



Norsk Folkehjelp

FAGBLAD

SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

4/2019



NÅR VI IKKE GJØR FUNN

Hva gjør vi når trening og metoder ikke fører fram?

Oppstartspakker
klare til utdeling

Ledersamling
for Sanitetsungdom

Hypotermiløftet
Se utstyrspakken!



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

SANITET

UTGIVER: Norsk Folkehjelp
Nr 4 - 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:
Espen Brekke, Espen Bruun, Live Kummen,
Kenneth Brattli Molund, Runi Putten, Peter Harholt,
Vegard Eidissen Lindbæk, Heidi Martinsen,
Ida Kroksæter.

BILDER:
Ellen Johanne Jarli, Ronny Frantzen, Ida Kroksæter,
Live Kummen, Espen Bruun, Heidi Martinsen, Per
Fredrik Nilsen, Stine Elisabeth Antonsen.

FORSIDEBILDET:
Norsk Folkehjelp Midt-Troms på søk i Gumpedalen.
Foto: Norsk Folkehjelp Midt-Troms

FOTO PÅ DENNE SIDEN:
Foto: Ronny Frantzen, Ida Kroksæter, Espen Bruun

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.



10



18



20

Når søket ikke fører fram 06

Langvarig leteaksjon i Sørreisa

Nye oppstartspakker til utdeling 10

Pakkene er revidert og fornyet

Hypotermiløftet klart til utrulling 14

Les mer om utstyret og metodesettet

Regionale kurs i nord 18

Stor interesse for kurs i Målselv

Sanitetsungdom på ledersamling 20

Viktig helg for voksen- og ungdomsledere

Drømmer du om å bli instruktør? 24

Her er alt du trenger å vite for å ta steget



Mannskaper trener under årets sentrale kurs. Foto: Ellen Johanne Jarli

«Det vi allerede nå kan konkludere med, er at det fortsatt er behov for oss»

Du sitter nå med årets siste Fagblad Sanitet i hendene. Jeg skal ikke prøve oppsummere 2019, for dette har vært et svært innholdsrikt år for oss. Vi har hatt mange små og store aksjoner gjennom året, og våre mannskaper har vært tilstede for å skape trygghet på utallige arrangementer landet rundt.

Det vi allerede nå kan konkludere med, er at det fortsatt er behov for oss. Selv med ny teknologi som kan fortelle oss nøyaktig hvor man er og hjelpe oss å spore de som er savnet, er det fortsatt et stort behov for dedikerte mannskaper med god kompetanse innen førstehjelp, søk etter savnede og redningsoppdrag.

For mange av våre mannskaper starter utdanningen til redningstjeneste allerede tidlig i tenårene. De som starter løpet så tidlig, har en stor fordel. Når de endelig får ta på seg sanitetsuniformen har de allerede flere år med trening og øving med seg i beredskapssekken. Den kulturen trenger vi i Norsk Folkehjelp – en kultur for å ville utvikle oss, bli bedre på det vi gjør og tørre å stille større krav til oss selv. Vi skal ikke være tilfreds med å være like gode i morgen som vi er i dag.

For å utvikle oss er det nødvendig med impulser utenfra. Derfor har det vært viktig for oss å være medlem av Den internasjonale fjellredningskommisjonen (IKAR). Her har vi hentet mye inspirasjon til å utvikle oss videre, og da er det svært bra at vi også kan bidra tilbake med to foredrag på årets IKAR-konferanse i Polen.

I dette nummeret kan du også lese om leteaksjonen i Gumpedalen

i Troms, der det på tross av tusenvis av søkstimer og en enorm innsats av seks folkehjelpslag fortsatt ikke er gjort funn. Jeg har selv deltatt på denne leteaksjonen og kjent på frustrasjonen over å ikke finne. Kjent på rådløsheten i KO når alle våre planer ender uten resultat. Det er desverre sånn at noen leteaksjoner forblir resultatløse. Motivasjonen for å fortsette søkene finner jeg i motiverte mannskaper som stiller opp dag etter dag – uansett vær og med et felles ønske om at savnede skal finnes, selv om det ikke lenger er håp om å finne savnede i live. Vi har fortsatt ikke gitt opp å finne Karen Kristine, så når snøen forsvinner til våren forsøker vi igjen.

Jeg ønsker på vegne av Sentralt Sanitetsutvalg å ønske alle våre mannskaper ei god jul og et riktig godt nytt år. Jeg ser fram til 2020 og gleder meg til å møte mange av dere i året som kommer.

*Vegard Eidissen Lindbæk,
Leder for Norsk Folkehjelp
Sanitet*





Mannskaper er samlet før løpet ved inngangen til en av de undersjøiske tunnelene. Foto: Norsk Folkehjelp Strand og Forsand

Uvanlig sanitetstjeneste i Rogaland

50 mannskaper måtte trå til for å sikre beredskapen på verdens første undersjøiske halvmaraton, Ryfastløpet.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Ryfast er det mye omtalte veiprojektet som skal gi fergefri forbindelse mellom Ryfylke og Nord-Jæren. Ryfastløpet ble arrangert før åpningen av tunnelene, og var dermed eneste mulighet til å løpe denne strekningen. Halvmaraton-løpet ble raskt fulltegnet, og i tillegg ble det arrangert to barneløp og to motbakkerenn på rulleski (ett for barn og ett for voksne).

Halvmaratonet hadde start i Stavanger og gikk gjennom de undersjøiske tunnelene Hundvågtunnelen [5,7 km] og Ryfylketunnelen [14,3 km], med målgang i Solbakk i Strand kommune.

Ett års planlegging

45 av mannskapene som var på vakt, kom-

mer fra Norsk Folkehjelp Strand og Forsand. Laget hadde vært med i planleggingen sammen med arrangøren i over et år for å sikre et trygt løp:

– Det innebar at vi etter hvert ble dratt temmelig langt inn i prosessen med å utarbeide en større risikoanalyse av arrangementet. Denne ble bakteppet for både oss, arrangøren og leverandører, og satte klare føringer for planleggingen og gjennomføringen av prosjektet, sier beredskapsleder i laget, Arne Alsvik.

– Det som ga oss noen nye utfordringer, var logistikken. Her måtte alt være på plass fra før startskuddet gikk og til løpet var ferdig. Vi hadde forventet en del skader og hadde et apparat for å kunne håndtere disse fortløpende. Heldigvis gikk løpet mye bedre enn det vi hadde sett for oss, og en del av opplegget vårt var av den grunn overdimensjonert, sier han.

Ryfylketunnelens bratteste stigning er på 7 %, og denne stigningen går over fire kilometer. Det dypeste punktet i tunnelen ligger

292 meter under havet.

43 pasienter

Løpet gikk likevel av stabelen uten alvorlige skader. Førstehjelperne behandlet til sammen 43 pasienter som trengte hjelp med alt fra neseblod til kuttskader, kvalme, krampes, skrubbsår, bryst smerter og høy puls.

– Vi var samlokalisert i et eget arrangør-KO sammen med representanter fra brann, politi og helse, i tillegg til løpsleder og Statens vegvesen. Dette sørget for en veldig god og avklarende dialog. Når våre mannskaper ute i tunnelen fikk melding om eller selv meldte om en hendelse, så kunne staben i KO raskt se hendelsen på storskjerm og avklare hvilken ressurs som skulle settes inn. Alle hendelser ble raskt fanget opp og tiltak ble iverksatt med korte beslutningsløyper, sier Alsvik.

Mannskaper fra Norsk Folkehjelp Jæren og Norsk Folkehjelp Stavanger deltok også på vekten



Søksområdet omfattet til slutt et område på 45 km² med tidvis utfordrende terreng for søksmannskapene. Foto: Norsk Folkehjelp Midt-Troms

Når søket ikke fører fram

Fredag 23. august klokken 22:34 sender jeg ut en alarm fra hotellrommet under Norsk Folkehjelps landsmøte på Gardermoen. Politiet ønsker at vi bidrar i et søk etter en kvinne i 80-årene i Gumpedalen i Sørreisa kommune i Troms.

TEKST: KENNETH BRATTLI MOLUND

Siste kontakt med familien var tirsdag tidligere i uken. Jeg etterspør mer etterretning hos operasjonsleder, men foreløpig har de det ikke noe mer håndfast.

Innledningsvis er det ikke noe som skiller seg ut med denne aksjonen. Et søk etter en eldre kvinne, savnet fra egen bopel, lite et-

terretning og potensielt stort søksområde. Dette øver vi på stadig vekk, både i praksis og mentalt.

Sent fredag kveld kommer det mannskaper til, en etter en, og sykkelhjulmodellen settes ut i praksis umiddelbart. Nærområdet lar seg fornuftig søkes med hjelp av naturlige ledelinjer, og ledelinjer ut fra IPP prioriteres høyt. Et par POI-er (reflekser), som blant annet savnedes hytte, stikker seg naturlig frem. Dette har vi øvd på.

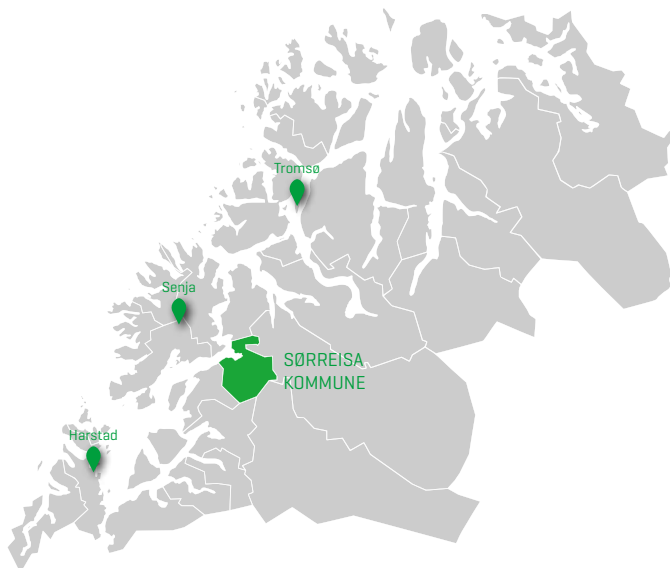
Politiets hovedhypotese er at kvinnen har gått ut i terrenget og ikke kommet tilbake. Søksområdet omfatter hele Gumpedalen, og nærområdet prioriteres sammen med kjent turterreng. Terrenget er ulendt, med mye høyt gress og kratt.

48 timer med søk

Det første døgnet søkes det av forholds-

vis store områder med hjelp av frivillige og personell fra Heimevernet og Sivilforsvaret. På grunn av det store søksområdet stiller forsvaret med helikopter for å transportere mannskaper ut i teig, i tillegg til søk fra lufta. Når vi avslutter søndag kveld, har aksjonen pågått i nesten 48 timer. Nå har vi gjennomført mye av de vi har øvd og trent på. Mange teorier har blitt diskutert og satt ut i praksis, men vi har en god plan for mandag og forventer såpass mange mannskaper at vi kan begynne å søke med høyere POD på områder vi allerede har søkt, samtidig som vi strategisk utvider søksområdet.

Underveis har vi lite etterretning å gå etter. Vi søker etter en kvinne i 80-årene som har gått tur i denne dalen i hele sitt liv. Mobiliteten er delvis ukjent, men hun er kjent for å gå lange turer, tar gjerne snarveier og har mest sannsynlig egne stier til områder med mye bær.



Gumpedalen ligger i Sørreisa kommune. På grunn av de store avstandene ble mannskapene fløyet ut i teig med helikopter.

Flere kategorier drøftes

Det blir flere ganger drøftet om hvilken savnet-kategori som passer best til den savnede.

Turgåer: Hun er en aktiv turgåer som er svært godt kjent i dalen, og er kjent for å gå lengre turer.

Bærplukker: Hun skal angivelig være ferdig med å plukke multebær for sesongen, men blåbærsesongen starter i den tiden hun forsvinner. Det vi vet er at man må høyt i terrenget for å finne blåbær.

Økt selvmordsrisiko: Vi har ingen holdepunkter for dette. Det er ingen konkrete funn på bopel eller i hennes kontakt med pårørende som tyder på at hun er i denne kategorien.

Demens: Hun har ikke noen demens-diag-

nose og heller ikke hatt typisk atferd relatert til dette. Samme uke som hun ble meldt savnet, reiste hun alene til Tromsø for å besøke datteren.

Merkede stier

Samme helgen som søket starter arrangeres det et fjell-løp i området. Ifølge datteren ønsket kvinnen å gå dette løpet, som er 16 kilometer langt og går innom to topper på rundt 1000 meter over havet. Dette området prioriteres derfor innledningsvis. Når hele dette området tas inn som søksområde, samt alle aktuelle ledelinjer til og fra bopel, sitter vi med et område på rundt 45 km². Nå begynner aksjonen å stige over det nivået vi vanligvis trener på. Vi leter etter en savnet som er vant til å ferdes i sin egen enorme bakgård og kjenner til alle stier og snarveier.

Søndag går politiet ut med bilde av den

FAKTA

GUMPEDALEN

- Ligger for det meste i Sørreisa kommune i Troms, mens øverste del går inn i Salangen kommune
- Dalen har navnet sitt etter fjellet Høggumpen
- Flere topper på over 1000 meter omkranser dalen
- Gumpeelva renner gjennom dalen

Kilde: Wikipedia

savnede i håp om å få tips og observasjoner. Mandag søkes det også i elva i området, både med mannskaper og brannvesenets undervannskamera. Heller ikke dette gir noen resultater.

Fortsetter >>



Politiet i Troms twitret mye om kvinnen, og offentliggjorde etter hvert bilde og navnet på Karen Kristine Østrem, i håp om å få tips fra publikum. Selv om søket ble tatt opp igjen senere på høsten, også etter at snøen kom, er det foreløpig ikke funnet noen spor etter henne.



Dag fem

Vi avslutter dag fem med søk, og til tross for omfattende og grundige søk finner vi hverken spor eller livstegn etter kvinnen. Politiet beslutter at aksjonen nå er et søk etter antatt omkommet. All etterretning er vurdert og søkstiltak gjennomført. Flere teorier fra pårørende er sjekket ut, det meste av statistikk i opptil flere kategorier er vurdert og områder er avsøkt opptil flere ganger med forskjellige søksressurser. Det går enda et par uker hvor det søkes med jevne mellomrom. Omgivelsene endrer seg når løvet faller av trærne, men samtidig blir det mindre dagslys for hver dag som går. Vi finner fortsatt ingen tegn til den savnede.

Vi forsøker oss også på et «fri-søk» der tre

mannskaper går opp til en av de angivelig mest brukte utkikkspunktene hennes. Der går vi én og én ned fjellet, med eneste mål om å gå det som vi tolker som letteste vei hjem til bopel. Dette gir tre totalt forskjellige spor og viser seg å være en interessant måte å søke på. Vi er ikke bundet av en avgrenset teig, og det er heller ikke andre mannskaper i det aktuelle området. Men dessverre gir heller ikke dette resultater.

– Gir aldri opp

Selv om vi underveis aldri gir opp, kommer det til et punkt der det besluttes at søket skal avsluttes. I år kom snøen tidlig, og siste dag for søk ble lørdag 19. oktober.

Det er vanskelig å anslå hvor mange tusen

mannskapstimer i søk som er lagt ned, men det er mange. Det er søkt med mennesker, hunder, helikopter, droner og båter. Alle ressurser har brukt sine beste egenskaper og med høy faglig dyktighet. Uten funn.

Det var lite etterretning som kunne eliminere søksområder, området er enormt og med krevende vegetasjon. Til slutt har vi prøvd ut alt vi har lært, alt vi har hørt om og alt vi har erfart tidligere. Vi har også prøvd å tenke utenfor boksen. Men noen ganger er det rett og slett ikke nok. Noen ganger klarer vi ikke å finne den vi leter etter.

Mannskaper fra Norsk Folkehjelp Midt-Troms, Harstad, Ofoten, Nordreisa, Lenangen og Tromsø deltok i søket.



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



Innholdet i oppstartspakkene er revidert og modernisert. Foto: Ronny Frantzen

FAKTA

DETTE INNEHOLDER OPPSTARTSPAKKENE

- 4 håndlykter
- 4 hodelykter
- 16 batterier
- 4 førstehjelpspakker
- 4 kartmapper
- 4 kompass
- 4 pocket mask
- 1 hjertestarter (Defibtech LifeLine AED)
- 1 treningshjertestarter (LifeLine)
- 1 Little Anne QCPR-dukke
- 1 «beachflagg»
- 1 jervenduk
- 2 SAM-splinter
- 2 nettbrett (Samsung Tab Active 2)
- 2 nettbretttholdere (Otterbox)
- 1 førstehjelpsbag
- 1 termos

FAKTA

DISSE LAGENE HAR FÅTT OPPSTARTSPAKKE

- Kongsberg
- Nedre Glomma
- Hå
- Bodø
- Vegårshei
- Nordmøre
- Arnøya
- Meløy
- Stjørdal
- Studentgruppa Gjøvik



Ronny Frantzen. Foto: Ida Kroksæter

– I den reviderte pakken vi nå har kjøpt inn, finner du også en Little Anne QCPR-dukke og treningsstarter. Dette gir gode muligheter til å gjennomføre temakvelder og trening, forteller Frantzen.

For søk- og redningsaktivitet inneholder pakken hodelykter og håndlykter med batterier og ladere, i tillegg til kartmapper, kompass og jervenduk.

– Det nye på søk- og redningsfeltet er at vi har byttet ut GPS-ene med to nettbrett. Disse leveres med holdere, slik at man kan ha kontroll på brettet til enhver tid, sier Frantzen.

- *Hvordan fungerer ordningen i praksis?*
- Oppstartspakkene eies i utgangspunkt-

tet av administrasjonen, men forvaltes av det enkelte lokallaget som får pakken til- delt. Intensjonen er at nyetablerte lag in- nen en tre-årsperiode skal kunne utdanne egne instruktører som igjen kan utdanne mannskaper i laget sitt. I tillegg er det vik- tig at laget raskt kommer i gang med å søke om midler, slik at man kan utvikle gruppen ytterligere. Oppstartspakken har en verdi på ca 40.000 kroner, og laget vil innen tre år få mulighet til å kjøpe ut pakken for 10.000,- dersom de ikke har skaffet seg tilsvarende eller bedre materiell selv i løpet av perioden.

- *Hvordan kan lag søke om en pakke?*
- Laget sender en søknad til sanitet@folke- hjelp.no. Den må inneholde om grunnlag for søknaden, en aktivitetsplan med øvelser og kurs, samt hvilket utstyrsbehov laget har.

Hver søknad vurderes individuelt og besvar- es fortløpende.

For å kunne motta oppstartspakke for- ventes følgende fra lokallaget:

- Gjennomføre kurs i kvalifisert nivå første- hjelp
- Gjennomføre søk- og redningskurs
- At laget i løpet av tre år utdanner minst én instruktør
- At laget deltar i eksternt rettet aktivitet [aksjoner/førstehjelpsvakter]

Har du spørsmål om ordningen?

Send en mail til sanitet@folkehjelp.no.



Hypotermi var på programmet på årets IKAR-kongress i Polen. Live Kummen fra Norsk Folkehjelp presenterte også «hypotermiløftet» for det internasjonale publikummet.



IKAR 2019:

Samarbeid og hypotermi på programmet i Polen

Norsk Folkehjelps delegater bidro i år til to foredrag på det som er den største samlingen for internasjonal fjellredning.

TEKST: LIVE KUMMEN

Årets kongress for Den Internasjonale Fjellredningskommisjonen [IKAR] ble arrangert i Zakopane i Polen. Vertskapsorganisasjon for kongressen var Tatrasfjellenes Redningstjeneste (TOPR), som også feirer sitt 110-årsjubileum i år. TOPR ivaretar fjellredningen i det populære høyfjellsområdet i Tatrasfjellene. De har 40 profesjonelle mannskaper, over 200 frivillige og eget helikopter tilknyttet organisasjonen. Til sammen har de 2-3000 aksjoner i året, fra enkle pasientoppdrag i alpinbakkene til komplekse redningsaksjoner i alt fra grotter til vertikalt terreng.

IKARs medisinkommisjon arrangerte i år en egen temadag dedikert til hypotermi i

Krakow. Her fikk vi oppdateringer på den nyeste forskningen på feltet, og fikk teste ulike isolasjonsløsninger i et kuldekammer som holdt 26 minusgrader. Ved å bruke varmesøkende kamera kom særlig utfordringen med å hindre ledningstap til underlaget godt til syne. Spennende var det også å se hvordan ulike hjelpemidler for luftveishåndtering oppfører seg i kraftig kulde – legg gjerne pocket-masken din ute en halvtime ved neste kuldeperiode og se hvilke utfordringer du møter!

Teamwork som tema

Overordnet tema for kongressen var «Teamwork», noe som ble belyst både på den praktiske dagen ute, gjennom erfaringsslæring og i flere av forelesningene. Det er liten tvil om viktigheten av å være en god lagspiller, kommunisere godt og trene sammen for å levere god redningstjeneste – uansett om det er i alpine, Canada eller Tromsø.

To foredrag

Norsk Folkehjelp var også i år represen-

tert med to delegater i henholdsvis medisinkommisjonen og skredkommisjonen. Erfaringene etter den tragiske skredhendelsen i Tamokdalen i vinter ble presentert for skred- og bakkeredningskommisjonene. Særlig sikkerhetsvurderingen og det omfattende sikringsarbeidet som ble gjort før mannskapene kunne gå inn skapte oppmerksomhet og resulterte i støtte og gode tilbakemeldinger fra kollegaer over hele verden. Hypotermiløftet ble lagt frem for medisinkommisjonen, og instruktørhefter har nå funnet veien til Chile, Air Zermatt, USA, Tyskland og Sverige.

Å dele våre egne og lære av andres erfaringer uavhengig av landegrenser er svært verdifullt, og vi gleder oss til å dele faglige nyheter fra IKAR med dere i neste nummer av fagbladet. Blant annet skal vi presentere et masseskadescenario i høyfjellet som TOPR stod ovenfor bare et par måneder før IKAR-kongressen.



Ny profilkolleksjon i nettbutikken!

Alle plaggene kommer i både dame- og herremodell, med unntak av fleecejakken:
Vann- og vindtett jakke • Piquet i bomull • T-skjorte i bomull • Fleecejakke

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



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no



Utstyret i hypotermiløftet pakkes i en vanntett bag som muliggjør ferdig klargjøring av utstyret før aksjonen, med jervenduk, liggeunderlag og sovepose i en rull som enkelt kan tas i bruk som en enhet [modifisert Banak-pakking].

Hypotermiløftet:

Slik er utstyret og opplæringen

I over et år har vi jobbet med å utvikle en standardisert metode for forebygging og behandling av hypotermi i Norsk Folkehjelp.

TEKST: LIVE KUMMEN

Hypotermi [generell nedkjøling] er en tilstand som truer alle pasienter vi møter i redningstjenesten, og det er derfor viktig at vi møter denne utfordringen på en god og effektiv måte. Prosjektet «hypotermiløftet» har utarbeidet en metode med tilhørende undervisningsopplegg basert på «Faglig retningslinje for håndtering av aksidentell

hypotermi» og et standard utstyrsopplett. I utviklingen har vi fått god hjelp av mannskaper og instruktører fra hele landet som har vist stort engasjement i uttesting på fagsamlinger og kurs. Vi gleder oss derfor over å kunne presentere materiell-delen av prosjektet, og ser frem til å få med alle våre lokallag på dette løftet.

Undervisningsopplegg

Vi har utarbeidet et tre-timers undervisningsopplegg med en kort teoridel, bli kjent med utstyret, momenttrening og fullskala-trening. Dette skal gjennomføres utendørs i sin helhet, og beskrives i en vanntett instruktørveiledning.

Etter gjennomført opplæring vil alle mannskaper få en rite-in-the-rain-blokk med tiltakskort for metoden og et pasientrapporteringsskjema for å notere de opplysningene som er særlig viktige i forbindelse med hypotermi. Vi håper dette vil bli et godt hjelpemiddel på fremtidige aksjoner.

Standardisert utstyrsopplett

Vi har lagt vekt på at utstyret vi velger må være lett, kompakt og til sammen hindre alle former for varmetap. Under følger en kort presentasjon av utstyret vi har landet på:

Utstyret vil bli pakket i en vanntett bag som er utviklet for maritime oppdrag. Denne har



et godt bæresystem, er lett og har en kompresjonsventil som gjør at totalvolumet blir så lite som mulig. Hovedårsaken til at vi har landet på denne bagen er imidlertid at den muliggjør ferdig klargjøring av utstyret før aksjonen, med jervenduk, liggeunderlag og sovepose i en rull som enkelt kan tas i bruk som en enhet [modifisert Banak-pakking]. Det gir en betraktelig mer effektiv innpakking, og øker sannsynligheten for etterlevelse av den standardiserte metoden.

Det første som skal tas i bruk i møte med en nedkjølt pasient, er et shelter. Dette verner både pasient og mannskaper mot vind og nedbør under undersøkelse, behandling og innpakking. For å få plass til en liggende pasient

har vi valgt et shelter for 8-10 personer.

Pasienter som kan samarbeide vil få på et lag med tørt ullundertøy med høy ullprosent, samt ullsokker.

Luer har en tendens til å falle av i kampens hete, men vi vet at det er stort varmetap fra hodet. Derfor har vi valgt en balaklava, som samtidig isolerer mot varmetap fra hals/nakke. Denne har stor ansiktsåpning, slik at luftveiene fremdeles er lett tilgjengelig.

Når det gjelder isolasjonsmateriale finnes det svært mange alternativer – og jo mer isolasjon jo bedre. Vi måtte imidlertid velge noe kompakt og lett, og valget falt derfor

på en sovepose i kombinasjon med isolert Jervenduk. Soveposen er syntetisk, siden dun mister mye av sine isolerende kvaliteter når det blir vått. Den kan åpnes hele veien rundt slik at pasienten kan flyttes over i soveposen og jervenduku samtidig. Jervenduken er foret med primaloft, er vind og vanntett og utgjør en ytre dampspærre. Den er i tillegg solid nok til at man kan løfte pasienten på selve duken.

For isolasjon mot underlaget har vi valgt et lett liggeunderlag. Dette er lett å håndtere, siden det ikke kommer i en rull. Det tåler dessuten tøffe forhold, i motsetning til et oppblåsbart underlag som kan punktere og miste alle sine isolerende egenskaper.

Fortsetter >>



Vi har testet mange ulike dampsperrer, og i praksis er det vanskelig å få til en helt forseglet dampsperre. De fleste lette og kompakte dampsperrereløsningene som finnes er i form av en sekk, noe som vil medføre mye bevegelse av pasienten for å få den på plass. Tett dampsperre og fjerning av våte klær er i mange studier vist å være sidestilt når det gjelder å hindre fordampningstap. Jo mer isolasjon, jo mindre ekstra effekt får man dessuten med en dampsperre.

For pasienten med våte klær har vi derfor valgt å anbefale å fjerne de våte klærne. Dette skal gjøres raskt og effektivt med en god klessaks. For unntakstilfellene hvor det anses som ikke hensiktsmessig å fjerne de våte klærne (kort transport, lite tilgjengelig isolerende materiale) legger vi også med en

enkel dampsperre.

Uansett hvor god innpakning vi gjør klarer vi aldri å eliminere varmetapet fullstendig. Derfor må vi tilføre aktiv ekstern varme til alle nedkjølte pasienter. For å gjøre dette har vi valgt kjemiske varmeteppe. Ulempen med disse er at de bruker 10-20 minutter på å bli varme, fordelene er at når de først har blitt varme holder de i flere timer. De er lette og har ingen teknologi som kan svikte.

Alle lokallag som deltar i prosjektet vil motta en standardisert utstyrspakke som beskrevet ovenfor. Denne skal først og fremst brukes til opplæring, men vil selvfølgelig ha en merverdi også i operativ tjeneste.

Bli med, da vel!

Vi håper at nettopp deres lokallag ønsker å delta på dette felles kvalitetsløftet.

Hvordan? Mange lokallag er allerede med ved at en instruktør i laget har fått opplæring på fagkonferansen eller instruktørsamlingen. For dere andre: Send en instruktør (KNF/SR) eller en ressursperson på instruktørutplæring på fagkonferansen 2020 – det blir siste mulighet. Vi gleder oss til å følge hypotermiløftet videre ut til mannskapene!



SAMMEN SKAL VI REDDE FLERE LIV

Tradisjonsrike Norgesplaster AS og vårt anerkjente varemerke Snøgg, vil sammen med Norsk Folkehjelp tilby et utvidet utvalg og sortiment gjennom vår nye nettbutikk. Sammen med rask levering og god service vil dette gi vår førstehjelpsbutikk et nytt løft!

Den er fortsatt under utvikling, men om kort tid vil du finne den på **snogg.no/folkehjelp**

Snøgg - ledende på førstehjelpsutstyr siden 1945



26 deltakere fra fire lag deltok på regionale kurs i Målselv i høst. – Det er utrolig gøy at vi greier å engasjere så mange lag, sier Kenneth Brattli Molund.
Foto: Ida Kroksæter

Stor interesse for regionale kurs i nord

For første gang på flere år ble det i høst arrangert regionale kurs i Troms. Påmeldingen viste at behovet var stort.

TEKST: IDA KROKSÆTER

I en bil som har vært i ulykke sitter en person bevisstløs bak rattet. Ved siden av sitter en person som er våken, men svært stresset og bekymret. I baksetet sitter det også passasjerer som førstehjelperne jobber med å få oversikt over.

Deltakerne på førstehjelpskurset løser opp-

gaven etter beste evne – og den er mer enn godkjent også i instruktørenes øyne.

– De er veldig flinke fordi de er så motiverte. Det er veldig enkelt å glemme egensikkerheten i en slik situasjon, fordi man har så lyst til å hjelpe, men de har gjort alt riktig, sier instruktør Ola Bjørbo.

– God ledelse å lytte

I Målselv fjellandsby er 26 deltakere fra Narvik i sør til Tromsø i nord, samlet for å ta grunnkurs søk og redning, kvalifisert nivå førstehjelp, grunnkurs ledelse eller grunnkurs instruksjon. På den andre siden av hovedbygningen fra førstehjelperne går nye søk- og redningsmannskaper i lag med

deltakerne på lederkurset. Det er en av helgas første øvelser, og det meste er nytt for alle deltakerne. Sekken de leter etter blir liggende på vei opp, men blir funnet på vei ned igjen.

– Vi tok en samling på toppen. Det var fint å ha en evaluering og rette opp det vi syntes ble feil på vei opp. Det er en god egenskap for en leder å lytte til mannskapene og hva de mener, oppsummerer deltakerne.

100 % frivillighet

Det er flere år siden sist det var regionale kurs i denne regionen, og det er flere grunner til at Norsk Folkehjelp Midt-Troms til slutt sendte ut en invitasjon til alle lagene i regionen om å komme til Målselv ei helg i



september.

– Meningen er ikke å konkurrere med lokale kurs, men å dekke etterslepet. Det beste hadde vært om ingen hadde meldt seg på, men det at kurset er fylt til randen viser at det er et behov. Dette er noe vi har lyst til å gjøre årlig så lenge det trengs, sier leder i Norsk Folkehjelp Midt-Troms, Kenneth Molund.

Han ser seg rundt i hovedbygningen i fjell-landsbyen. Her er overnattingen rett rundt hjørnet og matlagingen er tatt hånd om av de ansatte. Utenfor er det både variert og tidvis krevende terreng å trene i. Hele helgen er planlagt og gjennomført av kun frivillige mannskaper.

– Her er det kompakt, og logistikken er enkel. Det å slippe å tenke på matlaging er helt avgjørende når vi gjør dette på helt frivillig basis. Det blir litt dyrere, men vi har fått god støtte fra kurs- og kompetansecfondet, sier Molund.

Viktig undervisningserfaring

I tillegg til å utdanne nye mannskaper, er kurset positivt for regionens instruktører. De siste årene har flere mannskaper reist sørover for å gå regionale kurs, men da mister også instruktørene muligheten til å undervise.

– Det har mye å si for instruktørene i Nord-Norge at de får muligheten til å kjøre kurs

og få flere undervisningstimer, sier Molund.

Deltakerne på kurset var fra Norsk Folkehjelp Midt-Troms, Tromsø, Harstad og Ofoten. Instruktørene kom fra Midt-Troms, Nordreisa, Andøy og Tromsø.

– Det er utrolig gøy at vi greier å engasjere så mange lag, og det er positivt at vi blir kjent og knytter kontakter på tvers av lagene i området, sier Molund.



En viktig del av den årlige ledersamlinga for Sanitetsungdom er trening utendørs. Foto: Espen Bruun

26 ungdom og voksne på årets ledersamling

I september samlet Sanitetsungdom 26 voksen- og ungdomsledere fra hele landet til ledersamling på Skramstad-sætra.

TEKST: ESPEN BRUUN

Dette er en helg med fokus på hva det vil si å være leder for sanitetsungdom, både som ungdom og som voksen. Det vil si at vi er innom alt fra å planlegge en enkel temakveld til aktivitetsplaner, søknader og grenseoverskridende adferd. Målet med helgen er at alle lagene som sender deltagere skal reise hjem med en ferdig aktivitetsplan for

det neste halvåret, og gjerne også ha planlagt en helgetur sammen med sanitetsungdomsgrupper fra nærliggende lokallag. I tillegg er det også et mål at de har en ferdig søknad til Frifond som de kan sende inn.

Vi legger opp til at lag som det er naturlig å tenke samarbeid for, får jobbe en del sammen - både for at de skal bli kjent med hverandre og få innspill på ulike aktiviteter, men også for at de skal tenke samarbeid og gjerne arrangere en helgetur sammen.

Utendørsaktivitet

For å ikke bare bli sittende inne, så hadde vi også en tur ute der deltagerne ble delt opp i grupper og fikk ansvar for hvert sitt tema.

Tanken med dette opplegget var å vise hvor kort tid man egentlig trenger på å rigge til en temakveld med det utstyret man har tilgjengelig. I tillegg fikk lederne øvd seg på det å være veileder og å instruere de andre deltagerne.

Brettspill og lek

I tillegg til et ganske tettepakket program fant ungdommene tid til de sedvanlige hytteaktivitetene som brettspill og kortspill. Det ble også dratt i gang en runde med politi og røver på kvelden med stor suksess. Alt i alt var det en veldig bra og lærerik helg med flotte ungdommer og engasjerte voksne. Vi håper enda flere har mulighet til å være med i oktober i 2020.

Nyhet!

PULSAR Axion
Termisk kikkert
i lommeformat
WiFi, Streaming,
farger
Innebygget video
16Gb
Rekkevidde opptil
1200m
Oppladbart batteri
Vanntett



Fra kr. 11.300,-



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

Best av de billige
Jeger 02/2019



Kr. 899,-



Fenix HM65R 1400 lumen
over 160m rekkevidde. Inkl.
18650 batteri. Oppladbar.



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

Sanitetsungdom på aktivitetshelg i øst

I november var 20 sanitetsungdommer og fem
voksne fra Rena, Moelv og Hamar samlet til
aktivitetshelg på hytta til Rena.

TEKST: HEIDI MARTINSEN

Det siste arrangementet for ungdommen i regi av regionen før den
legges ned, var spekket med aktiviteter - men det var også satt av
god tid til å bli bedre kjent med hverandre.

Aktivitetene som ble gjennomført var klatring innendørs, basseng-
tur til Rena leir, skadesminkekurs, førstehjelpsøvelser, topptur i



Sanitetsungdom i klatreveggen. Foto: Heidi Martinsen

mørket med søk- og redningsøvelse, TASS-øvelse på dagen, samt
seks poster med spørsmål og caser som måtte løses fortløpende.

Det var en sliten gjeng som reiste hjem på søndag, men de har fått
mer lærdom, erfaringer og ikke minst blitt kjent med nye ungdom-
mer. Og vi var skjønt enige om at vi må finne på noe mer sammen,
så vi skal ikke se bort fra at det blir en ny samling til vinteren.



Pasienten [Ole Kristen Skotmyr] får hjelp av førstehjelperne Aina Mikalsen, Dagfinn Jensen, Kristian Berg Tellefsen og Hans Petter Strøm. Planlegging av øvelsen og skadesminking sto Per Fredrik Nilsen for. Foto: Per Fredrik Nilsen.



Førstehjelpstrening på sjøen i Kragerø

Med stor båttaktivitet i området, er det viktig å trene på førstehjelp på sjøen for Norsk Folkehjelp Kragerø.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Den første søndagen i oktober ringes det ut en øvingsalarm i Paradisbukta i Kragerø: En liten båt har kjørt på en holme ved bukta, og en person er observert liggende i vannkanten. Fire førstehjelpere rykker ut med lagets båt, som er stasjonert på Stilnøstangen.

På ulykkesstedet blir det igangsatt søk, og en person blir funnet bevisstløs. Mannskapene starter umiddelbart med livreddende førstehjelp.

– Alle som deltok var enige om at de fikk testet kunnskapene sine, sier Per Fredrik Nilsen, nestleder i sanitetsutvalget i Kragerø.

– Vi ønsker også å øve mer sammen med de andre nødetatene i området. Vi jobber med en avtale med Kragerø brannvesen, slik at de og politiet kan bruke båten vår når det er behov for det. I tillegg har vi et godt samarbeid med Kragerø RS, som vi deltar på både vakter og i søk sammen med, sier Nilsen.

15 deltakere på hypotermi trening i Sande

I Sande trener voksne, ungdom og nye medlemmer sammen med godt utbytte.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Idet temperaturene begynte å falle i høst, inviterte Norsk Folkehjelp Sande til trening på søk og behandling av pasient med fokus på hypotermi.

– Deltakerne skulle ut i et søk etter en savnet person. De fikk noe etterretning på den savnede og iverksatte søk i nærområde i første omgang. Her var fokuset å komme raskt i gang. Ganske raskt gjorde de funn av en nedkjølt person. Laget som fant besto av et erfarent mannskap, en ungdom og en som var helt ny i laget. De gjorde korrekte tiltak og tilkalte resten, sier Stine Elisabeth Antonsen, som er leder i laget og hadde ansvaret for temakvelden.

– Hvis vi skulle gjort noe annerledes, kunne vi kjørt øvelsen flere ganger slik at alle fikk prøvd seg. Dette var en enkel trening å planlegge, men som likevel ga bra utbytte, forteller hun.



Foto: Stine Elisabeth Antonsen



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



Deltakerne på kurset for førstehjelpsinstruktører på Kongsvinger lærer seg å undervise i førstehjelp på barn. Foto: Ellen Johanne Jarli

Drømmer du om å bli instruktør?

Her er det du trenger å vite for å ta steget!

Denne artikkelen er til deg som har en drøm om å bli instruktør. Kanskje er du usikker på om du passer til det? Kanskje tror du at det er vanskeligere enn det egentlig er?

TEKST: RUNI PUTTEN

Vi lover at du vil ha mye glede av å være instruktør i Norsk Folkehjelp. Du får sjansen til undervise i noe av det viktigste noen kan lære bort, nemlig det å redde liv!

Du vil føle at du gjør en forskjell for folk, og noe av det som vil glede deg aller mest, er å få tilbakemeldinger på at det som du lærte bort på kurs har gjort at din kursdeltaker har bidratt til å redde et liv.

En absolutt faktor for å være instruktør, og som kan være litt skummelt for mange, er

det å tørre å prate i forsamlinger.

Vi vet at dette kan være utfordrende for mange, og derfor vil du i løpet av instruktørutdanningen både lære teknikker og få erfaring nok til å bli trygg i rollen som instruktør for større grupper.

Kunnskap og metoder

Det er også tre andre viktige faktorer som må være på plass for at du skal kunne virkeliggjøre drømmen om å være instruktør:

1. Du må ha lyst og evne til å tilegne deg kunnskap innenfor det aktuelle fagområdet
2. Du må ha lyst og evne til å tilegne deg ulike undervisningsmetoder
3. Du må delta på og bestå grunnkurs instruksjon og sentrale kurs

Et stort instruktørmiljø

Som instruktør vil du bli en del av et miljø i ditt politidistrikt der instruktører samarbeider om å avholde kurs der det er behov og

etterspørsel. Erfaringsmessig er det utrolig gøy å planlegge og gjennomføre kurs for nye og gamle medlemmer i sitt eget lokalmiljø.

Hver høst har vi også en nasjonal samling for alle våre instruktører, hvor vi tilbyr faglig oppdatering, workshops og sjansen til å dele erfaringer med andre instruktører fra hele landet.

Hva må du gjøre?

Hva er så veien videre dersom du ønsker å ta steget og bli instruktør?

For det første må du ta grunnkurs instruksjon. Dette er et kurs som settes opp i løpet av våren flere steder i landet. I tillegg må du gå sentrale kurs som arrangeres årlig på Kongsvinger i uke 26. Denne datoen er det den samme hvert år, så det er bare å sette av denne uka i kalenderen med en gang!



Foto: Ellen Johanne Jarli

SENTRALE KURS 2020

Ta vår topputdanning og bli:

Førstehjelpsinstruktør • Søk- og redningsinstruktør • Operativ leder

Tid og sted: 20.-28. juni på Politihøgskolens utdanningssenter på Kongsvinger

Sett av datoen allerede nå!

Mer informasjon kommer på folkehjelp.no



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no



Sikring med tau kan være nødvendig for å flytte ei bære trygt i bratt lende. Foto: Ida Kroksæter

Klatreutstyr:

Bruk, vedlikehold og kontroll



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

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

Riktig bruk, vedlikehold og kontroll av utstyr til sikring i bratt og glatt lende er avgjørende for vår sikkerhet. Her tar vi for oss det grunnleggende for bruk av slikt utstyr.

I Norsk Folkehjelp har vi per i dag ikke mange styrende dokumenter og opplæringsplaner for bruk av sikring i bratt og glatt lende, men en del av dette er under utvikling.

Metallkomponenter

Det finnes klatreutstyr av både aluminium og stål, og begge disse kan korrodere. Rust kjenner de fleste til, og den er lett å kjenne igjen på fargen. Korrosjon på aluminium er derimot ikke så lett å få øye på for et utrent øye. Korrodert aluminium ser nesten ut som det forvitrer, og fargen endrer seg ikke nevneverdig. Enkelte ganger kan det

se ut som metallet består av langsgående, porøse fibre som skiller seg fra hverandre på et vis. Andre ganger kan du skrape bort et hvitt eller grått pulver og overflaten blir svært matt og grov.

Vurdering av hvor alvorlig slik korrosjon er, er det nok best å overlate til de som har greie på det, men generelt kan vi si at korrodert stål ofte kasseres av kosmetiske årsaker eller at bevegelige deler blir treige og mister sin funksjon. Aluminium korroderer ikke så lett, men hvis det skjer, kasseres det gjerne med én gang fordi korrosjon i aluminium kan være vanskelig å vurdere omfanget av – og det akselererer i hastighet når det først har oppstått.

Større sår og hakk bør heller ikke forekomme, og slitasjetoleranser på nedfiringsbremser og lignende er gjerne beskrevet i brukerveiledningen.



Både tau og karabiner bør kontrolleres jevnlig. I tillegg er kunnskap om og trening på teknikk helt avgjørende. «Man kan si mye og mangt om kontroll og bruk av klatreutstyr, men det svakeste leddet i kjeden er som regel ikke tau, karabiner eller annet utstyr, men oss som brukere», skriver Peter Harholt.

Vedlikehold av metallkomponenter består av rengjøring om det er nødvendig, og litt smøring med tynnflytende olje kan også gjøres. Med et tynt lag jevnt fordelt på komponentene, beskytter de og gjør at bevegelige deler fungerer som de skal.

Fiberutstyr

Tau, seler, slynger og lignende består for det meste av fiber av for eksempel nylon, polyester eller dyneema. Enkelte spesielle produkter kan være laget av andre «ekstotiske» kunstfibre med hver sine styrker og svakheter. Disse produktene korroderer ikke, men kjemikalier, varme, sollys og feil bruk og lagring kan gjøre skade. Tegn på at disse er skadet kan være misfarging, rifter, kutt og deformasjon. Om en del av et tau, bånd eller lignende har blitt utsatt for varme/friksjonsvarme eller kjemikalier, blir det gjerne stivt og oppfører seg rart gjennom taubremser og andre justeringsanordninger. Rengjøring av fiberutstyr kan

gjøres i vaskemaskin på ullprogram eller tilsvarende, eventuelt vaskes for hånd i mildt såpevann før det skylles og tørkes i romtemperatur. Utstyr som blir vått under bruk skal tørkes med én gang og ikke pakkes ned i tette sekker eller kasser.

Tauene vi bruker heter «strømpetau» og består av en kjerne med langsgående fibre som ligger inni en kryssflettet strømpe. Kjernen og strømpen har alltid forskjellige farger, slik at det er lett å se om strømpen er skadd. Er kjernen synlig gjennom strømpen så skal tauet kasseres. Dersom kjernen er skadd uten at strømpen er skadd, får tauet en «bulk» [blir tynnere] under belastning fordi fibre i kjernen trekker seg sammen og det ikke lenger er noe som støtter strømpen.

Strømpen kan være godt brukt og relativt frynsete før det utgjør noen fare, og et tau med mye og jevn slitasje blir vanskelig å

bruke i taubremser før det utgjør noen særlig sikkerhetsrisiko.

Klatreselen

Av det som utsettes for mest slitasje blant klatreutstyr, er gjerne sentralløkken i selen vår. Sammen med resten av selen bør sentralløkken inngå i det vi kontrollerer av utstyr hver gang vi tar det i bruk. Alle bærende sømmer skal ha en annen farge enn grunnmaterialet - og de må naturligvis være i orden. En sele med for eksempel en ødelagt sort søm på et sort bånd kan fint brukes.

Man kan si mangt og mye om kontroll og bruk av klatreutstyr, men det svakeste leddet i kjeden er som regel ikke tau, karabiner eller annet utstyr, men oss som brukere. Om du er litt usikker på hva du holder på med, så bør du la være.



Espen Brekke (til høyre) på et tidligere besøk hos den islandske redningstjenesten. Foto: Ida Kroksæter

Holdt foredrag på internasjonal konferanse

Den norske redningstjenestens erfaringer med ulykkesforebygging har vekket interesse blant våre islandske kollegaer.

TEKST: ESPEN BREKKE

Den islandske redningstjenestens konferanse for ulykkesforebygging avholdes annethvert år – i motsatt turnus av den mer kjente internasjonale redningskonferansen «Rescue» som Norsk Folkehjelp har deltatt på flere ganger.

Det er «Slysavarnafelagid Landsbjörg» som arrangerer begge konferansene. Slysavarnafelagid betyr ulykkesforebygging, mens

Landsbjörg betyr redningstjeneste. Konferansen for ulykkesforebygging gikk over to dager med ca. 300 deltakere.

De fleste deltakere var fra de lokale forebyggingsgruppene i organisasjonen, mens resten kom fra politiet og offentlige etater. Konferansen hadde fire utenlandske foredragsholdere, ellers gikk alt på islandsk. Temaene omfattet alt fra trafikksikkerhetskampanjer mot ungdom, via sikker skolevei, og trygge lokalsamfunn til sikker ferdsel i naturen.

Som representant fra Norsk Folkehjelp og den norske redningstjenesten kunne jeg fortelle om utfordringene som den økende turismen gir i Norge, med fokus på fjellaktiviteter. Med tall på hendelser fra Trolltun-

ga, Preikestolen og Kjerag kan vi se hvordan ulike forebyggings tiltak som er gjort, har hindret flere aksjoner. Særlig har tiltak på Trolltunga ført til stor nedgang i redningsaksjoner. På Preikestolen har slike tiltak ført til færre leteaksjoner, selv om antallet redningsaksjoner fortsatt er økende.

På Island er det i løpet av de siste årene gjort mange tiltak for å gi turistene bedre informasjon både når de kommer til landet og ved turistattraksjonene. Samtidig skiller Island seg fra Norge ved at mange av ulykkene skyldes uvettig bruk av bil på fjellveier.

I oktober 2020 er det ny internasjonal redningskonferanse på Island. Kanskje noen allerede nå tenker på å delta?

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

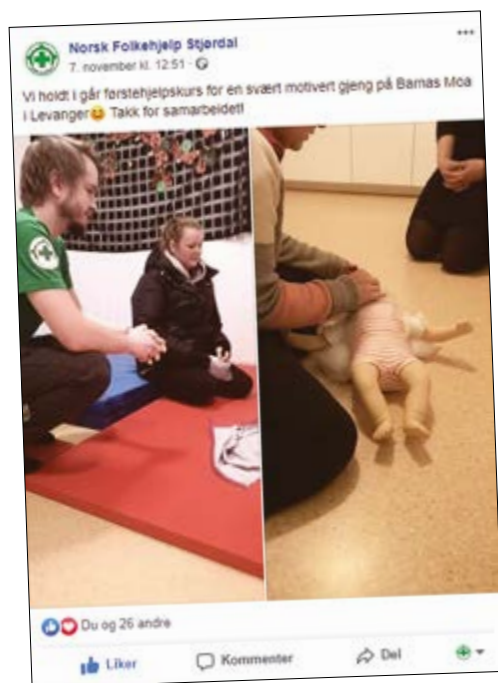


Lik oss på Facebook!
Norsk Folkehjelp Sanitet



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

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!





SOMMERCAMP 2020

Er du klar for årets høydepunkt for Sanitetsungdom?

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

LYSEBOTN, 27. JUNI-5. JULI



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no

Fagblad SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

www.folkehjelp.no



Et mannskap fra Norsk Folkehjelp tar ned redningshelikopteret som kom på besøk under årets sentrale kurs. Foto: Ellen Johanne Jarli



Norsk Folkehjelp