiver
sanitetsungdom
Espen Bruun
995 10 666
espen.bruun@npaid.org



Rådgiver region øst
og førstehjelp
Jonas Vikran Hagen
952 65 727
jonasv@npaid.org



Kommunikasjonsrådgiver
Ida Kroksæter
456 14 852
idakr@npaid.org

Sentralt

FAGKONFERANSEN

**Gardermoen,
5. - 7. april**

Merk deg datoen og sett av helga til den største faglige møteplassen for alle våre mannskaper og Sanitetsungdom.



SENTRALE KURS

**Kongsvinger,
22. - 30. juni**

Årets eneste mulighet til å bli førstehjelpsinstruktør, søk- og redningsinstruktør eller operativ leder.

SOMMERCAMP

**Bolten i Lysebotn,
29. juni - 7. juli**

Sommercamp i Lysebotn er blitt en suksess, med rekordtakelse to år på rad. Ikke gå glipp av sommerens høydepunkt for ungdom!



LANDSMØTE 2019

**Gardermoen,
23. - 25. august**

Bli med og sett retningen for Norsk Folkehjelp for de neste årene!



SOMMERCAMP 2019

LYSEBOTN, 29. JUNI - 7. JULI

**KANOTURER – BADING – FØRSTEHJELP – FJELLTURER – TUR TIL PREIKESTOLEN OG KJERAG
OVERNATTING UTENDØRS – REDNINGSTJENESTE – MATLAGING OG MYE MER**

Mer informasjon kommer – sett av uka allerede nå!



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no

Fagblad SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

www.folkehjelp.no



På øvelse med Norsk Folkehjelp Moelv og Omegn vinteren 2017. Foto: Betzy A. K. Thangstad



Norsk Folkehjelp