



Norsk Folkehjelp

FAGBLAD

SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

4/2020



EN NY VINTERSESONG I MØTE

Siste nytt om skredredning og risikovurdering
fra Den internasjonale fjellredningskommisjonen.

Fem teknikker
for psykisk førstehjelp

Nytt lokallag
opprettet i Alta

Travle Stjørdal
rekordmange oppdrag



Foto: Marius Nåden. Modell: Eivind Nåden

Nytt skallsett for mannskaper

Tynnere og lettere skalljakke og -bukse som beskytter godt mot regn og vind. Klærne er et supplement til det eksisterende skallsettet i uniformskolleksjonen.

Jakken finnes på lager i størrelser fra XXS-XXXL. Pris: 1.700,- inkludert mva.

Buxen finnes på lager i størrelsene S-XXL. Pris: 1150,- inkludert mva.

Jakken er produsert i 1000 eksemplarer som en spesialproduksjon, noe som betyr at det ikke umiddelbart vil produseres nye jakker når det blir tomt.



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no

SANITET

UTGIVER: Norsk Folkehjelp
Nr 4 - 2020. Årgang 12

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:
Vegard Eidissen Lindbæk, Ida Kroksæter, Live Kummen,
Vegard Standahl Olsen, Peter Harholt, Runi Putten

BILDER:
Muagnus Lønneberg, NTB, Kenneth Molund,
Ida Kroksæter, Espen Brekke, Marius Nåden,
Daniel Versteegen

FORSIDEBILDET:
Mannskaper på skredkurs i Sirdal i 2019.
Foto: Ida Kroksæter

FOTO PÅ DENNE SIDEN:
Mangus Lønneberg, Ida Kroksæter og Espen Brekke

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.



05



06



24

Nytt lokallag i Alta 05
Øker beredskapen i Finnmark

Travelt i Stjørdal 06
Rekordmange aksjoner i 2020

Psykologisk førstehjelp 16
Fem evidensbaserte teknikker

Risikovurdering under en pandemi 18
Faren ved ensidig fokus

Nye kursplaner klare 22
For søk- og redningskurset og nytt laglederkurs

Nye produkter i nettbutikken 24
Nye uniformsplagg og bager til salg



Mannskaper på akutthjelpkurs i Stjørdal i september, med munnbind og forholdsregler for å kunne gjennomføre kurs. SSU-leder Vegard Eidissen Lindbæk håper vi i løpet av 2021 kan møtes ansikt til ansikt igjen. Foto: Ida Kroksæter

– Vi sto fram og leverte da vi trengte det som mest

2020 er året der pandemien overskygget alt. Vi så allerede i februar at noe var i utvikling i Europa. Virusene vi hadde hørt om i Kina, spredde seg raskt gjennom vårt eget kontinent og 12. mars måtte også Norge stenge ned. Dette påvirket selvsagt også oss og vår aktivitet. Vi måtte stanse all aktivitet som ikke var strengt nødvendig. Temakvelder, kurs og øvelser ble stoppet. Fagkonferansen ble avlyst, sommerleir for ungdom ble avlyst, sentrale kurs ble avlyst.

Samtidig måtte vi omstille beredskapen for å møte oppdragene våre på en trygg måte. To vesentlige faktorer måtte på plass; smittevernutstyr og kunnskap om smittevern. Dette fikk vi ordnet på rekordtid. Samtidig omstilte lagene seg til en ny type beredskap. Vi bistod kommuner med viktige oppgaver, sto på flyplasser og havner for å informere tilreisende og kjørte ut matvarer til folk som ikke kunne gå på butikken selv.

Våre beredskapsambulanser kom også fram i lyset, og de kommer også til å være viktige i framtiden. I årene framover må vi satse på at flest mulig tar det nye kurset «avansert førstehjelp», og at vi får flere biler i tjeneste.

Mens pandemien har vært over oss, har vi klart å holde oss operative. Flere lag melder om økning i antall redningsoppdrag og vår

beredskap for redningstjenesten har vært minst like viktig som før. Når vi oppsummerer pandemiåret 2020, er vi i Sentralt Sanitetsutvalg stolte over at alle våre lag sto fram og leverte da vi trengte det som mest.

2021 vil nok også bli preget av pandemi. Men jeg er trygg på at vi skal levere god beredskap også neste år. Vi går inn i det nye året med håp om at kampen mot covid-19 snart skal vinnes, at vi kan ta hverdagen vår tilbake og at vi etter hvert kan møtes ansikt til ansikt igjen.

*Vegard Eidissen Lindbæk,
leder i Norsk Folkehjelp
Sanitet*





Kartet viser de nordligste lagene som jobber med beredskap. Norsk Folkehjelp Alta er nyeste tilskudd. Fra venstre: Andreas Tanem [Norsk Folkehjelp Nordreisa], Jon Einar Pettersen, Emil Husby, Elena L. Husby, Atina Karlsen. Foto: Magnus Lønneberg

Nytt lag skal jobbe med beredskap i Alta

Norsk Folkehjelp Alta er nyeste tilskudd i folkehjelpsfamilien.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Interimsstyret ble satt i september, og består av flere medlemmer med lengre fartstid i Norsk Folkehjelp. Leder Emil Husby er en av dem:

– Jeg var med i Norsk Folkehjelp i Tromsø før jeg flytta til Alta i 2017. Jeg syntes det var synd at det var et hull i kartet og at jeg ikke kunne være med i folkehjelpa her. Alta er også et interessant område å jobbe med beredskap. Primært ønsker vi å bli dyktige på søk og redning, skred og andre hendelser ute i terrenget, forteller han.

Nordøst for Tromsø og Nordreisa, rett sør for Sørøya og innerst i Altafjorden, ligger Finnmarks største by med sine 15.000 innbyggere. Kjører man videre sørover, kommer man til Finnmarksvidda og Kautokeino.

Mangel på beredskapsressurser

– Det er naturlig for oss å tenke beredskap utover våre egne kommunegrenser. Vi øn-

sker å støtte Norsk Folkehjelp Hasvik på Sørøya når de trenger bistand, samtidig som det er mye aktivitet med både reindrift og scooteraktivitet mot indre strøk.

Laget er fortsatt i oppstartsfasen, men de er ikke i tvil om behovet for mer redningskapasitet i Alta.

– Politiet er positive til alle initiativ som styrker kompetansen på skred og søk og redning her i området, og vi ønsker også et godt samarbeid med de andre frivillige organisasjonene. På hendelser i området er Røde Kors veldig flinke til å stille opp, men det er mangel på beredskapsressurser her. Vi håper å bli et tilskudd til dette, sier han.

I tillegg vil det også være behov for ressurs-er som kan bidra til leteaksjoner i bebygde områder.

– Vi kommer til å få leteoppdrag knyttet til både økt selvmordsrisiko og demens, sier Husby.

Gode samarbeidspartnere

Nå gleder lederen seg til å ta imot nye

medlemmer og komme i gang med aktivitet så fort smittesituasjonen tillater det.

– Når det blir mulig, ønsker vi å ha en infokveld for interesserte. Medlemmene våre skal bli godt ivaretatt når de kommer inn, og vi skal ha en kursplan klar slik at vet hva de kan forvente av oss.

– Samtidig ønsker vi også å informere om alt det andre Norsk Folkehjelp gjør. Det er en utrolig interessant organisasjon som gjør mye bra utover det som er vår aktivitet. Folk utvikler seg over tid, og vi ønsker å vise at man også kan utvikle seg medlem i Norsk Folkehjelp, sier Husby.

I oppstartsfasen er likevel hovedfokus på beredskap, og styret har fått god hjelp fra de andre lagene i regionen.

– Hasvik og Nordreisa gitt oss solid støtte, og vi setter stor pris på det de har gjort. Vi skal samarbeide om kursing, og vi håper at vi kan bidra mer inn i dette samarbeidet når vi etter hvert får utdannet instruktører, sier Husby.



Norsk Folkehjelp Stjørdal: Fra nedleggelse til rekordmange aksjoner på to år

På kort tid har Norsk Folkehjelp Stjørdal blitt en viktig beredskapsressurs i Trøndelag.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Det er slutten av september og mannskaper fra tre ulike lag er samlet til akutthjelpkurs i Stjørdal. De skal bruke to ettermiddager denne uka på å bli enda bedre på livreddende førstehjelp.

– Effekten av å ha kurs sammen med andre lokallag, er at man blir bedre kjent med hverandre og vet hvor man har hverandre. I tillegg er dette et stort kompetanseløft for flere hos oss som er ferske og akkurat har tatt førstehjelpskurset, sier Andreas Nårstad, som er leder i Norsk Folkehjelp Stjørdal.

Men det er ikke selvsagt at Stjørdal kan invitere til kurs i det hele tatt.

Det var mange som sørget da laget ble lagt

ned i 2016. Det var de helt til Nårstad flyttet til byen i 2018, med over ti års erfaring fra Røde Kors og lyst til å bygge opp noe nytt.

Kaffe på Egon

Han fikk tips om å ta kontakt med Per Flekstad, som har over 40 års erfaring som frivillig i Stjørdal og fortsatt lyst til å bidra til beredskapsarbeidet i hjembyen.

– Samme kveld som jeg tok kontakt, møttes vi til kaffe på Egon og begynte å legge planer, sier Nårstad.

I november 2018 ble Norsk Folkehjelp Stjørdal opprettet på ny. Det store målet var et informasjonsmøte i januar.

– Vi fant ut at vi måtte jobbe effektivt med promotering, og at det å betale for promotering på Facebook ga veldig gode resultater. Vi satset på gode bilder og prøvde å bruke sosiale medier på riktig måte. Vi skjønte raskt at gode bilder og litt tekst var det beste. I tillegg lagde vi videoer der vi fortalte om hva vi gjør og hvordan vi jobber,

forteller Nårstad.

På denne måten fikk de 30 personer til å møte opp på informasjonsmøtet. 15 av dem meldte seg inn og begynte å ta kurs.

– I dag har vi blitt 25 på alarmlista. Vi jobber fortsatt aktivt med promotering hele tiden, og har som mål å ha et informasjonsmøte i januar hvert år, sier Nårstad.

– Det er utrolig gøy å være med på denne reisen. Det er nesten som å være nyforelsket igjen, ler Per Flekstad, som nå er økonomileder i laget.

Rekordmange aksjoner

De 25 mannskapene i laget har gjort en formidabel jobb i 2020. Alarmen gikk 28 ganger bare mellom mai og september. Det er en stor økning sammenlignet med 2019, da de hadde 30 aksjoner i løpet av hele året.

– Det er spennende å se om det er en varig økning. Det har vært ganske mange leteaksjoner etter demente, men også en stor



Norsk Folkehjelp Stjørdal hadde et fullsatt akutt-hjelperskurs i høst. Kurset gikk over to kvelder, og deltakere fra Trondheim og Meråker deltok også. Foto: Ida Kroksæter

økning i kategorien økt selvmordsrisiko. I tillegg har det vært både turågere, bærplukkere, jegere og savnede barn, så det har vært et ganske bredt spekter, forteller Andreas Nårstad.

Hvordan greier dere å holde motivasjonen oppe?

– Vi merker på medlemmene at det har vært mange aksjoner nå, og responsen på alarmene har gått noe ned. Det er viktig å hele tiden motivere og være åpen om at vi setter pris på innsatsen. Og så prøver vi å gi noe tilbake i form av kurs og kompetanse så ofte som mulig.

Flere prosjekter under koronakrisen

Laget viste seg også som handlekraftige da koronaviruset kom til Norge. I begynnelsen satt de vakt på Trondheim lufthavn for å informere tilreisende om viruset og lokale tiltak.

– Vi ble også inkludert i kommunens krise-råd. Der hadde vi ukentlige Teams-møter da

det sto på som verst. I tillegg har vi hatt ukentlige møter med helsetjenesten i Stjørdal kommune for å være forberedt på å bistå med bemanning på sykehjem i området.

Laget tok også flere initiativ for å dekke opp andre behov som oppsto i lokalsamfunnet.

– Vi fikk støtte til å sette i gang en telefontjeneste, slik at de som satt i karantene kunne få noen å snakke med. I tillegg fikk vi støtte fra Samfunnspolitisk Utvalg til et påskegaveprosjekt. Vi lagde 300 påskegaver til folk som satt alene eller var i karantene i Stjørdal kommune. Det var mange eldre som ikke kunne ha besøk av familien på den tiden. Det var et veldig artig prosjekt å være med på, sier Nårstad.

Bedre samspill i Trøndelag

Andreas og Per har vært pådriverne for å få laget opp å gå igjen, men det er flere som bidrar til suksessen:

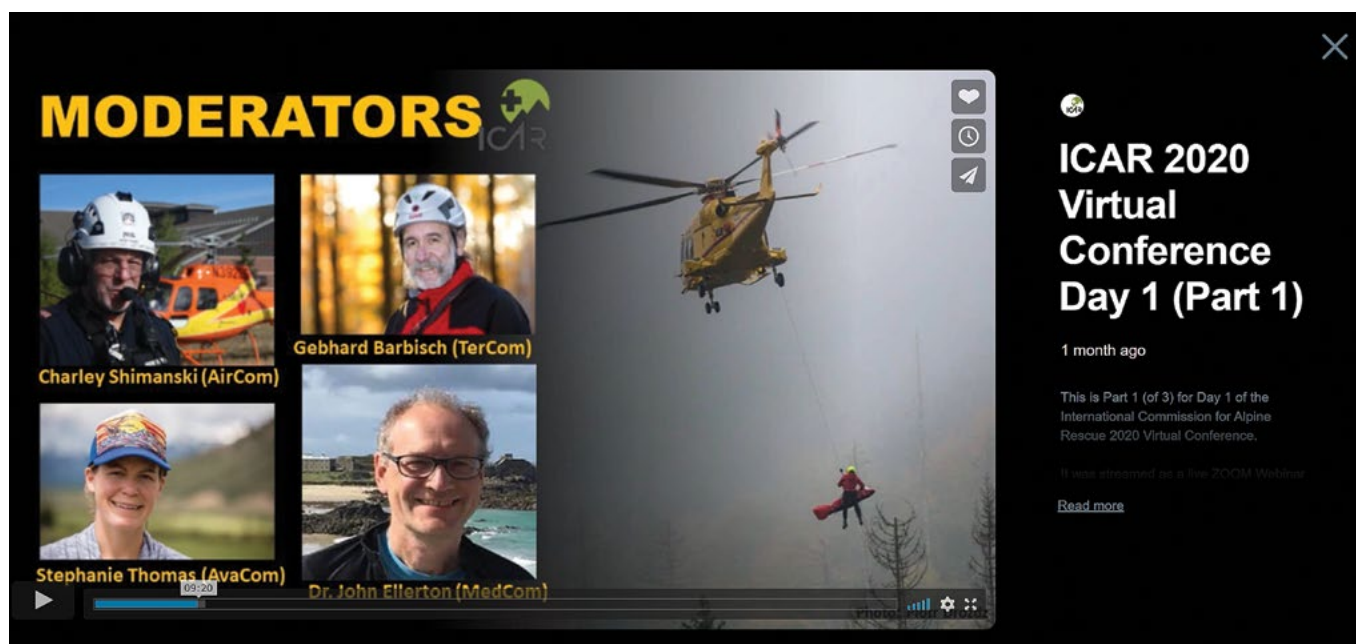
– Det er mange flere enn oss i laget. Vi har utdannet flere nye instruktører og hatt folk

på lagelederkurs, så det er mange som tar ansvar og er med og drar lasset, sier Nårstad.

I tillegg til å være leder i laget, er han også er beredskapsleder i Trøndelag og har et ønske om et tettere samarbeid blant lagene i regionen.

– I dag er deltakere fra både Stjørdal, Meråker og Trondheim på kurs sammen, og det er kjempefint. Jeg ønsker å øke aktivitetsnivået i Trøndelag generelt og få til et bedre samspill mellom lagene her, forteller han.

– Målet mitt er at vi skal utfylle hverandre der vi trenger det. Meråker og Tydal er mye flinkere på fjellredning enn det vi i Stjørdal noen gang kommer til å bli, men jeg håper etter hvert at de kan komme hit og være med på søk når det trengs ekstra ressurser her, og at vi kan reise til dem og bidra med det vi kan for deres fjellredningstjeneste, sier han.



Årets IKAR-kongress ble digital, og alle innleggene kan du finne igjen og se på Vimeo. Link til videoene finner på alpine-rescue.org. Foto: Skjermdump

Den internasjonale fjellredningskommisjonen (IKAR) i annerledesåret

Årets IKAR-kongress skulle vært i Thessaloniki i Hellas i oktober, men som så mye annet ble dette selvfølgelig ikke mulig å gjennomføre som planlagt i år.

TEKST: LIVE KUMMEN

I stedet ble det gjennomført en virtuell konferanse med fire økter på fire timer, fordelt over to helger. Konferansen fant sted på Zoom, og hver økt hadde en moderator som styrte presentasjoner og diskusjon. Presentasjonene var forhåndsinnspilt, men med mulighet til å stille spørsmål til foredragsholderne i en chat som deretter ble besvart live.

Tema for konferansen var «risikovurdering i fjellredningsoperasjoner», og det ble presentert mange gode innfallsvinkler til temaet basert på erfaringer fra fjellred-

ningsmiljøer over hele verden. Norsk Folkehjelps IKAR-delegater fulgte selvfølgelig konferansen også i år, og på de neste sidene og i neste fagblad vil vi presentere nyheter og læringsmomenter som vi tenker er relevante for vår innsats i redningstjenesten.

Presentasjonene er lagt ut i sin helhet på Vimeo, og link finnes på alpine-rescue.org dersom du skulle ønske å se nærmere på noen av temaene.

Alt i alt var det et godt gjennomført alternativ til IKAR-kongressen, selv om utbyttet blir annerledes når man ikke kan møtes fysisk til felles drøfting og refleksjon. På en annen side var det rekordstor deltakelse på kongressen, noe som sannsynligvis er et resultat av at det er praktisk og økonomisk enklere for flere å møtes på en digital plattform.

FAKTA

DEN INTERNASJONALE FJELLREDNINGSKOMMISSJONEN (IKAR)

- En årlig kongress som samler representanter fra fjellredningsmiljøet over hele verden
- Norsk Folkehjelp ble tatt opp som medlem i 2015
- I 2020 ble den for første gang arrangert digitalt, med rekordstor deltakelse
- Norsk Folkehjelp var representert ved rådgiver Vegard Standahl Olsen og frivillig Live Kummen

365 DAYS A YEAR
24 HOURS A DAY ON-CALL
450 RESCUE MISSIONS

TRUST IS EARNED



Norsk Folkehjelp



ALIVE
SINCE / 1877



Å jobbe i bratt terreng er knyttet til risiko. Sentralt Sanitetsutvalg ønsker å øke fokuset på sikkerhet i arbeidet vårt. Foto: Espen Brekke

Må det en ulykke til for at vi skal lære?

Under årets IKAR-konferanse ble temaet «å lære av ulykker» tatt opp. Dette er noe alle organisasjoner bør prøve å oppnå, men som mange sliter med å lykkes med.

TEKST: VEGARD STANDAHL OLSEN

Dette gjelder også Norsk Folkehjelp, som har systemer for å rapportere avvik, men som ikke jobber aktivt nok med å lære av våre erfaringer.

Innlegget under IKAR-konferansen snudde fokuset fra å lære av ulykker til å omhandle det å lære av nestenulykker med potensielt dødelig utfall. Denne innfallsvinkelen,

hvor man velger å jobbe med hendelser med farefullt potensiale, kan forstås som betydelig mer proaktivt enn å vente på ulykken – for så å lære av den. Innfallsvinkelen er særlig relevant for oss som til nå ikke har hatt dødsulykker knyttet til vårt bidrag i redningstjenesten.

Norsk Folkehjelp har gjennom sikkerhetsundersøkelsen fra 2015 avdekket at mange mannskaper har vært borti farefulle situasjoner i tjenesten. Disse erfaringene er det viktig å få delt og lært av, slik at vi kan operere tryggere i fremtiden.

«SAR 2.0» er en ny versjon av rapporteringssystemet vi bruker etter endt søk- og redningsoppdrag. Her kan man melde inn avvik og kreve at de blir fulgt opp av egen organisasjon eller oppdragsgiver, som i vårt

tilfelle vil være politiet. Vi må bli flinkere til å melde ifra og fortelle om nestenulykker. Mørketall og hendelser bidrar ikke til å gjøre vår tjeneste tryggere, og vi har et felles ansvar for å lære.

Sentralt Sanitetsutvalg (SSU) ønsker å ha høyt fokus på sikkerhet, og læring av nesten-ulykker er et viktig element i dette.

– For fremtiden vil vi aktivt jobbe for å fange opp og dele erfaringer fra hendelser hvor det nesten gikk galt. En viktig erkjennelse i dette arbeidet er at det ofte må en ulykke til før man velger å innføre tiltak som skal bedre sikkerheten, sier SSU-leder Vegard Lindbæk.

Nyhet!

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



Fra kr. 12.000,-



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.

«Mest for pengene» i
bladet Jeger
nr.1 2018



Nå på tilbud! Kr. 1195,-

Fenix FD65 med 3800 lumen lysstyrke og rekkevidde på 410m. inkl. 4 stk oppladbare 18650 Li-ion batterier

Best av de billige
Jeger 02/2019



Kr. 1199,-



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



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

IKAR etablerer drone-arbeidsgruppe

Bruk av droner er et stadig mer aktuelt tema innen fjellredning. Verktøyet kan være både en verdifull ressurs og representere en fare i søk- og redningsaksjoner.

TEKST: LIVE KUMMEN

Det finnes eksempler på savnede eller skadde personer som har blitt lokalisert ved hjelp av droner, men også eksempler på potensielt farlige hendelser som involverer droner og redningshelikoptre.

For å adressere dette og kunne komme med

anbefalinger for bruk av droner i fjellredning, setter IKAR nå ned en arbeidsgruppe som ledes av luftredningskommisjonen og består av representanter fra alle IKARs kommisjoner.

Formålet er å integrere droner i redningstjenesten på en mest mulig effektiv og trygg måte. Arbeidsgruppa skal holde seg oppdatert på teknologiens utvikling, følge med på internasjonale reguleringer og evaluere hendelser og ulykker som involverer andre luftressurser.

Kompetansen til de som skal operere dronene vil også være i fokus:

– Du trenger ikke bare en dronepilot, du trenger en dronepilot som også er et erfarent redningsmannskap. Vi har ikke behov for vakre landskapsbilder, men informasjon fra et ulykkessted – og kun operative, erfarne mannskaper vil vite hva man skal se etter og hva som er relevant for innsatsleder i koordinering av redningsinnsatsen, sier Gebhard Barbisch, leder for bakke-redningskommisjonen i IKAR.

Arbeidsgruppa vil presentere sine erfaringer på de kommende IKAR-kongressene.



Skredaksjon på Dachstein i Østerrike

– hva kan vi lære av slike hendelser?

Fem skiturister fra Tsjekkia på topptur ble i mars tatt av et skred på fjellet Dachstein. Hva kan vi lære av denne ulykken?

TEKST: VEGARD STANDAHL OLSEN

«The Dachstein» er et populært område for skiturisme og alpinisme i Østerrike. Området er populært både sommer og vinter, og er lett tilgjengelig som følge av en gondolbane som frakter turister opp til isbreen som ligger 2700 meter over havet. Fra breen kan man nyte lange nedkjøringer på ski, eller ta seg videre mot toppene som ligger som perler på en snor i området.

Dette lett tilgjengelige alpine fjellområdet tiltrekker seg årlig mange tusen turister.

Den 8. mars 2020 startet en gruppe på fem personer på en tur fra øvre fjellstasjon, med mål om å bestige selve toppen av Dachstein. Dette er en tur på om lag to kilometer, med

en høydestigning på rundt 300 meter. Turen innebærer krysning av en isbre før man tar seg opp til toppen ved hjelp av en via ferrata, som er fastmonterte jernstiger i fjellet.

Det var fint vær og moderat skredfare (grad 2) i området. Et ekstra farevarsel var annonsert, og det var meldt om økt skredfare over tregrensa som følge av vindtransportert snø som hadde lagt seg over et tynt islag.

Ulykken skjedde nær området hvor gruppen skulle begynne å gå via ferrataen.

Snøskredet som løses ut starter på om lag 2750 meter over havet, er 500 meter langt og 100 meter bredt. Det tar med seg de fem turistene mer enn 200 meter ned fjellsiden. Skredet ble trolig løst ut av turgåerne selv, som alle belastet snødekket på omtrent samme sted. Selve bruddkanten av skredet lå tett opp til fjellet, ca 100 meter over de skredtatte. Her var terrenget vel 35 grader bratt.

I Østerrike har de et veletablert rednings-

apparat som i stor grad er basert på frivillige og profesjonelle som samarbeider. De nærmeste helikoptrene til skadestedet var kun sju og ti kilometer unna, men begge helikoptrene måtte klatre mer enn 1500 høydemeter for å komme til skadestedet. De var på plass allerede 25 minutter etter at skredet ble oppdaget.

Totalt sett var redningsinnsatsen imponerende stor, med 90 fjellreddere, åtte hundeevipasjer, 30 sivile, fire luftambulanser, fire politihelikoptre og ett militært helikopter.

Omfanget av skredulykken trigget senere en debatt om konsekvensene av lett tilgjengelige alpine fjellområder og kvalifikasjonene til de som velger å ferdes der. Denne ulykken bar preg av en rekke mindre optimale omstendigheter, slik som at alle i gruppen var godt utrustet for klatring, men hadde ingenting av nødvendig skredutstyr med seg. Med en så effektiv redningstjeneste i området er dette en viktig påminnelse



Dachstein-massivet er et populært reisemål i Østerrike, og gondolbanen som du ser til venstre i bildet gjør fjellene tilgjengelig for enda flere. Foto: NTB

av at lokalisering av skredtatte vil skje betydelig raskere dersom man velger å benytte seg av sender/mottaker.

Det er også lett å stille spørsmålstegn ved skredfarevurderingene som ble gjort. Farevarselet med nylig innblåste snømasser over et glidelag, burde vært mulig å fange opp for å danne grunnlag for trygge vurderinger. Kanskje var det slik at det var klatringen som var deres fokus for dagen, og at farene på veien mot målet derfor ble oversett. Nøyaktig hvorfor det gikk galt denne gangen kan vi ikke si med sikkerhet, men noen læringspunkter kan vi likevel hente.

- Til tross for effektiv redningstjeneste vil lokalisering av skredtatte alltid være raskest i form av kameratredning. Dette forutsetter at man velger å benytte seg av sender/ mottaker når man skal ferdes i alpint terreng
- Skred er også i Norge en hovedårsak blant skader og dødsulykker blant klatrere. Det

vil si at ulykken skyldes farer som ikke er forbundet med hovedaktiviteten. Som denne hendelsen beviser, er det en sammensatt øvelse å ta høyde for alle farer ved å drive aktiviteter i alpine omgivelser

- Som følge av økt turisme og tilrettelegging i norske fjell, vil vi i redningstjenesten trolig oppleve flere tilsvarende hendelser hvor turister havner steder de ikke burde ha vært. Vår rolle som frivillige mannskaper er primært å levere god redningstjeneste, men det er ikke tvil om at det å bidra til godt opplysningsarbeid – for eksempel om vær og skredfare – vil kunne hindre alvorlige ulykker.

I etterkant er det lett å se feilene som ble gjort av turfølget, men denne hendelsen er på ingen måte unik. Erfaringen fra ulykken må fungere som en viktig påminnelse om de utfordringene som kan følge av økt ferdsel, turisme og tilrettelegging i fjellet.

FAKTA

HENDELSESFORLØPET

08:14: En gruppe på fem personer fra Tsjekkia legger ut på tur mot toppen av fjellet Dachstein i Østerrike

09:15: Et snøskred blir oppdaget av en hytteeier

09:17: Et annet turfølge som var i nærheten, er på stedet. De søker med sender/mottaker uten å motta signal

09:40: Første redningshelikopter ankommer

10:17: Første lavinehund ankommer

10:23: Tre av de fem skredtatte blir funnet av lavinehund. De ligger tett sammen

10:34: Den fjerde blir funnet ved hjelp av søkestang

10:49: Den femte skredtatte blir funnet. Alle fem blir funnet omkommet innen femten meters avstand fra hverandre

11:05: Redningsaksjonen avsluttes



Skredmannskaper i Norsk Folkehjelp har nå et nytt verktøy å støtte seg til i forbindelse med skredaksjoner. Foto: Ida Kroksæter

Nytt støtteverktøy for skredmannskaper

Under årets IKAR-kongress fikk vi presentert AvaLife, et verktøy som gir beslutningsstøtte for å optimalisere prioritering og overlevelse for skredtatte.

TEKST: VEGARD STANDAHL OLSEN

Skredekspertene har tatt inn over seg at de første 60 minuttene etter at man blir tatt av et skred er de mest kritiske. Etter dette faller overlevelsessjansen radikalt som følge av kvelningsfare og traumeskader. I løpet av de første 35 minuttene, når det ofte er begrenset med redningsressurser tilgjengelig, dør 70 % av de som er fullstendig begravd. De fleste dør av kvelning.

En skredulykke er en kompleks situasjon som krever effektive søk, effektiv redning og ikke minst tidlig medisinsk behandling. AvaLife er et støtteverktøy som skal bidra til at de livreddende ressursene brukes på de viktigste oppgavene. I praksis er dette et beslutningsverktøy med en integrert del for pasientprotokoll.

Støtteverktøyet ble presentert av Peter Paal, Darryl Macias, Scott McIntosh og Manuel Genswein på årets IKAR-konferanse.

Et flytskjema

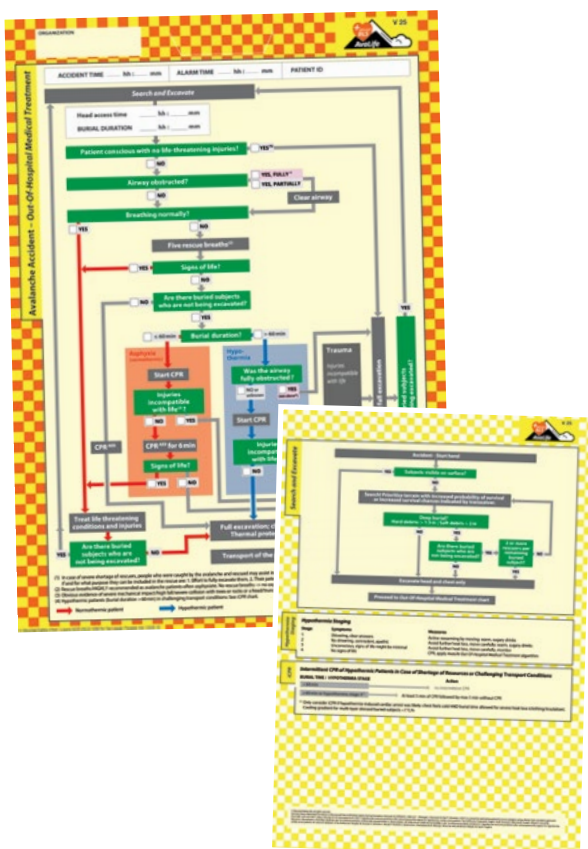
AvaLife er utformet som et flytskjema som fås digitalt, eller som kan skrives ut i lommeformat. Det er utviklet versjoner for den profesjonelle brukeren, slik som leger og redningsmenn, men også for vanlige skiløpere.

AvaLife følger normale prosedyrer for gjenopplivning, men hjelper deg som redningsmannskap å prioritere din innsats om situasjonen innebærer flere begravde.

Kort forklart: Om skredulykken innebærer flere skredtatte og den første som blir funnet har vært begravd i mindre enn 60 minutter, skal man gi HLR i inntil seks minutter før man går videre med å søke frem de andre skredtatte.

Seks gyldne minutter

Disse gyldne seks minuttene er et resultat av omfattende studier hvor det er blitt forsket på overlevelse ved skredulykker og kombinert dette med en statistisk metode kalt «Bayesianske nettverk» for å komme frem til den tiden man optimalt sett bør



AvaLife er et flytskjema som gir beslutningsstøtte for å optimalisere prioritering og overlevelse for skredtatte.

bruke på den første som blir funnet i skredet, før man går videre i søksarbeidet.

I mange tilfeller vil vi som organiserte redningsmannskaper bruke mer enn 60 minutter på å komme frem til stedet for skredulykken. Forhåpentligvis er den skredtatte allerede lokalisert og gravd frem i god tid før vi kommer.

Dersom den skredtatte blir fremgravd etter mer enn 60 minutter med luftvei som ikke pakket av snø og is, kan hjertestans skyldes nedkjøling og man skal utføre HLR helt frem til sykehuset hvor pasienten kan varmes opp under kontrollerte forhold.

ISSW til Tromsø



Verdens største snø- og snøskredkonferanse, ISSW, legges til Tromsø i 2024. Hvordan klimaendringer påvirker snø og usikkerhet knyttet til snøskredulykker er to viktige temaer for konferansen.

TEKST: VEGARD STANDAHL OLSEN

Konferansen International Snow Science Workshop [ISSW] samler over 1000 forskere og praktikere for å dele ny kunnskap om snøskred og snøvitenskap.

Den internasjonale styringskomiteen for ISSW bestemte i oktober at Norges arktiske universitet [UiT], Norges vassdrags- og energidirektorat [NVE], Norges Geotekniske Institutt [NGI] og Statens vegvesen [SVV] skal arrangere ISSW i 2024. Dette er første gang konferansen legges til Norden.

– Kunnskap om snø og snøskred er svært viktig for Norge, og vi ønsker at ISSW i Tromsø skal gi et skikkelig kunnskapsløft for næringsliv, forskere, friluftsliv og skoler, påpeker rektor Anne Husebekk ved UiT i ei pressemelding fra arrangørene.

Konferansen har som mål å samle forskere og de som har praktisk nytte av kunnskap om snø og snøskred, slik at ny kunnskap raskt kan tas i bruk og forskningen kan sette søkelys på anvendte problemstillinger.

Klima og usikkerhet blir sentrale temaer for konferansen. Siden snøen er svært følsom for endringer i temperatur, vind og andre værforhold, vil den også være følsom for klimaendringer. I tillegg er mange snøskredulykker knyttet til menneskelige beslutninger og håndtering av usikkerhet.

Norsk Folkehjelp har allerede meldt seg som støttespiller til konferansen.



Mennesker reagerer ulikt på tøffe opplevelser, men likevel finnes det noen teknikker for psykologisk førstehjelp som har vist seg å være effektive. Dette bildet er fra en øvelse på sentrale kurs. Foto: Ida Kroksæter

Psykologisk førstehjelp: Fem evidensbaserte teknikker

Vi trener mye på førstehjelp og vet godt hva vi skal gjøre dersom pasienten har ufri luftvei, hjertestans eller et beinbrudd. Psykiske reaksjoner og emosjoner kan det imidlertid være vanskelig å tilnærme seg på en like systematisk måte.

TEKST: LIVE KUMMEN

Under en aksjon vil det ofte være behov for psykisk førstehjelp så vel som fysisk – det kan være pasienten som har hatt en nær-døden-opplevelse, turfølget som har sett kameraten bli begravd under snøen eller mannskapet som er preget av tøffe inntrykk.

Ulike mennesker reagerer ulikt på slike hendelser, men likevel finnes det noen teknikker

for psykologisk førstehjelp som har vist seg å være effektive. Disse har blitt presentert i den internasjonale fjellredningskommissjonen ved flere anledninger, senest på den virtuelle konferansen i høst.

De fem teknikkene er:

1) Trygghet: Sørg for å komme utenfor fare, og forsikre om at det er trygt. Skjerm vedkommende fra negative detaljer fra ulykken og redningsaksjonen, men gi korrekt informasjon. Ivareta basale behov som mat, vann og ly.

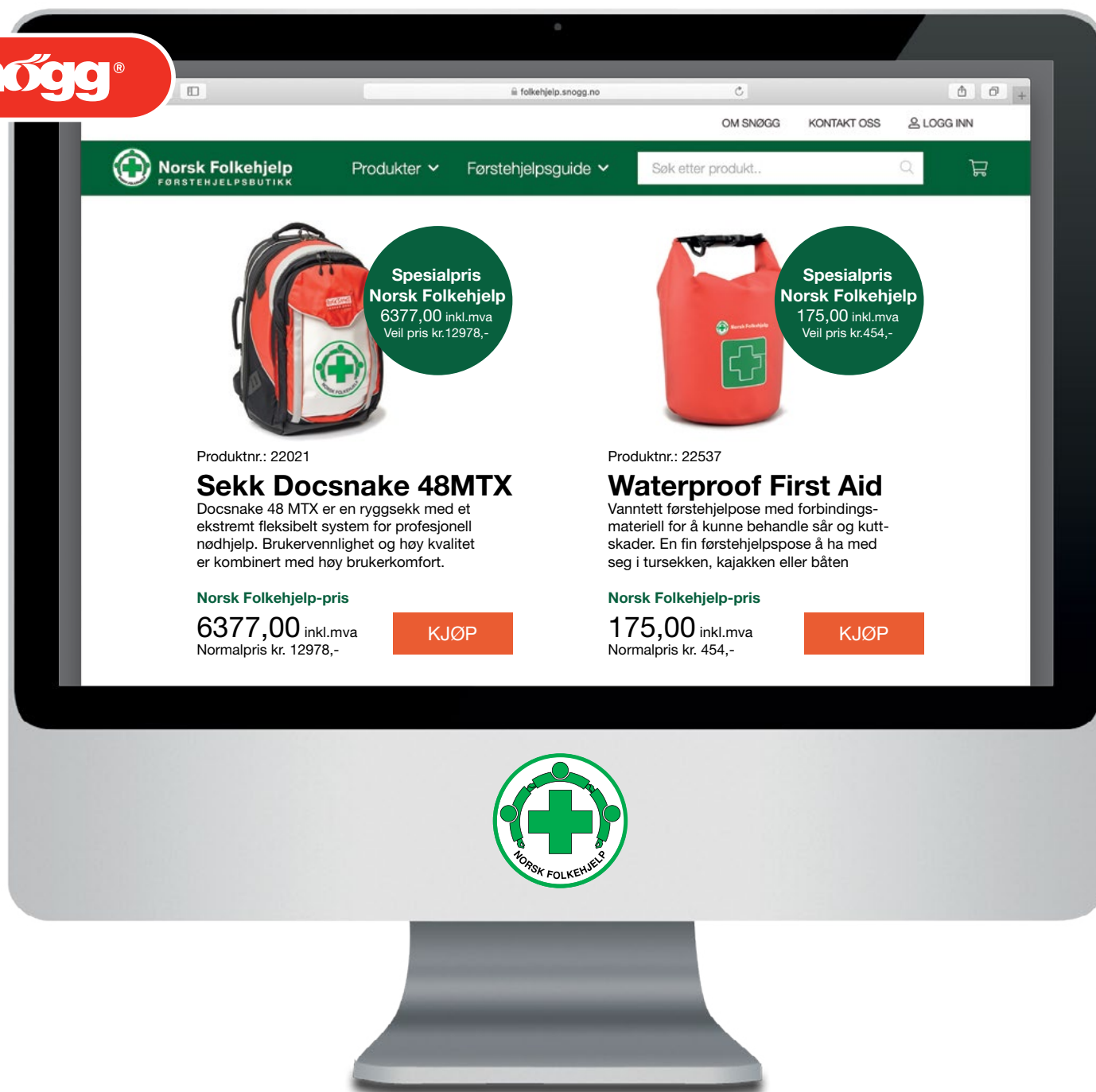
2) Ro: Hjelp vedkommende med å holde seg rolig. Flytt til roligere omgivelser. Oppfordre til å puste dypt og demonstrer dette.

3) Kontakt: Prøv å oppnå god kontakt, for eksempel ved å bruke vedkommendes navn. Bistå med å opprette kontakt med venner, familie eller profesjonell hjelp.

4) Mestring: Dette kan motvirke en følelse av hjelpeløshet og reetablere følelsen av kontroll. Gi vedkommende meningsfulle oppgaver. Gi positive tilbakemeldinger på vedkommendes innsats før redningsressurser kom til stedet og understrek det de har gjort rett.

5) Håp: Ikke gi falske forhåpninger, men fokuser på videre handlinger som kan gi meningsfulle utfall. Legg en plan. Fokuser på forutsigbare og realistiske trinn de kan ta for å komme seg fremover.

Disse punktene kan være et enkelt og konkret verktøy å støtte seg til i en vanskelig situasjon. Dette er førstehjelp, altså hjelp som kan gis av ikke-profesjonelle i en umiddelbar akutfase. Det vil være viktig å opprette kontakt med et profesjonelt støtteapparat for videre oppfølging.



GODE TILBUD I VÅR NYE NETTBUTIKK

Tradisjonsrike Norgesplaster AS og vårt anerkjente varemerke Snøgg, har sammen med Norsk Folkehjelp bygget en ny nettbutikk der vi tilbyr et utvidet utvalg og produktsortiment.

folkehjelp.snogg.no

Tilbudene varer t.o.m 6 april.



Risikovurdering under en pandemi

– faren ved ensidig fokus

Vanntett ytterlag og smittefrakker reduserer fordampningstapet betraktelig, og kan føre med seg andre utfordringer enn smitte under bruk.
Foto: Ida Kroksæter

I disse dager er hverdagen, nyhetene og beredskapen preget av én ting: Covid-19-pandemien.

TEKST: LIVE KUMMEN

Vi må huske avstand, bruke riktig smittevernustyr, hoste i albuen og holde oss hjemme i størst mulig grad. Alt dette tar vi også med oss på aksjon og tjeneste – det er viktig å verne om den lokale beredskapen og overholde forholdsreglene for smittevern. Men våre oppdrag som redningsmannskap kan også innebære andre, ofte mer sannsynlige og farligere risikomomenter enn koronaviruset. Derfor er det viktig å løfte blikket, selv med dugg på smittevernbrillene.

På årets IKAR-kongress ble dette illustrert

med et eksempel fra den frivillige redningstjenesten i England.

Fulgte interne prosedyrer

På en fin sommerdag i juni ble en frivillig gruppe kalt ut for å redde en person som hadde skadet seg på tur. For å komme frem til pasienten måtte laget gå 4,5 km og 650 høydemeter. Lagets prosedyre tilsa at alle mannskapene skulle bruke medisinsk munnbind, hansker, øyebeskyttelse og vanntett ytterlag så lenge de ikke kunne holde to meter avstand til hverandre. Dette ville gjelde store deler av den aktuelle aksjonen. Pasienten ble vurdert til å ha lav risiko for å ha covid-19 og ble evakuert ut av terrenget på bære.

Under og umiddelbart etter aksjonen rapporterte flere av mannskapene at de ikke følte seg bra, var slappe og hadde mus-

kelkramper. Plagene var såpass ille at flere måtte ta en pause fra aksjonen. I evalueringen etter aksjonen ble det anerkjent at symptomene var forenlig med heterelatert sykdom, som kan utvikles når musklernes varmeproduksjon overstiger kroppens evne til varmetap. Hetslag kan i sin ytterste konsekvens føre til organsvikt og død.

Flere faremomenter

Vanntett ytterlag (også smittefrakker) reduserer fordampningstapet betraktelig. Når de målte aksjonen opp mot forsvarers standard for arbeid under varme forhold, kunne de konkludere med at tilkomsten i stigende terreng med fullt smittevernustyr kunne vært direkte farlig, mens pasientevakueringen nedover forutsatte rikelig med pauser og vann for å være forsvarlig.

Beregninger gjort i etterkant, viste at



I en tid som denne, blir det enda viktigere å gjøre en grundig og total risikovurdering, både før og underveis i oppdraget.

risikoen for alvorlig heterelatert sykdom ved tilkomsten under de aktuelle forholdene ville vært høyere enn 1 av 20 dersom de hadde gjennomført denne i fullt smittevernuttstyr. Smittespredningen i området var moderat på dette tidspunktet, og man estimerte at 1 av 300 hadde potensielt smittesom covid-19.

Ta en time-out underveis

Konklusjonen var at risikoen for alvorlig sykdom ved å etterleve smittevernsprosedyren var betraktelig større enn risikoen forbundet ved å nedskalere bruk av smittevernuttstyr. En av de viktigste konklusjonene var at risikovurderingen må være dynamisk og ta høyde for alle de ulike faktorene som kan utgjøre en fare for mannskapenes sikkerhet under den aktuelle aksjonen – inkludert smittepress i området.

Nå er ikke heteslag en overhengende fare i årstiden vi nå er i, men erfaringen med å få tunnelsyn og fokusere for mye på ett enkelt risikomoment er allmenngyldig. Det er fort gjort å bli blind for andre farer som lurar under overflaten når et tema er så lang fremme i bevissthetsbilde som koronaviruset er nå.

I en tid hvor øvelse og trening holdes på et minimum, og det stadig tilkommer nye ting å ta høyde for, blir det enda viktigere å gjøre en grundig og total risikovurdering. Dersom uventede utfordringer skulle melde seg underveis bør man også ta en time-out for å finne dynamiske løsninger underveis i oppdraget.



All operativ tjeneste skal gjennomføres med munnbind, hansker, god hoste- og håndhygiene, samt uten unødig samling av store grupper.
Foto: Ida Kroksæter

Nye retningslinjer for innsats under koronapandemien

5. november oppdaterte Norsk Folkehjelp sine retningslinjer for innsats under koronapandemien. Under kan du lese retningslinjen, som vil gjelde ut året.

Dette er Norsk Folkehjelps retningslinje for søk- og redningsaksjoner og annen operativ innsats under den pågående koronapandemien. Norsk Folkehjelp opprettholder beredskap for Hovedredningssentralen (HRS), politi, helseforetakene og kommuner over hele landet.

All aktivitet som ikke er strengt nødvendig for å opprettholde beredskapen vår, avlyses ut 2020. Det vil si at vi avlyser alle kurs, temakvelder, øvelser og fysiske møter ut året som ikke er strengt nødvendig for å ivareta operativ evne. All operativ tjeneste skal gjennomføres med munnbind, hansker, god hoste- og håndhygiene, samt uten unødig samling av store grupper.

Smittevern

Norsk Folkehjelp har et ansvar for å bidra til å hindre smittespredning og redusere risiko i alle typer aktivitet vi gjennomfører i samfunnet. Det er et felles ansvar som alle ansatte, tillitsvalgte, beredskapsledere og mannskaper må være med å følge myndighetenes og Norsk Folkehjelps råd og anbefalinger for smittevern. Koronaviruset er smittsomt og man kan smitte andre uten å selv ha symptomer.

Som en stor nasjonal beredskapsaktør har vi et ekstra stort ansvar for å følge smittevernreglene og ta gode valg. Smitte på mannskaper, ledere og tillitsvalgte vil kunne medføre en kraftig reduksjon i den lokale og regionale beredskapen for søk- og redningsoppdrag, og som støtteaktør til helsetjenesten. Det kan gå utover vårt arbeid for å redde liv.

Ledere og tillitsvalgte har et spesielt ansvar for å være rollefigurer for gode smitteforebyggende vaner og holdninger.

Følgende tiltak gjelder ved søk- og redningsoppdrag:

1. Ved all pasientkontakt skal munnbind, hansker og beskyttelsesbriller benyttes
2. Alle som deltar skal være friske
3. Det skal være tilgjengelig håndsprit
4. I KO skal munnbind benyttes, og antallet personer reduseres til et minimum
5. Desinfiser kontaktflater og utstyr som hyppig blir berørt
6. Dersom det er mulig, bør mannskaper bruke hver sin privatbil for transport til og fra oppdragssted
 - Dersom flere må kjøre sammen, skal man bruke munnbind og holde mest mulig avstand i bilen
7. Mannskapene skal holde god avstand fra hverandre under brief og debrief. Vurder om det er forsvarlig at mannskaper deltar på brief eller debrief. Ha lav terskel for å påpeke til operativ leder eller innsatsleder på stedet at smittevernet ikke blir opprettholdt
8. Ledere har ansvar for å føre oversikt over



Smittevernskit som mannskaper kan ha i beredskapssekken, kan bestilles på folkehjelp.no.

HAR DU SPØRSMÅL RUNDT RETNINGSLINJENE?

Send en mail til beredskap@folkehjelp.no eller ring vår sentrale vakttelefon på 40 40 44 45.

mannskaper som har deltatt i operativ tjeneste, og eventuelt følge opp ved behov

Pasienthåndtering

1. Ved all pasientkontakt skal munnbind, hansker og beskyttelsesbriller benyttes
2. Ved mistenkt eller bekreftet covid-19-smitte skal:
 - Pasienten ha på kirurgisk munnbind ved første anledning
 - Pasienter der det ikke kan gjøres rede for smitte skal behandles som mistenkt smitte inntil situasjonen er mer avklart. Det kan for eksempel være bevisstløse eller andre akutt syke eller skadde
 - Dersom det underveis i pasienthåndteringen oppstår mistanke om at pasienten kan være smittet av covid-19, ta på pasienten kirurgisk munnbind (hvis det tolereres), og etabler dråpesmitteregime [fullt beskyttelsesutstyr]
3. Alle mannskaper skal gjennomføre e-læringskurs i smittevern som finnes på www.folkehjelp.no/covid-19

Livreddende førstehjelp har prioritet i kontakt med potensielt smittede. Dersom det oppstår en situasjon der man er nødt til å iverksette livreddende tiltak uten at nødvendig smittevern er tilgjengelig, må alle mannskaper som var i kontakt med pasienten kontakte egen fastlege.

Begrens antall mannskaper som er i kontakt med pasient/pårørende til det absolutte minimum. Kommer pasienten direkte til dere, skal kun ett mannskap ha nærkontakt med pasient frem til smitterisiko er avklart.

Følgende tiltak gjelder ved ikke-operativ aktivitet:

1. Det skal føres liste over de som er tilstede. Listen skal inneholde navn og telefonnummer, og skal oppbevares i 10 dager
2. Krav til avstand skal opprettholdes. Ved aktivitet hvor avstandskravet ikke kan opprettholdes, skal alle parter bruke munnbind og hansker. Er dere i tvil, skal munnbind brukes
3. Det skal være tilgjengelig håndsprit
4. Desinfiser kontaktflater og utstyr som hyppig blir berørt
5. Alle som er tilstede skal være friske
6. Vurder lokal smittesituasjon før gjennomføring av aktivitet, og følg gjeldende retningslinjer fra lokale og nasjonale myndigheter

Generell hygiene

- Ha høyt fokus på personlig håndhygiene, håndvask, bruk av håndsprit i felt og bruk av hansker
- Host i armhulen eller i et papirlommetørkle som kastes etter bruk

- Vi håndhilser ikke og klemmer ikke
- Unngå om mulig tett kontakt med pasienter/savnede
- Ved vaktskifte skal kontaktflater som dørhåndtak, bord og lignende vaskes med såpe og vann, samt overflatedesinfeksjon

NB: Våre mannskaper kan være smittebærere uten å være klar over det.

Mannskaper som ikke skal være i beredskap:

Dette gjelder mannskaper som er:

- Syke
- Er i karantene eller isolasjon
- Har tegn på sykdom relatert til covid-19-symptomer
- Er i risikogrupper
- Har vært på utenlandsreise i løpet av de siste 14 dagene
- Er i kontakt med personer som er syke

Dette innebærer at man ikke skal delta i beredskap eller aksjoner, samt inneha noen fysiske roller i den forbindelse [ei heller KO, mat, transport, etc]. Man skal heller ikke være i fysisk kontakt med andre operative mannskaper eller helsepersonell (med unntak av egenbehandling).



Nye kursplaner klare:

- Revidert søk- og redningskurs
- Nytt laglederkurs

Både søk- og redningskurset og det nye laglederkurset er nå revidert – og klart til bruk den dagen vi igjen kan holde kurs.

TEKST: RUNI PUTTEN

Sentralt Sanitetsutvalg har prioritert å jobbe strukturert med revideringer av utdanningsplaner i 2020. I tidligere utgaver av instruktørnytt er det blitt informert om ferdig revidert *førstehjelpskurs for mannskaper i Norsk Folkehjelp* og kurset *avansert førstehjelp* [det tidligere beredskapsambulansekurset].

I denne utgaven av fagbladet kan vi endelig beskrive revideringen av ytterligere to kurs. Gruppen som har revidert søk- og redningskurset, samt laglederkurset, har bestått av Kathrine Østbye, Kenneth Molund, Roger

Bjerknes og Runi Putten.

Revidert søk- og redningskurs

Dette kurset har fått en revidering. Likevel er det blitt gjort klare endringer i utdanningsplanen. Til grunn for denne revideringen ligger tilbakemeldinger både fra dere instruktører og fra kursdeltakere.

Gruppen har valgt å ta inn igjen opplæring i bruk av kart og kompass i utdanningsplanen. Tidligere skulle dette ligge til grunn for deltakelse på kurset, men erfaringsmessig har det ikke blitt gjennomført – eller ikke blitt godt nok gjennomført – i forkant av kursene.

I tillegg har de tatt inn en ny del om førsteinnsats og bruk av nettbrett i søk. Kurset har også fått med undervisning om vanlige psykiske reaksjoner etter aksjoner.

Når vi har all e-læringen på plass på kurset, vil all teorien i kurset kunne tas på denne måten.

Om kurset

Opptakskrav: Bestått førstehjelpskurs for mannskaper i Norsk Folkehjelp.

Gjennomføring: Kurset legger vekt på praktiske og fysiske ferdigheter, og inneholder øvelser ute i felt. Siste dag gjennomføres sammen med deltakerne på laglederkurset og består av flere øvelser.

Lengde: 31 timer med 7 kilometer orienteringstest, eller 33 timer med 10 kilometer orienteringstest.

Kriterier for å bestå: Orienteringstest, praktiske ferdigheter ute i teig og autorisasjonsprøve.



Mannskaper på kurs i Målselv i høst. Søk- og redningskurset er nå revidert og grunnkurs ledelse er erstattet med det nye laglederkurset.
Foto: Kenneth Molund/Norsk Folkehjelp Midt-Troms

Nytt laglederkurs

Utgangspunktet for oppstarten på dette arbeidet var å få beskrevet hvilke egenskaper en lagleder skal ha. Gruppen som hadde som oppgave å revidere grunnkurs ledelse startet dermed helt på nytt og har i utgangspunktet laget et helt nytt kurs.

Grunnen til dette var at det hadde kommet inn veldig mange innspill fra både instruktører og deltakere på at kurset burde få store endringer. Kurset har også endret navn fra grunnkurs ledelse til laglederkurs.

Dette er de egenskapene som gruppa har lagt til grunn i arbeidet med ny utdanningsplan:

En lagleder skal være:

- Fysisk og psykisk skikket
- Faglig oppdatert

- Forberedt og klar til å rykke ut når alarmen går
- En trygg, klar og tydelig leder ute i teig og bevisst hvilket ansvar denne rollen har
- I stand til å starte en førsteinnsats – både på nettbrett og ute i teig
- En som kan foreta fornuftige valg underveis, herunder risikovurderinger i forhold til sikkerhet
- Et forbilde for sine mannskaper
- I stand til å løse konflikter til det beste for oppdraget
- Foreta en enkel debrief

Opptakskrav: Godkjent søk- og redningsmannskap, bestått teoriprøve og orienteringstest på laglederkurset.

Gjennomføring: Kurset har lagt stor vekt på praktiske ferdigheter og inneholder derfor

mange øvelser ute i terrenget. Avslutningen innebærer en øvelsesdag sammen med deltakere på søk- og redningskurset eller mannskap fra eget lag/politidistrikt.

Lengde: 24 timer

Kriterier for å bestå: Skriftlig prøve og praktiske ferdigheter under hele kurset.



De nye produktene finner du i nettbutikken på folkehjelp.no. Foto: Marius Nåden og Espen Brekke

Flere nye produkter i nettbutikken

Både tynnere skallbekledning og nye oransje bagger kan nå kjøpes i nettbutikken.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Både uniforms- og profilkolleksjonen er i stadig utvikling. Her er en oversikt over de siste tilskuddene:

Lett skalljakke [uniformsartikkel]

Type jakke: Helly Hansen Verglas 3L

Shell Jacket

Størrelser: XXS-XXXL

Modell: Samme modell for dame og herre

Pris: 1700,- inkludert mva

Jakken har 3-lags Helly Tech som beskytter mot regn og vind. Jakken er lettere enn Expedition-jakken som til nå har vært vår standard skalljakke, men er samtidig tynnere og er dermed ikke like slitesterk. Dette er et prisgunstig alternativ til de som synes den andre jakken er for stor og tung når

man bare trenger beskyttelse mot regn, eller til tjenester og aksjoner som ikke setter slitestyrken på maksimal prøve. Jakken er en del av uniformen til Norsk Folkehjelp og skal kun brukes deretter [regler for bruk av uniform finner du i vedtektene til Norsk Folkehjelp Sanitet på folkehjelp.no]. Jakken har en veiledende pris på 2.990,- i butikk.

Lett skallbukse [uniformsartikkel]

Type bukse: Helly Hansen Vanir Lom Pant

Størrelser: S-XXL

Modell: Samme modell for dame og herre

Pris: 1150,- inkludert mva

Buksen har 3-lags Helly Tech-membran som gir god vanntetthet og god lufting. Buksen er et lettere alternativ enn den kraftigere skallbuksen som de fleste mannskapene er kjent med fra før. Samtidig er den noe mindre slitesterk. Vi har valgt å ikke spesialprodusere denne buksen, og må derfor forholde oss til Helly Hansens standardutvalg i størrelser, som er fra S til XXL. Dette har vi gjort fordi spesialproduksjon krever at

vi kjøper i store volum om gangen. Buksen er en del av uniformen til Norsk Folkehjelp og skal kun brukes deretter [regler for bruk av uniform finner du i vedtektene til Norsk Folkehjelp Sanitet på folkehjelp.no]. Buksen har en veiledende pris på 1.999,- i butikk.

Oransje bag [profilartikkel]

Type bag: Helly Hansen Scoute Duffel Bag

Størrelser: 30 liter og 70 liter

Pris: 600,- og 750,- inkludert mva

Bagen er en kraftig seilersekk med godt bæresystem som kan pakkes bort i topplokket om ønskelig. Det er også en lomme i enden hvor man kan pakke sko, skittentøy eller andre ting som man vil holde separat fra resten av innholdet i bagen. Den minste bagen er hos de fleste flyselskaper tillatt som håndbagasje. Bagene har en veiledende pris på 999,- og 1.299,-. Bagene er profilprodukter og kan kjøpes av alle medlemmer i Norsk Folkehjelp. Det er logo på topplokket og på én kortsid.



Verv medlemmer – få flotte premier!

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

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

Liggeunderlag • Termokopp • Hengekøye • Caps med folkehjelpslogo
Lommelykt • Spade • Primaloft uniformsjakke • Profiljakke • Beredskapssekk

Komplett liste over vervepremier og bestilling finner du på din side i medlemsregisteret. Logg inn via folkehjelp.no.



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no



Ny struktur i SARTopo – hva betyr det for deg som bruker?



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

Det nærmer seg ett års tid siden SARTopo for alvor ble utprøvd i stor skala, og det har vært mye prøving og feiling i kulissene både før og etter dette.

En liten gruppe har jobbet godt med en enhetlig måte å bruke SARTopo på i alle politidistrikt, og tilpasset det amerikanske systemet til våre forhold og med norske kartdata. Vi tror at vi har fått gjort mesteparten av prøving og feiling i denne arbeidsgruppen, slik at de fleste brukere har fått et ferdig produkt uten å måtte sette seg inn i alle detaljer rundt hvordan programmet er bygd opp. Slik har vi også unngått å ende opp med mange forskjellige måter å blant annet sette opp aksjoner eller navngi søksoppdrag og spor.

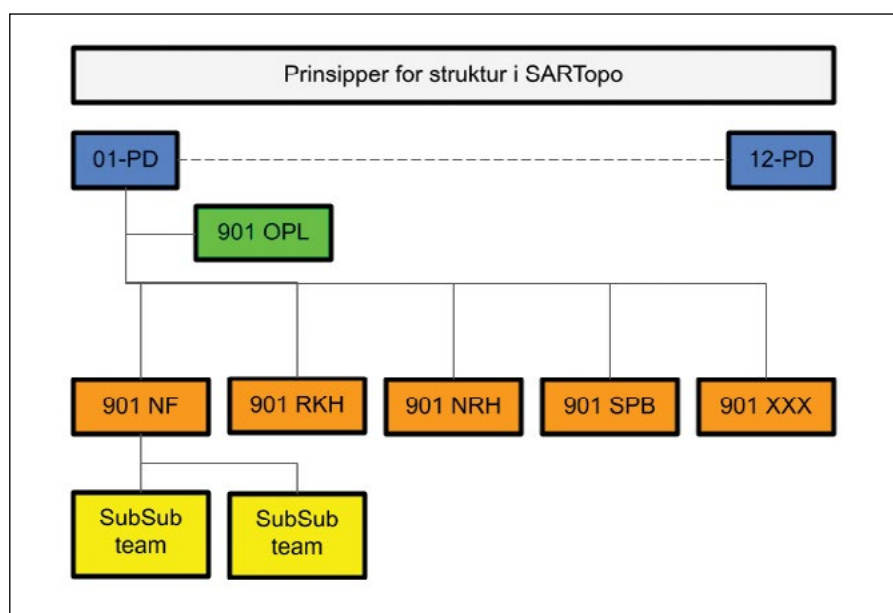
Gruppen som jobber med dette, gjør det på frivillig basis og det har dessverre gått på bekostning av hvordan vi har greid å spre informasjon og opplæring ute i lokallagene.

Covid-19 har også satt en stopper for både fagkonferanse og instruktørsamling, og Teams-møter blir nok den foretrukne opplæringskanalen utover vinteren.

Ny struktur i SARTopo

En teknisk barriere på 100 brukere som opprinnelig lå inne i programmet, ble utfordret da vi ba om rundt 2000 brukere på samme lisens – og eventuelt enda flere dersom det skulle bli en felles løsning for alle organisasjonene i Norge. Etter litt arbeid fra utviklerne fikk vi lov til å øke antallet i enkelte politidistrikt etter avtale, og nylig ble det mulig å bygge en struktur helt uten begrensninger på antall brukere.

Som nevnt i tidligere artikler, ligger tilgangene for brukerne og *maps* (aksjoner) fordelt i *teams* som er fordelt per politidistrikt. Dette blir trasig å holde oversikt over når det blir hundrevis av brukere fra flere forskjellige organisasjoner i ett politidistrikt. For å gjøre det enda mer komplisert, ser SARTopo foreløpig mellom fingrene på hvordan det skal betales for brukerne, men etter hvert



Den nye mappestrukturen i SARTopo. Forklaringen på strukturen kan du lese i artikkelen.

vil «gjeste-tilganger» for andre organisasjoner også betales for, selv om de har egen lisens. Dette betyr at vi bør samle alle under samme lisens og struktur, slik at alle som har behov, har tilgang til aksjoner fra første sekund og til en overkommelig kostnad.

Ny struktur blir derfor tilpasset slik at det blir lettere å holde oversikt over tildelte tilganger, og når SARTopo i fremtiden skal ta betalt på riktig måte, er vi klare for det uten å måtte gjøre et stort arbeid rundt det. Plasseringen av *maps* (aksjoner) blir ikke endret, slik at det ikke er nødvendig å gjøre overgangen til ny struktur samtidig for alle sammen.

En måte å forklare strukturen på, er å se for seg en mappestruktur. Alle tilhører den samme hovedmappen [lisensen] og deler seg først i 12 undermapper [politidistriktenene]. Hvert politidistrikt har så sine undermapper [subteam] som for eksempel kan være et lokallag, en gruppe hundeførere eller lignende. Alle fra Norsk Folkehjelp i et politidistrikt vil ligge i en felles undermappe, og andre inndelinger for andre organisasjoner kan settes opp etter eget ønske.

Nøkkelen er at hver undermappe/subteam skal ha en kontaktperson som sørger for å ha kontroll på hvem som har tilgang, dele

ut nye tilganger og så videre. Det vil være mulig å telle opp hvor mange som tilhører hver undermappe/subteam, blant annet for å fordele kostnader når det blir aktuelt.

Om det er behov, kan det også lages undermapper i hvert subteam.

Slik er den nye strukturen

Hver av de blå *teamene* (se illustrasjon) er på politidistriktsnivå, og disse inneholder aktive aksjoner og andre *maps* som skal være tilgjengelig for alle i det aktuelle politidistriktet. I dag er tilgangen til brukere direkte knyttet til disse teamene. Denne koblingen vil etter hvert forsvinne til fordel for tilgang via subteam.

Norsk folkehjelp, Røde Kors, Norske Redningshunder og andre organisasjoner med lagsbrett og private mannskapstilganger, ligger i de oransje *undermappene/subteamene*. Tilgang her gir skrive-tilgang ett nivå opp i strukturen. Det vil si at man vil kunne se og endre innholdet i pågående aksjoner som ligger på politidistriktsnivå. Det vil ikke være mulig å se de andre subteamene i politidistriktet, men man kan se eventuelle undermapper i eget subteam.

Det grønne subteamet er for de som leder aksjoner fra de involverte organisasjonene.

Tilgang her vil gi «manage»-tilgang ett nivå opp i strukturen. Det vil si at for eksempel operativ leder fra Norsk Folkehjelp vil ha mulighet til å endre navn på *maps/aksjonen* og flytte den bort fra politidistriktsnivå etter at den er avsluttet. Dette fjerner tilgangen til aksjonen for de fleste, men de med lederroller i aksjoner får fortsatt tilgang slik at de kan følge opp og hente ut data i ettertid.

De gule *undermappene i subteamene* er en mulighet for de som ønsker det. I disse kan man for eksempel legge midlertidige tilganger til folk som er under opplæring, til demonstrasjoner eller lignende. Når du oppretter disse *undermappene*, kan du velge om medlemmer i teamet skal ha tilgang til nivået over eller ikke.

Hvordan skjer overgangen til ny struktur?

Alle eksisterende tilganger på politidistriktsnivå, må nok legges til på nytt i de respektive *subteamene*, og deretter fjernes den opprinnelige tilgangen. Nye tilganger legges bare i *subteam*. Hvert enkelt *subteam* skal ha én eller flere kontaktpersoner som er ansvarlig for hvem som har tilgang. For Norsk folkehjelp vil det være beredskapslederen i hvert politidistrikt som får denne rollen. Utrulling og/eller overgang til ny struktur skjer fortløpende utover høsten og vinteren.



Lederne fikk prøve seg både inne i KO og ute i felt. Foto: Daniel Verstegen

Vellykket operativ leder-samling i Innlandet

Før aktiviteten i lokallagene måtte stenge ned igjen, rakk 13 operative ledere å samles til faglig oppdatering på Gjøvik.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Det er midten av oktober og hele 13 operative ledere har meldt seg på helgesamlingen for å oppdatere seg på ny teknologi og nye løsninger i KO.

– Vi har sett et behov for å samle operative ledere og gi en felles opplæring i de nye digitale verktøyene, slik at de kan bli tryg- gere i rollen. Hovedfokuset denne helgen

var å få en god innføring i SARTopo. Det er nok mange som har gruet seg til å ta i bruk dette fordi de ikke har følt de har kontroll, men det er nok mye mindre skummelt etter denne helga, sier Ivar Windju, som er rådgiver i Innlandet og arrangør for helgen.

Samlingen begynte fredag kveld med en opplæring i bruk av nettbrett, som er den delen av SARTopo som mannskapene bruker. Deretter fikk deltakerne opplæring i bruk av SARTopo på PC, slik det brukes i KO. Kvelden ble avsluttet med en øvelse der alle fikk trene på å tegne teiger.

– Videre fortsetter helgen med ulike øvelser. Noen øvelser er individuelle og laget for å

trene tegneferdighetene, mens andre øvelser er med mannskaper slik at deltakerne får trent på ferdigheter både i KO og i felt. Det ble lagt vekt på at de operative lederne skulle trenes på å ta avgjørelser i KO. Tilbakemeldingene fra deltakerne er at dette var en meget nyttig samling, og at det med fordel kan gjentas, forteller Windju.

– Vi ser nok for oss en årlig samling med en kombinasjon av faglig innhold og øvelser. Vi vil også anbefale andre politidistrikter å ha slike samlinger. To av deltakerne fikk allerede mandag etter denne helgen testet seg som operative ledere, og det viser at dette er viktig.

ENHET FOR REDNINGSTJENESTE OG FØRSTEHJELP



Teamleder

Erlend Aarsæther
934 59 282
erlenda@npaid.org



Fagutvikler

Magne Bondkall
411 74 645
mange.bondkall@npaid.org



Rådgiver
region sør-øst
Ronny Frantzen
407 22 237
gonnyf@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

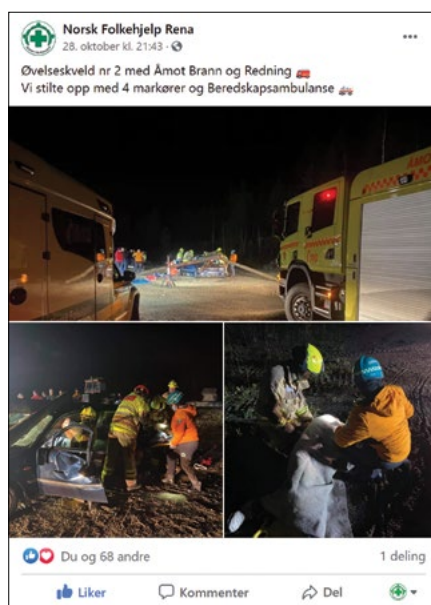
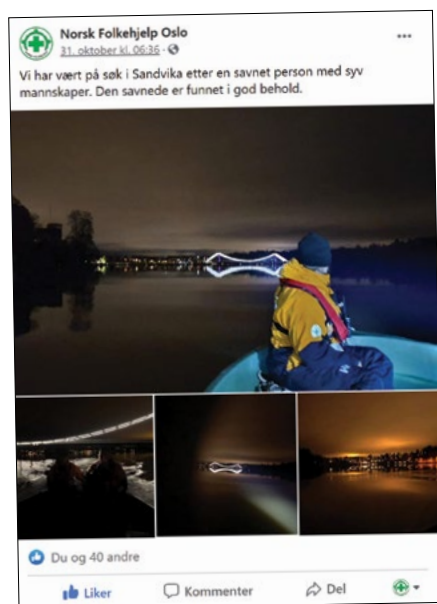


Lik oss på Facebook!
Norsk Folkehjelp Sanitet



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
400 20 726
ivar.windju@npaid.org



Kommunikasjons-
rådgiver
Ida Kroksæter
456 14 852
idagr@npaid.org



Rådgiver
e-læring
Jeanett Sirland
905 50 653
jeanett.sirland@npaid.org



Profilkolleksjon for alle medlemmer

Alle plaggene kommer i både dame- og herremodell, med unntak av fleecejakken:

Vann- og vindtett jakke • Piquet i bomull • Fleecejakke

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



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no



Ses vi på digital fagkonferanse?

Fagkonferansen 2021 blir digital - vi går live lørdag 17. april!

Gjør deg klar for en dag med faglig påfyll, aktuelle foredrag og spennende diskusjoner.

Sett av 17. april i kalenderen!

Følg med på [folkehjelp.no](https://www.folkehjelp.no)



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no

Fagblad SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

www.folkehjelp.no



Mannskaper i Rogaland trener på redning i bratt lende. Foto: Espen Brekke



Norsk Folkehjelp