



FAGBLAD

SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

3/2019



NY LEDER FOR SANITETEN

– Det er med ærefrykt jeg tar på meg denne oppgaven, sier Vegard Eidissen Lindbæk.

Ny rekord
for sommercampen

Sentrale kurs
med amerikansk besøk

Veien videre
etter landsmøtet



Nye uniformsplagg i nettbutikken!

Nå har du mulighet til å utvide uniformssettet med:
Teknisk fleecejakke • Primaloftjakke • T-skjorte i merinoull • Shorts

Mer informasjon om plaggene finner du på www.folkehjelp.no/nettbutikk



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no

SANITET

UTGIVER: Norsk Folkehjelp
Nr 3 - 2019. Årgang 11

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:
Ida Kroksæter, Sissel Fantoft, Espen Bruun,
Runi Putten, Peter Harholt, Live Kummen,
Vegard Eidissen Lindbæk

BILDER:
Espen Brekke, Ida Kroksæter, Ellen Johanne Jarli, Kath-
rine Østbye, Evelyn Støen og Camilla Acklam,
Peter Harholt

FORSIDEBILDET:
Vegard Eidissen Lindbæk, nyvalgt leder
for Norsk Folkehjelp Sanitet
Foto: Ida Kroksæter

FOTO PÅ DENNE SIDEN:
Foto: Ida Kroksæter og Ellen Johanne Jarli

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.



Folkehjelpsfigur til salg 05

Selger ny figur til lokale bedrifter

Sanitetens nye leder 06

Om veien videre og nye satsinger

Stolt minister 10

Samfunnssikkerhetsministeren gjestet landsmøtet

Alt om sentrale kurs 12

Nye instruktører og ledere er klare til innsats

Sommercampsuksess 20

Nok et rekordår i Lysebotn

Erfaringer med kursgjennomføring 24

Bredt samarbeid i øst gir kurssuksess

«Kulturen som er bygget opp, må vi jobbe for å beholde og videreutvikle»

Startskuddet har gått for en ny landsmøteperiode, og vi kan samtidig se tilbake på fire år med utvikling og vekst. For oss i Sentralt Sanitetsutvalg har det handlet om å bygge en frivillig redningstjeneste med fokus på aktivitet og #kontinuerligtrening fremfor byråkrati og konflikter. Det har vært viktig å tilrettelegge for at frivillige får bruke fritiden sin til formålet, slik at kokken, legen, elektrikeren, og økonomen kan møtes og fokusere på å bli dyktige mannskaper i redningstjenesten.

Alle små og store grep - ny uniform, reviderte utdanningsplaner, nødnett, digitalisering, akutthjelp, sommerleir, beredskapssekk, IKAR, fagkonferansen og instruktørsamlinger, for å nevne noe - har hatt som formål å bidra til kulturen vi ønsker oss i Norsk Folkehjelp Sanitet. Å bygge en god kultur er avhengig av at alle drar i samme retning, og det har vi virkelig opplevd at saniteten har gjort i denne perioden. Slik har vi blitt større, sterkere og tydeligere!

Landsmøtet 2019 gjorde mange valg som vil gi et godt rammeverk for videre utvikling. Den kanskje viktigste avgjørelsen var å avvikle regionene fra 2020, til fordel for en organisering av saniteten etter politidistrikt i en skalerbar og fleksibel modell som gjør at organiseringen kan tilpasses lokale behov. Landsmøtets veivalg kan

du lese mer om i dette bladet. Jeg, Stein Arnold, Peter, Vegard, Sondre Emil, Roger og Ida takker for tilliten og samarbeidet de siste fire årene, og jeg er glad for å kunne overlate roret i Vegard Lindbæk sine kyndige hender. Sammen går vi - som debatt-heftet til landsmøtet sa - fokusert, dyktig og stolt mot 2030!

*Live Kummen,
leder i Sentralt Sanitets-
utvalg 2013-2019*



Når Live nå overlater roret til meg, Monica, Peter, Tea, Roger og Kathrine, er det en solid skute vi overtar - og kursen satte dere på landsmøtet. Vi ønsker fortsatt å bli større, sterkere og tydeligere. Kulturen som er bygget opp, må vi jobbe for å beholde og videreutvikle. Det er vi mannskaper som sammen skaper denne kulturen.

Veien videre går uten regionene. Det betyr ikke at lokallagene ikke skal samarbeide. Nå må lagene selv finne sammen for kurs, øvelser og samarbeid. Det kan være at lag geografisk nært hverandre, eller lag med samme fagfelt, møtes. Eksempelvis kan lag med interesse for snøskred, bratt redning andre spesialfelt møtes for kurs og erfaringsutveksling. Jeg utfordrer også de lagene som kjører kurs til å invitere lag i sitt nærområde til å delta. Også på store vakter kan vi samarbeide, slik som det gjøres under Norway Cup i Oslo. Det skaper felles erfaringer og samhold.

Kulturen vi har i Norge med frivillig redningstjeneste skal vi være stolte av. Ingen er så motiverte og dedikerte for å gjøre en god innsats som oss frivillige - vi er der frivillig nettopp fordi vi ønsker å bidra. Men regjeringen må også ta ansvar, og vi skal jobbe videre for økt tilskudd og avgiftsfritak på utstyr og kjøretøy.

Det er en styrke i saniteten at Sentralt Sanitetsutvalg består av operative mannskaper som rykker ut på aksjoner, er på vakter og driver lokale lag. Det er vi mannskaper som best vet hvor skoen trykker. Jeg er stolt av tilliten jeg har fått, og gleder meg til å ta fatt på oppgaven med å lede saniteten videre.

*Vegard Eidissen Lindbæk,
leder i Sentralt Sanitets-
utvalg*





Figuren med ett av Norsk Folkehjelp Strand og Forsands mannskaper som modell, er laget etter inspirasjon fra den islandske redningstjenesten. Foto: Ida Kroksæter

Tester folkehjelpsfigur som ny inntektskilde

– Så langt er det ingen som har sagt direkte nei, sier Morten Næss, sekretær i Norsk Folkehjelp Strand og Forsand.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Figuren har lokallaget selv fått laget, etter inspirasjon fra den islandske redningstjenesten, som årlig produserer lignende figurer og nøkkelringer til inntekt for redningsgruppene sine. På Island er det blitt en tradisjon å støtte redningstjenesten på denne måten, og Landsbjørg selger rundt 70.000 nøkkelringer hvert år.

Figuren som Strand og Forsand har fått produsert, er en 3D-modell av ett av lagets medlemmer, og er svært detaljert.

– Vi fikk ett av våre medlemmer til å stille i full uniform med sekk og tok bilder fra alle vinkler. Vi fikk tilbake en 3D-tegning og bestilte en prøvefigur. Vi gjorde noen justeringer og kontaktet Helly Hansen for å få den godkjent av dem. Vi ble veldig imponert over detaljnivået på figuren, forteller Næss.

Ingen sier nei

– Vi har valgt å selge dem for 5.000 kroner og driver nå oppsøkende virksomhet. Av de bedriftene vi oppsøker med personlig kontakt, tror jeg ikke noen har sagt direkte nei ennå, forteller han.

De ønsker også å selge figuren videre til andre folkehjelpslag i landet, og de første bestillingene fra andre lag har allerede kommet.

– Lag kan kjøpe den fra oss for 500 kroner, og hvis de da selger den videre for 5.000, så tjener de litt på hver figur, sier Næss.

Styret i Strand og Forsand vil på neste møte avgjøre om det skal lages ny figur til 2020.

– Kan brukes til så mangt

Årets produksjon kom litt seint i gang, og det ble sommer før de første figurene var klare til salg. En eventuell ny figur for 2020 vil forhåpentligvis være klar mye tidligere.

– En slik figur er et fint bevis på at bedriften støtter lokal beredskap. Regnskapsfirmaet vårt var de første som bestilte den. De satte den i resepsjonen og la ut bilde på Facebook. Figuren kan brukes til så mangt, det er egentlig bare fantasien som setter grenser, sier Næss.



Et nytt SSU skal lede saniteten i neste landsmøteperiode. Fra venstre: Roger Bjerknes (vara) Peter Harholt (andre nestleder), Vegard Eidissen Lindbæk (leder), Monica Nervik (første nestleder) og Tea Næss (representant fra SUS). Kathrine Østbye er nytt varamedlem, men er ikke med på bildet.

Sanitetens nye leder om:

- De viktigste sakene for SSU de neste årene
- Landsmøtets største beslutninger
- Videre satsing på kurs og faglig utvikling

– Vi har ikke råd til at Sentralt Sanitetsutvalg mislykkes, sier Vegard Eidissen Lindbæk.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Han legger dermed et betydelig press på seg selv og resten av utvalget som nå skal lede saniteten mot videre vekst og utvikling.

– Men først: Hvordan blir det å ta over som leder etter Live Kummen?

– Det er det spørsmålet jeg får mest. Hun og resten av Sentralt Sanitetsutvalg (SSU) har gjort en formidabel jobb for saniteten, men det betyr også at de har bygd opp noe som man kan bygge videre på. Vi trengte en

leder til å stå i fronten da hun kom inn, og det har hun gjort. Jeg kommer ikke til å bli en ny Live, det håper jeg ingen forventer av meg, sier Eidissen Lindbæk.

– Jeg har lyst til å være med og videreutvikle saniteten, både faglig og organisatorisk. Folkehjelpa har vært hobbyen og en stor del av livet mitt i mange år, og det som skjer på nasjonalt plan har også interessert meg.

Erfarent SSU

Den nye lederen trekker fram det sterke faglige fokuset som har stått helt sentralt i utviklingen de siste årene.

– Den faglige profilen vår har utviklet seg voldsomt og fått et mye større fokus. Dette

er noe vi må fortsette med, og e-læring kommer til å spille en stor rolle i årene som kommer. I en moderne faglig profil vil det være enda enklere å kjøre kurs. Vi får høre fra instruktører at dette er krevende og tar mye tid. Vi må møte det på et vis, og da blir e-læring viktig.

Med seg i det nye utvalget har Eidissen Lindbæk to erfarne menn som også satt i SSU i forrige periode: Peter Harholt (andre nestleder) og Roger Bjerknes (vara). Ny første nestleder er Monica Nervik, mens Tea Næss blir representant fra SUS og Kathrine Østbye er nytt varamedlem.

– Ærefrykt

Eidissen Lindbæk kommer opprinnelig fra



Ungdomsdelegatene på landsmøtet 2019. Fra denne helgen av trådte nye SUS i kraft, og utvalget består av: Leder Tea Eide Næss [Norsk Folkehjelp Strand og Forsand], første nestleder Tor-Petter Aronsen [Norsk Folkehjelp Lenangen], andre nestleder Berk Bitmez [Norsk Folkehjelp Oslo], utvalgsmedlem Martine L. Haugen [Norsk Folkehjelp Veggli og Rollag], første varamedlem Silje Opstad [Norsk Folkehjelp Jæren], andre varamedlem Jonathan Wølstad [Norsk Folkehjelp Stavanger]. SUS' representant i sentralstyret er Fredrik Munkvold fra Norsk Folkehjelp Tromsø.

Tromsø og meldte seg inn i Folkehjelpa i 2007. Siden har han flyttet til Finnsnes hvor han jobber som assisterende seksjonsleder i ambulansetjenesten og giftet seg med Margaret - som også er folkehjelper.

- Jeg er veldig glad for at vi har samme hobby, så hun skjønner hva jeg gjør og omvendt. Vi snakker mye om folkehjelpa i hverdagen, sier han.

Siden 2007 har han blitt både førstehjelpsinstruktør, søk- og redningsinstruktør, skredleder og operativ leder. I tillegg jobbet han to og et halvt år på folkehjelpas regionskontor i Tromsø.

- Det er med ærefrykt jeg tar på meg denne oppgaven. Det er en så viktig rolle i organisasjonen og det er ærefullt å få så stor tillit av 2000 mennesker. Vi har ikke råd til at SSU mislykkes. Samtidig gleder jeg meg veldig til å møte lokallagene og menneskene, sier han.

- Hva er de sakene du kommer til å jobbe mest med i årene framover?

- Bedre vilkår for å drive frivillig redningstjeneste, og da snakker jeg om alle våre frivillige - når vi står førstehjelpsvakt på Norway Cup, da er vi Norway Cup sin redningstjeneste.

- I dag har vi noen store og sterke lag, og mange små som ikke har så god økonomi. Den tjenesten vi driver i dag krever mye utstyr og finansiering uansett om du er et stort eller lite lag. Det må bli enklere å få betalt for redningsaksjoner og satsene må bli mye høyere. I dag driver vi i mange tilfeller på underskudd.

- Hva er de største utfordringene for saniteten i dag?

- Å tørre å være mer profesjonelle, selv om vi er frivillige. Det offentlige stiller ikke krav til oss, så vi må stille krav til oss selv. Jeg tror det er positivt for rekrutteringen, og vi får de rette personene inn hvis vi stiller krav til oss selv. Det handler også om at de som skal ta imot tjenesten vår må oppleve oss som profesjonelle.

- Hva er det viktigste som skjedde på landsmøtet for saniteten?

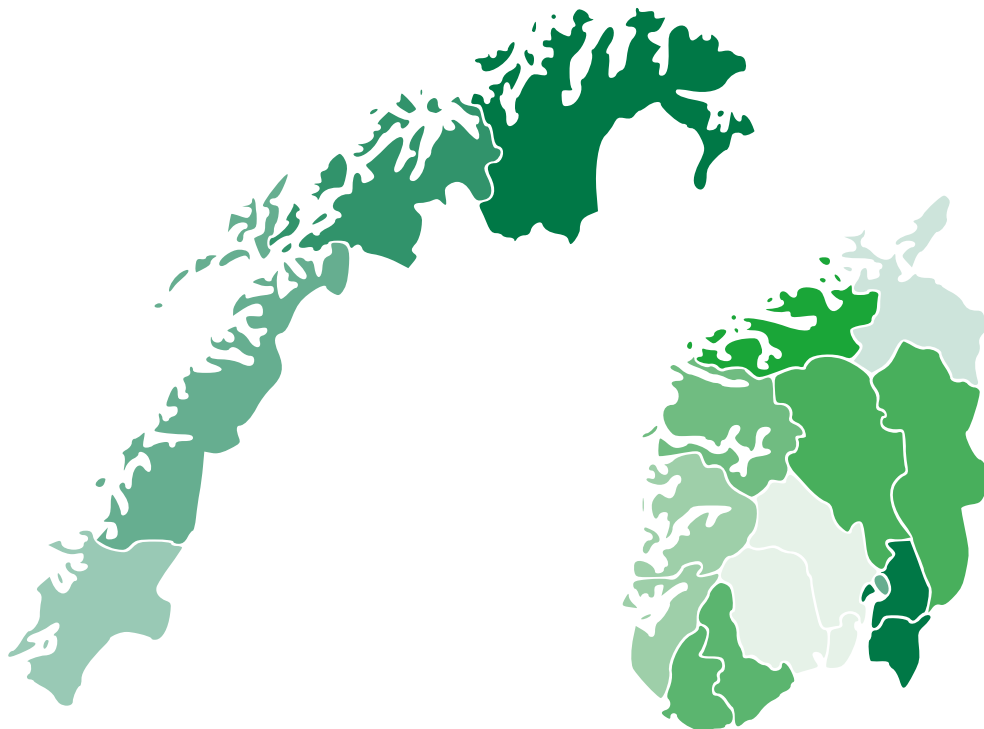
- Det er nok nedleggelsen av regionene. Det gjør at man kan frigjøre tillitsvalgtkapasitet, men samtidig betyr det at lagene må være mer solidariske med hverandre og hjelpe hverandre mer. Det betyr nok også at de store lagene må ta mer ansvar for de små. Vi må alle bli flinkere til å søke samarbeid med de nærliggende lagene for å arrangere øvelser og kurs. Mange steder har regionen finansiert kurs, men det er få

steder de har de tatt arrangøransvar, slik at det likevel er de lokale frivillige som har tatt det ansvaret. Midlene vil nå gå mer målrettet til aktivitet - i stedet for regionsstyremøter med overnatting og reise, vil de nå gå til kurs og aktivitet i lagene.

- Dette er viktig for den moderne frivilligheten der flere vil være i aktivitet, og færre vil gjøre alt det andre. Folk vil bruke fritida på førstehjelpsvakt eller redningsaksjon, de vil ikke være med å administrere alt.

- Hva er dine tanker om de overordnede prioriteringene som ble vedtatt på landsmøtet?

- Det er viktig å gjøre det enklere å være frivillig og tillitsvalgt. Tiden du bruker i organisasjonen må være mer «spot on» på det du skal gjøre. Og så skal vi selvfølgelig fortsette å øke synligheten vår. Det er gjort en stor jobb i løpet av de siste fire årene. Det er nesten bare store konsern som greier å gjøre en profilendring så over natta som det Norsk Folkehjelp Sanitet har gjort. Vi har byttet ut hele uniformsprofilen på kort tid, og det er så tøft å se alle bildene der alle har samme uniform. I årene som kommer må saniteten kanskje rendyrke identiteten sin enda mer, både internt og eksternt.



I 2020 erstattes regionene av et koordinerende mellomledd organisert etter landets politidistrikter.

Slik blir organisasjonen etter regionene

Regionsleddet i Norsk Folkehjelp skal legges ned og erstattes av et koordinerende mellomledd organisert etter politidistriktene.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Det er enighet om at saniteten fortsatt trenger et koordinerende mellomledd mellom lokallag og sentralt hold når regionene forsvinner.

Saniteten har i dag en beredskapsleder per politidistrikt (BLPD) som ivaretar den koordinerende rollen i beredskapsarbeidet. Den nye organiseringen bygger videre på inndelingen per politidistrikt, men er en mer fleksibel ordning enn regionene.

Skalérbar modell

Fra 2020 kan lokallagene i et politidistrikt oppnevne andre fagfunksjoner eller utvalg der de finner det hensiktsmessig. Disse utvalgene kan være innenfor ett politidistrikt,

eller i samarbeid mellom flere distrikter. Utvalgene konstitueres i så fall av de aktuelle lokallagene og oppnevner sin egen leder. «Med en slik skalerbar modell kan man ivareta ulike lokale behov. Det må være knyttet dedikert og desentralisert administrativ oppfølging til alle politidistriktene, samt økonomi som ivaretar utgiftene til BLPD og eventuelt også kostnader knyttet til andre frivillige støttefunksjoner etter behov», står det i vedtaket.

Regionale kurs

Det er nå opp til Sentralt Sanitetsutvalg å ta et overordnet ansvar for at det finnes et årlig tilbud om kursene på mellomnivå (grunnkurs lederskap og grunnkurs instruksjon), men initiativet og gjennomføringen må skje i de ulike politidistriktene. Utgiftene til disse kursene vil dekkes etter søknad til kompetanse- og utviklingsfondet.

Sanitetsungdom

Lag med ungdomsaktivitet vil også koordi-

neres per politidistrikt, med et ungdomsutvalg som vil bestå av minst én ungdom og én voksenleder som er oppnevnt av SUS. Sammen med en ansattressurs skal de gjennomføre felles aktiviteter for lokale grupper i distriktet.

Organisasjonsutvalg

De organisatoriske oppgavene som tidligere har tilfalt regionene, vil fra 2020 overdras til et nytt nasjonalt organisasjonsutvalg. Dette utvalget oppnevnes av sentralstyret og skal bestå av en leder, en nestleder og tre medlemmer. Hovedoppgavene vil blant annet være å tilrettelegge for organisasjonsopplæring og lederutvikling, rådgiving til lokallag i organisatoriske spørsmål, godkjenning av nye lokallag, reetableringer og nedleggelser – samt fordeling av aktivitetsmidler.

Avviklingen av regionene vil skje etter regionenes årsmøter våren 2020.



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



Samfunnssikkerhetsminister Ingvil Smines Tybring-Gjedde holdt innlegg på landsmøtet. Foto: Ida Kroksæter

Samfunnssikkerhetsministeren: – Jeg er veldig stolt av måten redningstjenesten jobber på

Ingvil Smines Tybring-Gjedde ser utfordringene som de frivillige i redningstjenesten står overfor – og mener Norsk Folkehjelp har vært viktig for utviklingen vi har sett de siste årene.

TEKST: IDA KROKSÆTER

– Dere er med på å bidra til den positive utviklingen som skjer i redningstjenesten i dag, sa ministeren under sin hilsen til forsamlingen på Norsk Folkehjelps landsmøte i august.

Tybring-Gjedde har møtt Norsk Folkehjelp og de andre frivillige beredskapsorganisasjonene ved flere anledninger siden hun fikk den helt nye ministerposten i januar.

Til landsmøtedelegatene forteller hun at hun er stolt av måten den norske redningstjenesten jobber på og at bedre vilkår for de frivillige i redningstjenesten står høyt på agendaen hennes.

Brev til arbeidsgivere

Ministerens første møte med beredskapsorganisasjonene var på en øvelse på Sognsvann i Oslo i vinter, der hun fikk overrakt rapporten om tiltak og utfordringer for

de frivillige beredskapsorganisasjonene.

På neste store møte med frivilligheten, en påskemarkering med FORF-organisasjonene i Sirdal, hadde hun med seg et brev der hun ber arbeidsgivere imøtekomme behovene til alle ansatte som er frivillige i redningstjenesten. Brevet nevner blant annet viktigheten av å på forhånd vite om man kan ta fri fra jobb for å delta på redningsoppdrag.

– I redningstjenesten vet man aldri når alarmen går. Jeg har sett denne utfordringen og jeg vet at flere av dere allerede har sendt videre dette brevet til arbeidsgiveren deres.

Nyhet!

PULSAR Axion
Termisk kikkert
i lommeformat
WiFi, Streaming,
farger
Innebygget video
16Gb
Rekkevidde opptil
1700m
Oppladbart batteri
Vanntett



Fra kr. 15.500,-



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

Terningkast 6 i
Jeger 02/2019



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!

Jeg er også svært interessert i å få innspill til ytterligere tiltak som jeg kan bidra til, slik at arbeidet deres blir enda enklere, sier hun.

Rapporten om utfordringer og tiltak for en styrket redningstjeneste har hun også satt seg godt inn i.

– Det handler selvfølgelig om penger og økonomi, men det handler også om mye mer enn det. Det handler om hvordan vi samarbeider og hvordan vi legger til rette for nettopp å gjøre den innsatsen vi skal gjøre i redningstjenesten.

– Dette er selvfølgelig en sak som jeg prioriterer veldig høyt, og jeg kommer til å fortsette å kjempe for at vi kommer frivilligheten i møte, sier hun.

Ny stortingsmelding

I disse dager jobber Justis- og beredskapsdepartementet med en ny stortingsmelding

for samfunnssikkerhet, som etter planen skal legges fram i løpet av våren/forsommaren 2020.

– Resten av 2019 og 2020 vil bli viktig for norsk redningstjeneste. Den nye stortingsmeldingen sier mye om at befolkningen er en viktig beredskapsressurs, både i krig og i fred. Dere utgjør en stor del av hvordan vi kan forsvare oss, nettopp ved å ha en befolkning som klarer å ta vare på seg selv, sier Tybring-Gjedde.

– Viktig med bredde

I mars reiste ministeren selv til Molde for å møte de frivillige som bidro under Viking Sky-hendelsen, og påpeker viktigheten av å ha organisasjoner som Norsk Folkehjelp i samfunnet.

– Norsk Folkehjelp og Røde Kors skiller seg ut fordi de har en bred organisasjon som tar et stort samfunnsansvar. Da tenker jeg på

det helt avgjørende forebyggende arbeidet dere gjør, involvering av ungdom og ikke minst å tilpasse beredskapen til lokale behov. Uten den lokale tilknytningen og kompetansen, så hadde vi ikke klart å redde så mange mennesker som vi redder i dag.

– Under Viking Sky-hendelsen så vi virkelig nytten av å ha organisasjoner som kan fylle ulike roller og som mestrer bredden i en kompleks situasjon – både pasienthåndtering, organisering, samhandling og kommunikasjon – og dersom det verste hadde inntruffet; søk og redning under svært krevende forhold, sier ministeren.

Brevet fra ministeren til norske arbeidsgivere finner du på www.forf.no.

Høyt nivå på sentrale kurs

– Det er inspirerende og motiverende å være her, sier Erik Swanson. Over 30 erfarne mannskaper i Norsk Folkehjelp og en norsk-amerikaner bruker en intensiv juni-uke på sanitetens topputdanning på Kongsvinger.

TEKST: SISSEL FANTOFT
FOTO: ELLEN JOHANNE JARLI

Kurset for operative ledere har denne dagen en øvelse ved Bogersjøen langt inne i skogen. Der har en båt med ukjent antall passasjerer veltet på vannet. Erik Swanson fra King County Explorer Search & Rescue i Seattle i USA er i ilden som operativ leder – på prikkfritt norsk. Han har mor fra Sauda og studerte norsk ved universitetet i staten Washington. For tre år siden ble han kjent med representanter fra Norsk Folkehjelp på en konferanse på Island, og siden har de holdt kontakten. Erik har flere ganger vært på besøk hos Norsk Folkehjelp, både på hovedkontoret og hos lokallaget Strand og Forsand.

Kursleder Peter Harholt fra Norsk Folkehjelp Nesset er imponert over hvordan Erik klarer seg i rollen.

– Han er jo roen selv. Det viktigste for en operativ leder er å kunne takle stress, for det vil det alltid være i en redningsaksjon. Vi ser hvordan de greier seg den første timen, og så strammer vi grepet og pøser på med momenter helt til de når sin grense. Evalueringen etterpå handler om hva de gjorde når de kjente at det ble for mye – tenkte de for eksempel på å delegere oppgaver til andre? sier han.

I løpet av uka får alle deltakerne prøve seg som operative ledere i ulike øvelser. Kurs-

lederne ser blant annet etter overblikk og ro, som er viktige egenskaper for en operativ leder.

– De må ha lederegenskaper og kunne gjøre et taktskifte ved behov, i tillegg til at de må kunne regulere eget stressnivå. Det er også en fordel å beherske digitale verktøy som brukes i aksjoner. Vi finner aldri en savnet på et nettbrett, men det kan hjelpe oss med å spare tid og gjennomføre mer presise søk, legger han til.

– En internasjonal familie

Erik Swanson er godt fornøyd med uka på Kongsvinger.

– Jeg har vært med i King County Explorer Search & Rescue i ni år, også som operativ leder. Det er veldig interessant å se hvordan Norsk Folkehjelp jobber – det er mange likheter med oss. Det er også en fordel at vi driver søk og redning i lignende terreng og vær. Jeg har lært mye her som jeg tar med meg tilbake, og jeg håper også at jeg kan tilføre noe til Norsk Folkehjelp, sier han.

Hastighet er blant det Erik kommer til å fokusere mer på når han kommer hjem.

– Norsk Folkehjelp er veldig gode til å bruke tiden effektivt, slik at søket kommer raskt i gang. Det er inspirerende og motiverende å



være her – det betyr mye å føle at vi er en del av en internasjonal familie av frivillige redningsmannskaper, sier han.

80 timer med kurs

Kursdeltakerne kom til Politihøgskolens utdanningscenter utenfor Kongsvinger lørdag 22. juni. Her utdannes instruktører innen førstehjelp, søk- og redning, samt operative ledere. I løpet av den neste uka venter 80 timer med kurs, før det hele blir avsluttet med en stor felles øvelse og feiring lørdagen etter. Da får lokallag fra hele Norge et viktig tilskudd av instruktører og operative ledere i laget sitt.

– Vi ser at det betyr mye for aktiviteten i lokallagene våre at de har egne instruktører. Mange lag blomstrer når de har det – det



Årets kull med operative ledere er ute og trener på pasientbehandling i ulendt terreng.

har stor effekt både for rekruttering og for antall mannskaper de får godkjent, sier Jonas Vikran Hagen, som er kurskoordinator for anledningen.

– Flere har tatt ferie fra jobbene sine for å kunne bruke ei uke her. Disse kursene henger høyt, og det er mange engasjerte og erfarne medlemmer her, sier han.

Sterke bånd

Kurset for instruktører i førstehjelp har 18 deltakere. I løpet av uka har hver enkelt fire praktiske gjennomføringer for resten av gruppa før de får vite om de får bestått kurset eller ikke.

– Vi legger vekt på at undervisningen er variert og med et godt faglig og pedagogisk



FAKTA

SENTRALE KURS

- Norsk Folkehjelps topputdanning, som utdanner instruktører innen søk og redning og førstehjelp, samt operative ledere
- Hadde i år 32 deltakere fra lokallag fra over landet
- Arrangeres hver år i uke 26 på Politihøgskolens utdanningscenter på Kongsvinger
- Neste års datoer for sentrale kurs blir dermed 20.-28. juni



Førstehjelpsinstruktørene trener på undervisning i hjerte-lungeredning.

innhold, sier kursleder Live Kummen.

Deltakerne har stort utbytte både av å undervise selv og observere de andre i aksjon. De kommer fra lokallag i hele Norge og blir en sammensveiset gjeng i løpet av uka.

– De knytter sterke bånd mens de er her, og ofte lager de en egen Facebook-gruppe etterpå hvor de holder kontakten. Mange er eneste instruktør i sitt lokalmiljø, og da er det fint å ha andre de kan få tips og råd fra. Å delta på disse sentrale kursene har mye å si for følelsen av å være en del av en større organisasjon, sier Kummen.

Egne erfaringer

En av kursdagene er deltakerne delt mellom norsk grunnkurs for deg som har omsorg for barn og DHLR (hjerte- og lungeredning med bruk av hjertestarter).

Kursene i førstehjelp for de som har omsorg

for barn er populære blant annet for ansatte i barnehager og foreldre. Medisinstudent Robin Skjellum [20] har tatt plass foran tavla i kurslokalet, mens de øvrige deltakerne agerer ansatte i Tertitten barnehage.

– Nå skal vi snakke om hva vi gjør hvis et barn har satt fast et fremmedlegeme i halsen. Er det noen som har opplevd det selv eller med barn de har ansvar for? spør han, og flere hender spretter i været.

Robin forteller også om en egen opplevelse, da han som barn satte fast noe godteri i halsen.

– Det er den eneste gangen jeg har sett faren min utføre førstehjelp. Jeg fikk noen skikkelige dunk i ryggen slik at sukkertøyet kom flygende ut, forteller han.

Liv og død

Robin forklarer at det mest effektive er om

barnet selv hoster opp fremmedlegemet.

– Hvis det ikke går, forsøker vi først med ryggslag. Hvis det ikke hjelper, gjør vi bukstøt, eller heimlich som det også kalles, sier han og demonstrerer hvordan det gjøres.

Etterpå tar han med seg deltakerne ut i sola for at de skal få prøve selv.

På kurset for instruktører i DHLR er æresmedlem i Norsk Folkehjelp Aage W. Karlsen kursleder.

– Det finnes anslagsvis 50.000 hjertestartere i Norge av mange ulike typer og modeller, og det kreves minimal opplæring for å bruke dem. Det som er helt avgjørende er å kunne grunnleggende hjerte-lungeredning. Det kan være forskjellen på liv og død, sier han.

Deltakerne har på forhånd gjennomgått et



Over: I løpet av ei lang uke med mye hardt arbeid er det også rom for mye latter.

Til venstre: Erlend Bech Steffensen fra Norsk Folkehjelp Meløy ble søk- og redningsinstruktør i det ferske lokallaget i Nordland. – Å ha instruktører lokalt er viktig for at vi holder et høyt nivå, sier han.

e-læringskurs i DHLR, slik at selve kurset stort sett består av praktisk trening.

– Vi kjører først gjennom et ordinært grunnkurs, og etterpå bytter deltakerne på å undervise hverandre. Frivilligheten i Norge er helt fantastisk, og deltakerne her er veldig engasjerte, sier Karlsen.

Hever kompetansen

Kurset for instruktører i søk og redning har sju deltakere, med Roger Bjerknes fra Norsk Folkehjelp Sande og omegn som kursleder.

– Deltakerne får ulike temaer hvor de skal forberede undervisning for de andre. Det kan være kart og kompass, hypotermi, evakuering, transport av syke og skadde eller søkstaktikk etter sykkelhjulmodellen. De får tilbakemelding på hver enkelt leksjon, og beskjed om de har bestått eller ikke på slutten av kurset, sier han.

Erlend Bech Steffensen [38] fra Norsk Folkehjelp Meløy er en av kursdeltakerne.

– Vi er et nytt lokallag som startet for omtrent et år siden. Vi var en gjeng kompis-er med bakgrunn fra Røde Kors som hadde lyst til å prøve noe nytt, og ønsket å se kom-munen i sin helhet. Vi ville ha en litt bredere tilnærming enn å bare fokusere på hvordan man henter skadde folk ned fra fjellet, sier han.

Laget har relativt få aksjoner i løpet av et år, derfor er det desto viktigere at medlemmene holder seg oppdatert gjennom øvelser og trening.

– Vi er 13 aktive medlemmer og 34 totalt inkludert støttemedlemmer. Å ha instruktører lokalt er viktig for at vi holder et høyt nivå. Jeg gjennomførte min grunnutdanning i Trondheim, og synes det er positivt å reise til andre steder for å påfyll og inspi-

rasjon, og ikke minst se hvordan andre lag gjør ting. Alle har sine utfordringer og det er fint å kunne dele erfaringer, sier han.

I løpet av kursuka har Erlend blitt tryggere i instruktørrollen.

– Jeg har lært masse – ikke minst gjennom å se på de andre deltakerne. Å bruke litt humor i undervisningen fungerer for eksempel veldig bra for å holde på oppmerksomheten. Vi prøver å rekruttere flere medlemmer til laget vårt, og da er det flott at jeg nå kan undervise dem i grunnkurs søk og redning selv, sier han.

5 på sentrale kurs

Fem av våre ferskeste førstehjelpsinstruktører forteller om hvorfor de er med i Norsk Folkehjelp og hvordan de har hatt det på instruktørkurs.

TEKST: SISSEL FANTOFT
FOTO: ELLEN JOHANNE JARLI



Navn: Robin Skjellum
Alder: 20
Yrke: Medisinstudent
Lokallag: Norsk Folkehjelp
Sanitet Haukeland
Medlem siden: 2018

– Jeg begynte på medisin-
studiet i Bergen i fjor høst, og
så at Norsk Folkehjelp skulle
arrangere førstehjelpskurs.
Jeg syntes det var så gøy på
det kurset at jeg meldte meg
inn. Norsk Folkehjelp Sanitet
Haukeland består av medisin-
og sykepleierstudenter, og jeg
har god nytte av det jeg har
lært i folkehjelpa i studiet.

Jeg hadde ikke noe forhold til
Norsk Folkehjelp fra før, men
ble raskt bitt av basillen. Jeg
har alltid vært interessert i
akuttmedisin og håper at jeg
kan jobbe med det når jeg er
ferdig med utdanningen. Da
jeg først ble medlem, tok jeg
alle kursene jeg kunne og ble
med i styret i beredskaps-

gruppa. Jeg synes rett og slett
at førstehjelp er veldig gøy og
liker at kursene i Norsk Folke-
hjelp er veldig praktisk rettet,
siden studiet for det meste er
teori i starten. Samtidig håper
jeg at jeg etter hvert også kan
bruke medisinkunnskapen
i rollen som frivillig i Norsk
Folkehjelp.

For meg handler medlemska-
pet om følelsen av å gjøre noe
nyttig og hjelpe mennesker
som trenger det. Jeg liker mye
bedre å være der det skjer, enn
å sitte på en forelesningssal
og notere!

Dette kurset er fantastisk når
det gjelder å få øvd på å være
instruktør, i tillegg til at vi ter-
per på det praktiske gjennom
alle øvelsene. Veilederne er
utrolig dyktige, både faglig og
instruktørmessig!



Navn: Lena Vinje-Christensen
Alder: 23
Yrke: Studerer ambulansefag
Lokallag: Norsk Folkehjelp Horten
Medlem siden: 2018

– Jeg gikk på linja «Redning, sikkerhet og ledelse» på Risøy Folkehøyskole og kom i kontakt med Norsk Folkehjelp der. Da jeg var ferdig på skolen meldte jeg meg inn i Horten og tok førstehjelpskurs. Senere har jeg tatt akutthjelpkurs og nå er jeg her for å bli instruktør selv. Det hadde vært kjempegøy om jeg kunne holde kurs på min gamle skole!

Det siste året har jeg jobbet i hjemmesykepleien og som helsefagarbeider på Ullevål sykehus, og nå har jeg begynt på ambulansefag. Jeg har vært opptatt av å hjelpe andre helt siden jeg var liten, ble fascinert hver gang jeg så en ambulanse og fulgte sykehusserier på tv. Først senere skjønte jeg at det var akutt-

medisin som var min store interesse, og da jeg kom inn på studiet var det en drøm som gikk i oppfyllelse. Det er en stor fordel for meg at jeg har lært så mye førstehjelp allerede.

Nylig opplevde jeg på kroppen hvor viktig det er å kunne førstehjelp. Jeg var i Tønsberg og kom over en dame som lå bevisstløs på fortauet, med hodet i fanget til venninna si. Jeg presenterte meg som akutthjelper i Norsk Folkehjelp og tok raskt kontroll over en situasjon som var ganske kaotisk. Jeg passet på at hun pustet, la henne i sideleie og fikk noen til å ringe etter ambulanse. Jeg følte meg veldig trygg i situasjonen, for dette har jeg øvd på mange ganger i Norsk Folkehjelp. Jeg gikk hele tiden gjennom drillen vi har lært, og klarte å bevare roen. Denne uka har jeg funnet meg selv som instruktør og gleder meg til å holde kurs for andre!



Navn: Egil Bjarne Lingjerde
Alder: 27
Lokallag: Norsk Folkehjelp Årdal
Medlem siden: 2010

– Jeg meldte meg inn i Norsk Folkehjelp det året jeg fylte 18. Jeg hadde flere kompiser som var med og syntes det virket spennende. Siden har jeg bare blitt mer og mer aktiv. Jeg er glad for å kunne bli instruktør selv, og føler at jeg også har blitt faglig sterkere i løpet av denne uka.

I laget vårt merker vi at det blir stadig mer populært å gå toppturer, og det kan være utfordrende å redde folk som har fått problemer i fjellet. Det er mye bruddskader – for eksempel i påska da jeg hadde vakt i beredskapshytta vår og fikk melding om en skadd

kvinne. To av oss dro innover og vi så raskt at hun hadde en feilstilling i armen. Vi stabiliserte og spjelket den og behandlet henne på best mulig måte inntil hun ble hentet av luftambulansen.

En annen gang fikk vi beskjed om en kar som var i dårlig form i ei hytte på fjellet. To scooter-team kjørte innover og fant ham i svært dårlig forfatning, så vi tok vare på ham inntil ambulansepersonalet nærmet seg. Vi hentet dem og kjørte dem til hytta på scooteren, og hjalp til med å transportere pasienten tilbake. Vinters tid kan transport av skadde være en utfordring, spesielt hvis det er mye snø, og da fokuserer vi på at pasienten ligger så stabilt som mulig.

FORTSETTER >>



Navn: Bente Helland
Alder: 41
Yrke: Aktivitetsleder ved Preikestolen fjellstue
Lokallag: Norsk Folkehjelp Strand og Forsand
Medlem siden: 2017

Navn: Hilde Lauvsnes
Alder: 40
Yrke: Barnehageansatt
Lokallag: Norsk Folkehjelp Strand og Forsand
Medlem siden: 2017

– Vi er søstre og bestevenninner, og meldte oss inn i Norsk Folkehjelp fordi vi ønsket å lære mer om førstehjelp. For 11 år siden mistet vi faren vår i hjerteinfarkt, og siden har vi jevnlig snakket om å melde oss inn i folkehjelpe. For to år siden hadde barna blitt så store at vi kunne bruke fritiden på dette og vi fant ut at tiden var inne.

Faren vår hadde epilepsi, noe som medførte kraftige anfall. En gang falt han over et spill som knuste og fikk masse kutt, så da lærte vi en del om sårstell. Han hadde også hatt et par mindre hjerteinfarkt tidligere, men en søndag morgen fikk jeg (Bente) en telefon fra mor, som sa at far hadde falt om på badegulvet og at det ikke så bra ut. Jeg var fem måneder på vei, men bor like ved og var på plass i løpet av ett minutt. Jeg forsøkte så godt jeg kunne med gjenopp-

living med 113 på øret, men da ambulansen kom sju minutter senere fastslo de raskt at han var død. Likevel fortsatte de å prøve med gjenoppliving i nesten to timer.

Følelsen av hjelpeløshet jeg hadde da, er det verste jeg har opplevd og jeg bestemte meg for å aldri havne i en lignende situasjon igjen uten å kunne bidra. Jeg kunne ikke gjort noe for faren min, men jeg kan kanskje bidra til å redde andre, nå som jeg kan førstehjelp. Mange tenker at noe slikt ikke vil skje med dem, men man vet aldri.

Vi har tatt førstehjelpskurs, søk- og redningskurs og akutt-hjelperkurs før vi kom hit for å bli instruktører i førstehjelp. I starten av uka var det litt ubehagelig å bevege seg ut av komfortsonen og undervise de andre deltakerne, men nå er det bare gøy!



Mannskaper fra Norsk Folkehjelp, Rednings-selskapet og Røde Kors under det første akutt-hjelperkurset som ble holdt i Vestfold.

Akutthjelpere i beredskap i Vestfold

I juni gikk startskuddet for akutt-hjelperordningen i Vestfold.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Fylkesmann Per Arne Olsen og representanter fra Sykehuset Vestfold var til stede for å markere starten for frivillige akutthjelpere i beredskap i fylket. Vestfold er tredje sted i landet hvor ordningen med frivillige akutthjelpere testes ut, etter Rogaland og Tromsø.

Målet med akutthjelperordningen er at flere skal få raskere hjelp ved alvorlig sykdom eller skade. De frivillige akutthjelperne har i

tillegg til å være førstehjelpere, spesialisert seg på å hjelpe ved hjertestans, pusteproblemer, alvorlig skade og bevisstløshet gjennom et eget akutthjelperkurs.

Når akutthjelperne er i beredskap på ulike arrangementer, er de synlige for AMK-operatørene. Hvis akutthjelperen er nærmeste ressurs, vil de bli utkalt i tillegg til ambulansen og kan gi livreddende førstehjelp fram til ambulansen kommer.

Prosjektet er utarbeidet av Norsk Folkehjelp, i samarbeid med Røde Kors og Redningsselskapet, og er en del av den nasjonale førstehjelpsdugnaden «Sammen redder vi liv».



Ny profilkolleksjon i nettbutikken!

Alle plaggene kommer i både dame- og herremodell:
Vann- og vindtett jakke • Piquet i bomull • T-skjorte i bomull

Mer informasjon om plaggene finner du på www.folkehjelp.no/nettbutikk



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no



38 ungdommer fra ni lokallag var samlet til årets sommercamp i Lysebotn. Foto: Espen Brekke

Sommercampen 2019: Rekord for tredje år på rad!

– Kommer de ikke snart da?

TEKST: ESPEN BRUUN

På Bolten, leirstedet til Norsk Folkehjelp Strand og Forsand, står det en god gjeng med lokale sanitetsungdom som spent venter på resten av ungdommene som skal delta på årets sommercamp. For mange er dette et av årets høydepunkt – når man treffer igjen de man møtte på camp året før.

Ungdom fra hele landet

For tredje året på rad satte vi ny deltagerrekord på sommercampen. I år var det hele 38 ungdommer fra ni lokallag fordelt over

hele landet som var påmeldt. For å passe på alle, var det i tillegg åtte voksne som hadde ansvaret for alt fra transport til aktiviteter og matlaging/servering.

Vi har som mål å hele tiden gjøre campen bedre. Vi prøver derfor ut noen nye aktiviteter fra år til år, men holder samtidig på de aktivitetene vi føler vi lykkes med.

Søndagen etter at alle har ankommet Bolten brukte vi på forskjellige teambuildingsoppgaver for å få ungdommene til å bli litt bedre kjent med hverandre. Idet vi dro i gang den første oppgaven ble vi overrasket av en real regn- og haggelbyge, noe som

dessverre satte temaet for årets camp. Men til tross for en litt blaut start, så ga de full gass hele veien.

Tur til Uburhedlaren

De to siste årene har vi måtte stå opp tidlig mandag morgen for å rekke første båt ut, slik at vi kommer oss opp på Preikestolen før de store turiststrømmene kommer. I år endret vi litt på denne planen, så etter en god økt med trening på førstehjelp, hypotermibehandling og håndtering av bære, satte vi kursen mot Uburhedlaren i Oltedal. Dette er en diger helle på ca 150 m² som veier 6-7 millioner tonn. Den skaper en naturlig hule under seg og er dermed et velegnet sted for



Ungdommene ble satt på prøve da mannskaper fra Norsk Folkehjelp Sandnes kom med en beredskapsambulanse. Ungdommene måtte operere som mannskaper på vei til forskjellige ulykker.



Sommercampen byr og på mye lek og moro. Her er de mest fartsglade ungdommene klare for konkurranse!

overnatting ute uten telt for hele gjengen.

I år ønsket vi et litt sterkere fokus på førstehjelp enn vi har hatt tidligere, og vi satte derfor av en hel dag til trening og gjennomføring av øvelser. Vi var så heldige å få besøk av Norsk Folkehjelp Sandnes som kom kjørende med en beredskapsambulanse, slik at ungdommene virkelig fikk prøvd seg som mannskaper på vei til ulike ulykker/hendelser.

Sponset sommercamp

I år var vi også så heldige at vi fikk ekstra midler fra både NTL og Coops solidaritetsfond. Disse pengene brukte vi på ak-

tiviteter som krever litt ekstra økonomi. Ungdommene fikk velge mellom å gå Via Ferrata i Setesdalen eller Mountain Cart og klatrepark i Sirdal. I tillegg skinte sola fra blå himmel akkurat denne dagen, så den ble helt maks på alle måter.

God hjelp

Åtte dager med nesten 40 ungdommer krever mye planlegging og rigging i forkant, men også flinke folk som bidrar underveis. Uten hjelp fra Heidi Sørensen, Bengt Eriksen, Irene Sele, Eivind Nåden og Eirik og Marian Johansson, hadde ikke undertegnede og Espen Brekke klart å gjennomføre det programmet vi hadde lagt opp.

FAKTA

SOMMERCAMP

- Arrangeres årlig for sanitetsungdom over hele landet
- Hadde i år 38 deltakere fra ni lokallag
- Har de siste årene blitt arrangert i Lysebotn
- Neste års sommercamp blir fra 27. juni til 5. juli. Merk deg datoen allerede nå!



Regionale kurs får en ny organisering etter landsmøtet. Foto: Ida Kroksæter

Regionene legges ned – hva nå med regionale kurs?

Den nye strukturen i organisasjonen gjør at regionale kurs må organiseres på en ny måte

TEKST: RUNI PUTTEN

Landsmøtet vedtok at regionene skal legges ned fra og med regionenes årsmøter 2020. De skal erstattes av et koordinerende mellomledd mellom sentralt og lokalt nivå for saniteten.

Distrikt med beredskapsleder

Den nye organiseringen vil bli lik dagens 12 politidistrikter. I hvert politidistrikt oppnevner SSU, etter innstilling fra nasjonal beredskapsleder, en beredskapsleder per politidistrikt (BLPD) som sammen med administrasjonen ivaretar den koordinerende

rollen for saniteten. BLPD kan knytte til seg andre ressurspersoner, som for eksempel en opplæringsansvarlig.

Uten regionene må Sentralt Sanitetsutvalg nå ta et overordnet ansvar for at det hvert år finnes tilbud om grunnkurs lederskap og grunnkurs instruksjon. Organiseringen av disse kursene kan med fordel rulleres mellom politidistriktene, slik at det for eksempel organiseres på tre lokalisasjoner rundt omkring i landet hvert år.

Fond skal dekke utgiftene

Utgiftene til gjennomføring av kursene dekkes etter søknad til kompetanse- og utviklingsfondet som SSU sitter med tildelingen av. Søknader til fondet sendes fortløpende og blir behandlet av SSU kvar- talsvis.

Bredt samarbeid

Hvert enkelt politidistrikt skal ha en dedikert ansatt og det vil være naturlig at denne ansatte får en spesiell rolle sammen beredskapsleder per politidistrikt i å planlegge og gjennomføre disse kursene.

Det betyr at det fortsatt er et stort behov for dere instruktører for å kunne få gjennomført de videregående kursene i kursstigen vår. Det blir helt avgjørende at instruktører engasjerer seg og tar ansvar sammen og på tvers av lokallag for å bidra til at mannskapene våre får muligheten til å videreutvikle seg i organisasjonen og ta steget videre mot å bli instruktør eller operativ leder på sentrale kurs.



Klar for årets instruktørsamling?

30. november-1. desember

Årets samling for instruktørene i Norsk Folkehjelp blir på Clarion Hotel & Congress Oslo Airport.
Vi starter lørdag klokka 12:00 og avslutter søndag klokka 14:00.

Helgen blir fylt med aktuelle temaer som:

#kontinuerligtrening

Akutthjelp, hypotermiløftet og Q CPR-prosjektet

Revidert utdanningsplan til Kvalifisert Nivå Førstehjelp

Tips til praktisk gjennomføring av søk- og redningsutdanningen



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no



– Vi har en stor pågang på disse kursene hvert år. Ledere og instruktører rundt om i regionen er flinke til å gi informasjon om og benytte seg av kursene, sier Kathrine Østbye, leder i faggruppe sanitet i region øst. Foto: Kathrine Østbye, Evelyn Støen og Camilla Acklam

Regionale kurs i øst: – Dette er noe både lag og mannskaper venter på hvert år

Selv om regionene legges ned, må de videregående kursene fortsatt arrangeres lokalt på tvers av lokallag. Her deler region øst sine erfaringer fra årets kurs.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Regionale kurs ble i år lagt til Kristi Himmel-fartshelga i region øst. Til sammen var det 38 deltakere på de fire kursene kvalifisert nivå førstehjelp, grunnkurs søk og redning, grunnkurs instruksjon og grunnkurs ledelse.

Kathrine Østbye fra Norsk Folkehjelp Lørenskog er leder i faggruppe sanitet i region øst, og svarer her på noen spørsmål om

organisering og gjennomføring av kursene:

Hva betyr det for regionen og lagene å få kurset deltakere på dette nivået?

– Vi ser at dette er noe både lagene og mannskaper venter på hvert år. Etter at regionene legges ned må det jobbes hardt med å videreføre disse kursene én gang i året, og sette av nok ressurser til det. Det er svært vanskelig for lag å gjennomføre dette på egenhånd, fordi det krever så enormt mye av både ledelse, instruktører og hjelpere.

– Hvordan opplever dere interessen for å gå regionale kurs – og er det enkelt å rekruttere deltakere?

– Jeg opplever at dette er noe som blir tatt tak i ute i lagene, for vi har en stor pågang på disse kursene hvert år. Ledere og

instruktører rundt om i regionen er flinke til å gi informasjon om og benytte seg av kursene. I tillegg har vi også mannskap fra andre regioner med, og det er alltid veldig hyggelig.

– Er det noen fordeler/ulempes med å ha alle de fire kursene sammen og samtidig?

– Det kan være en utfordring å finne egnede steder til en fornuftig pris og med den fleksibiliteten vi trenger. I tillegg blir det fire intensive dager både for instruktører og deltagere, men de fleste er enige om at det er verdt det! Den største fordelene må være samholdet og bekjentskapet man får etter en helg som denne. Vi blir en sammensveiset gjeng etter bare et par dager. Dette tar vi med oss videre både på aksjoner og tjenester senere.



– Den største fordelen må være samholdet og bekjentskapet man får etter en helg som denne. Vi blir en sammensveiset gjeng etter bare et par dager. Dette tar vi med oss videre både på aksjoner og tjenester senere, sier Kathrine Østbye.

– *Hvordan legger dere opp helgen og hvorfor?*
– Vi har en kursleder per kurs som planlegger og samkjører timeplanene sine med hverandre. For eksempel, kjører søk og redningskurset og grunnkurs ledelse alle øvelser sammen ute i felt. Med en slik gjennomføring blir samarbeid mellom instruktørene i forberedelsene svært viktig.

– Ellers legger vi opp til en ringløype med caser én av dagene, og her er alle kursene sammen. Da får deltagerne erfaringer fra mange forskjellige situasjoner, og vi ser at dette er lærerikt.

– *Er det lett å få medlemmer til å bruke en langhelg på nettopp dette?*

– Ja, det er faktisk overraskende lett. Og det at så mange ofrer en venne- eller familiehelg for dette gir oss en ekstra boost til å holde på med dette år etter år.

– *Har dere lært noe spesielt av årets kurs som dere tar med dere videre?*

– Jeg synes at det har gått veldig bra i år. Vi har gjort en god jobb på forhånd med

forbreidelser på alle nivåer. I år var vi på et helt nytt sted, og det byr alltid på noen utfordringer, men vi opplevde heldigvis ikke noen store problemer. Det at vi har med såpass mange erfarne instruktører hjelper mye. Vi er veldig takknemlige for at de stiller opp og deler erfaring og kunnskap på et så stort kurs!

Camilla Acklam fra Norsk Folkehjelp Asker og Bærum var instruktør på kvalifisert nivå førstehjelp (KNF), og har også tatt med seg noen erfaringer videre fra årets kurs:

– *Hva betyr det for regionen og lagene å få kurset deltakere på dette nivået?*

– Det vi merket hos deltakerne våre, er at de synes det blir et ekstra spennende møte med Norsk Folkehjelp siden de blir kjent med erfarne mannskaper i tillegg til instruktørene. De får delt erfaringer, og kan spille litt på det de hører andre fortelle om.

– *Er det noen fordeler/ulempes med å ha alle kursene sammen og samtidig?*

– Fordelen er at det øker interessen for an-

dre fagfelt innen saniteten og man opplever flere sider av organisasjonen. Så godt som alle deltakerne på KNF hadde lyst til å begynne med søk og redning etter fellesøvelsen. Ulempen er plassbruk. Det tar mye plass å arrangere så store kurs, noe som resulterte i plassmangel for vårt kurs. I tillegg er blir det lettere kluss med utstyr.

– *Er det lett å få medlemmer til å bruke en langhelg på nettopp dette?*

– Hvis motivasjonen er til stede så pleier det ikke å være et problem for KNF-deltakere. De som enda ikke er helt sikre på at det er dette de ønsker, vil ofte mene at dette tar litt for mye tid.

– *Har dere lært noe spesielt av årets kurs som dere tar med dere videre?*

– Utstyr må håndteres bedre. Vi fikk en brøkdel av øvelsesmateriellet vi egentlig trengte, noe som resulterte i litt mangelfull trening. I tillegg burde fellesøvelsen vært organisert og planlagt bedre.



En manuell mobiltelefon sammenlignet med dagens nødnett. Foto: Peter Harholt

Et tilbakeblikk i mobilhistorien: Manuell mobiltelefon!



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

Dagens mobiltelefoner har som kjent et hav av muligheter med både kamera, gps, elektroniske kompass og sensorer for alt og ingenting. I de årene mobiltelefonen kom til Norge var de nok langt fra så avansert.

En tidlig variant av mobiltelefonen ble oppfunnet på 50-tallet, og det første mobilnettet (OLT-Offentlig Landmobil Telefoni) i Norge ble satt i drift i 1966. Mobiltelefon var svært kostbart både å anskaffe og bruke, og hvordan den ble brukt kan nesten ikke sammenlignes med slik vi gjør det i dag.

Det varierer nok en del hvor tidlig radio og

mobiltelefon ble tatt i bruk i søk og redning, men vi kjenner eksempler fra tidlig på 80-tallet. Da måtte man ut med 20-25.000,- for en pent brukt manuell mobiltelefon, og kostnaden var nok omvendt proporsjonal med vekten på telefonen. I tillegg måtte det søkes om konsesjon for å få bruke telefonen, og det var ingen selvfølge at alle fikk det. Det var slettes ikke mange som hadde mobiltelefon. I min kommune, Nesset, var det to stykker i hele kommunen, og disse tilhørte folkehjelpa og dyrlegen. Lensmannen hadde avtale med folkehjelpa om å få låne deres mobiltelefon dersom behovet var stort nok.

Liten batterikapasitet

Levetiden på batteriene hadde vi nok blitt skuffet over dersom vi skulle sammenlignet



Det har skjedd en enorm utvikling i både teknologien og kostnadsbildet for bruk av mobiltelefon siden 80-tallet.



med dagens telefoner, i praksis var det vanlig å bruke strøm fra en bil eller lysnettet om en skulle føre en lengre samtale. En sendeeffekt på 35 watt var ikke uvanlig, imot dagens nødnett som sender på 1,8 watt om dekkningen er dårlig og mindre om det er god dekning.

Men hvordan fungerte bruken av en manuell mobiltelefon? Jo, som navnet sier, så var det en ganske så manuell sak. Telefonen var i praksis en stor VHF-radio med flere forskjellige kanaler, og til vanlig måtte du lytte på en fast kanal tilhørende det dekningsområdet du var i, som du og alle andre for øvrig, ble «oppringt» på. En oppringing fungerte slik at du ble «ropt opp» av et sentralbord, for så å bli tildelt en annen kanal som samtalen skulle foregå på. Etter

samtalen måtte du gå tilbake på lyttekanalen igjen for å gi beskjed til sentralbordet om at samtalen var ferdig, og du ble så faktuert etter hvor lang tid du hadde brukt.

Åpent for smuglytting

Det våkne øye har nå fått med seg at om noen ble oppringt, så kunne hvem som helst andre også bytte kanal og lytte på samtalen. Det er vel grunn til å tro at datatilsynet ikke hadde vært særlig begeistret for en slik løsning i dag.

Om du skulle ringe fra mobiltelefonen, snakked du med sentralbordet, de ringte opp vedkommende for deg, og du ble tildelt en kanal å snakke på.

Da dette egentlig var en VHF-radio, så var

det muligheter for å bytte noen krystaller og tilpasse enkelte kanaler til andre formål enn mobiltelefon. I vårt eksempel var en av kanalene på telefonen satt opp til å fungere mot korps-kanalen på våre vanlige VHF-radioer. Med andre ord så var nok det så langt det gikk an å strekke strekken når det gjelder allsidighet og multifunksjon i dette apparatet, om en ser bort ifra å bestille vekking, værmelding eller frøken ur for 15 kroner per stykk omregnet til 2019-kroner.

I 1990 ble OLT nedlagt, til fordel for NMT [Nordisk Mobiltelefonsystem] som ble satt i drift allerede i 1981. NMT var verdens første helautomatiske mobiltelefonsystem, og var utviklet i hovedsak av de nordiske telekommunikasjonsmyndighetene.



Jeanett Sirland og Ivar Windju er ansatt for å jobbe med henholdsvis e-læring og som rådgiver for region øst. Foto: Privat / Ida Kroksæter

To nyansatte i saniteten

Jeanett Sirland skal jobbe med e-læring og Ivar Windju vikarierer som rådgiver for region øst.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Sirland går inn i en toårig prosjektstilling som skal være med å utvikle e-læring i hele organisasjonen. Hun har en master i pedagogikk med fordypning i læring, teknologi og arbeid, og har tidligere blant annet jobbet med implementering av teknologi i utdanningen ved Forsvarets høyskole, og som prosjektleder i IST Group, som utvikler applikasjoner for læring og kommunikasjon.

Økt kursvolum

– De viktigste oppgavene mine blir å gjøre meg godt kjent med Norsk Folkehjelps utdanningsplaner og kursporteføljer, og få en bedre forståelse av hvordan instruktørene jobber med kursene. På

sikt skal jeg sørge for å finne varierte og gode løsninger for e-læring som blant annet gir mer fleksibilitet for kursdeltakere og kursholdere. Målet er å bidra til å sørge for at Norsk Folkehjelp kan øke kursvolumet og utdanne flere frivillige, sier Sirland.

– Vil gjøre en forskjell

Mens Jonas Vikran Hagen jobber fulltid med akutthjelperprosjektet, er Ivar Windju ansatt som vikarierende rådgiver for region øst. Han har 12 års erfaring som frivillig i Norsk Folkehjelp.

– Jeg skal følge opp og hjelpe lokallagene i mitt område, men også jobbe for videre faglig utvikling i regionen. Jeg ser veldig frem til å jobbe i Norsk Folkehjelp, og det er gøy å jobbe i et så faglig sterkt miljø. Jeg vil være med å gjøre en forskjell for mennesker der ute, sier Windju.

ENHET FOR REDNINGSTJENESTE OG FØRSTEHJELP



Organisasjonssjef
(i permisjon)
Jon Halvorsen
926 71 187
jonh@npaid.org



Nestleder
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 Brekke
971 70 468
espenb@npaid.org



Rådgiver
kurs og utdanning
Runi Putten
908 54 720
runi@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 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



Rådgiver region øst
Ivar Windju
401 01 068
ivar.windju@npaid.org



Kommunikasjonsrådgiver
Ida Kroksæter
456 14 852
idakr@npaid.org

Sentralt



INSTRUKTØRSAMLING

**Gardermoen,
30. november -1. desember**

Årets samling for alle instruktører i Norsk Folkehjelp, med tema som:

- Akutthjelper
- Hypotermiløftet
- Revidert utdanningsplan KNF

FAGKONFERANSE SANITET

**Gardermoen,
24.-26. april 2020**

Med rekordpåmelding flere år på rad, er fagkonferansen definitivt blitt et av årets høydepunkt for alle mannskaper i Norsk Folkehjelp. Velkommen tilbake til den største møteplassen for saniteten!



SENTRALE KURS

**Kongsvinger,
20.-28. juni 2020**

Sommerens faglige og sosiale høydepunkt, og årets eneste mulighet til å bli:

- Førstehjelpsinstruktør
- Søk- og redningsinstruktør
- Operativ leder

SOMMERCAMP SANITETSUNGDOM

**Lysebotn,
27. juni-5. juli 2020**

Sanitetsungdommens sommercamp har etablert seg i Lysebotn og blitt ei uke ingen i sanitetsungdom vil gå glipp av!





FAGKONFERANSE SANITET 2020

24.-26. april

Fagkonferansen er blitt den største møteplassen for mannskaper i Norsk Folkehjelp.

Sett av datoen og gå ikke glipp av et av årets høydepunkter!



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no

Fagblad SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

www.folkehjelp.no



To førstehjelpere på patrulje under årets Norway Cup på Ekebergsletta. I år ble det behandlet over 1.400 skader i løpet av cupen. Foto: Ida Kroksæter



Norsk Folkehjelp