



FAGBLAD

# SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

2/2022



## REKORDMANGE PÅ FAGKONFERANSE

290 mannskaper deltok på årets fagkonferanse sanitet. De fikk blant annet møte justisminister Emilie Enger Mehl og Dag Otto Lauritzen.

**Flere nødnett**  
til de frivillige

**Frivillig innsats**  
for flyktninger

**Nytt sanitetslag**  
på Hitra og Frøya



## 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](http://folkehjelp.no).



**Norsk Folkehjelp**

[www.folkehjelp.no](http://www.folkehjelp.no)

# SANITET

UTGIVER: Norsk Folkehjelp  
Nr 2 - 2022. Årgang 14

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, Aisha Chaudhry,  
Ida Kroksæter, Andreas Nårstad  
Live Kummen, Runi Putten,  
Peter Harholt

BILDER:  
Ida Kroksæter, Norsk Folkehjelp HUSTadvika,  
Ellen Johanne Jarli, Aisha Chaudhry,  
Andreas Nårstad, Kenneth Brattli Molund,  
Norsk Folkehjelp Harstad

FORSIDEBILDET:  
Foto: Ida Kroksæter

FOTO PÅ DENNE SIDEN:  
Foto: Ida Kroksæter og Aisha Chaudhry

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.



**Flere nødnett til de frivillige 05**  
Endelig dekkes det mest kritiske behovet

**Akuttinnkvartering for flyktninger 06**  
Frivillige var avgjørende for rask mobilisering

**- Det er godt å ha dere 10**  
Justisministeren åpnet årets fagkonferanse

**Revidert veileder 12**  
for søk etter savnet på land

**Pilotering av e-læring 16**  
E-læringen åpnes snart for alle lokallag

**Nytt ambulanskurs snart klart 24**  
Revideringen skal være ferdig før sommeren



Hustadvika er blant de nyeste redningsgruppene i Norsk Folkehjelp, og de har ikke hatt nok nødnett for sine frivillige. Foto: Norsk Folkehjelp Hustadvika

## Et viktig politisk gjennomslag

**Vi som er frivillige** i redningstjenesten får mye skryt. Vi mottar ofte lovord fra politikere og ledere i redningstjenesten, men dessverre holder det ikke med festtaler. Vi har gang på gang gjennom forrige regjering påpekt at vi mangler nok nødnett til redningsmannskapene våre.

**Derfor er det** svært gledelig at dagens regjering tar tak i dette og at vi nå får de terminalene vi har behov for. Dette er viktig for å sikre at våre mannskaper er på nett når viktig informasjon skal formidles, og at ikke livsviktig tid går tapt i kritiske situasjoner. Men vi har fortsatt store forventninger til regjeringen. Vi må få på plass bedre rammevilkår for at vi fortsatt skal klare å levere en solid beredskap over hele landet i årene som kommer.

**Frivillige i redningstjenesten** har alltid vært fremoverlent, med et stort ønske om å hele tiden utvikle oss. Vi ønsker å redusere tiden fra savnetmelding kommer inn og til savnede blir funnet. Vi ønsker at pasientene vi finner, får den beste førstehjelpen. Vi ønsker å gjøre søkene mer effektive med å kombinere ny teknologi med erfaringer og kunnskap vi har fra før. Men dette koster. Vi trenger at våre øverste politikere deltar på spleiselaget i mye større grad enn i dag. Det vi kan love i retur, er en redningstjeneste som fortsetter å utvikle seg og bli bedre til det beste for pasientene.

**Vi frivillige leverer** en beredskap som er fleksibel og tilpasningsdyktig. Det er ikke uten grunn at saniteten settes i sving når Norsk Folkehjelp på svært kort tid skal stable på beina mottakssenter for flyktninger. I den akutte fasen er vi anvendelig og løsningsorientert, kjent for å løse oppdragene vi får.

**I frivillighetens år** ser vi også en stor økning i personer som ønsker å bidra, og krigen i Ukraina viser hvor stort engasjement som bor i folk her hjemme.

**Nå hviler det** et stort ansvar på våre lokallag, våre lokallagsledere, våre medlemssansvarlige og våre instruktører. Det er nå vi må være på plass og ta imot våre nye kollegaer i redningstjenesten. Vi må tilby et miljø, en god opplæring og mulighet til å påvirke. Med nye mannskaper kommer nye tanker og ideer. Det jeg er helt sikker på, er at blant våre nye medlemmer finner vi våre nye operative ledere, våre nye instruktører, lokallagsledere og tillitsvalgte.

**Jeg vil på vegne** av SSU ønske alle dere som er nye i organisasjonen og kanskje leser Fagblad Sanitet for første gang, velkommen til Norsk Folkehjelp. Jeg håper dere finner det dere søker hos oss, i en blanding av spenning, menneskeverd og lagånd.

*Vegard Eidissen Lindbæk,  
leder i Sentralt Sanitetsutvalg*





De frivillige organisasjonene har bedt om flere nødnett i flere år. Foto: Ellen Johanne Jarli

# Regjeringen gir flere nødnett til de frivillige

– 2000 flere nødnett til de frivillige redningsorganisasjonene løfter beredskapen vår, sier generalsekretær i Norsk Folkehjelp, Henriette Westhrin.

TEKST: IDA KROKSÆTER

På en pressekonferanse om Ukraina-håndteringen den 18. mars, fastslo Justis- og beredskapsminister Emilie Enger Mehl at regjeringen vil støtte drift av 2000 nye nødnett-terminaler til de frivillige beredskapsorganisasjonene.

– De frivillige er en sentral del av den norske beredskap. De er også ute og jobber nå. Regjeringen vil gi de frivillige støtte til drift av 2000 nye nødnett-terminaler. Flere nødnett-terminaler er viktig for at de frivillige skal kunne bidra effektivt ved ulike kriser i hele vårt langstrakte land. De har lokal-

kunnskap og kort responstid i hele Norge, sa ministren under pressekonferansen.

## Fortsatt større behov

Dette har de frivillige organisasjonene etterlyst i mange år, og det er gledelig at akkurat dette nå kommer på plass, mener generalsekretær Henriette Westhrin.

– Dette er et viktig skritt på rett vei. Vi har lenge varslet om en kritisk mangel på nødnett, som i verste fall kan koste liv. Nå har vi grunnlag for å fortsette den gode koordineringen med de offentlige etatene ute på oppdrag, sier hun.

Westhrin understreker likevel at det er flere tiltak som må på plass for å styrke de frivillige redningsressursene ytterligere:

– Dette dekker det mest kritiske behovet, men det er fortsatt behov for flere nødnett-terminaler. I tillegg er vi helt avhengig av at regjeringen tar på alvor behovet for økt grunnbevilgning og avgiftsfritak for red-

ingskjøretøy, sier hun.

## God lokalkunnskap

Justisministeren trakk under pressekonferansen fram god lokalkunnskap og kort responstid som noen av de frivillige ressursene sine styrker.

– Innsatsen de frivillige gjør, blir lagt merke til. Akkurat nå står nye frivillige i kø for å bidra til den norske redningstjenesten, og vi har alle muligheter til å vokse videre og tilby bedre beredskap flere steder i landet. Den gløden og innsatsviljen må vi i fellesskap bygge opp under, sier Westhrin.

*Justisministeren talte også til Norsk Folkehjelps mannskaper under årets Fagkonferanse Sanitet. Det kan du lese mer om på side 10.*



Frivillige og ansatte på mottaket gjennomgår rutineene når det kommer nye flyktninger. Foto: Ida Kroksæter

# - Det er mange sterke inntrykk

Over hele landet mobiliserer frivillige i Norsk Folkehjelp for å hjelpe flyktninger fra Ukraina. På akuttinnkvarteringen på Gardermoen har Norsk Folkehjelp Lørenskog hatt frivillige på vakt døgnet rundt.

TEKST: IDA KROKSÆTER

På Gardermoen sitter flyktningene en usikker situasjon. Alle skal etter hvert til Råde for registrering, slik at de etter hvert kan bosettes i kommunene. Men mengdene flyktninger som har kommet over grensene, gjør at kapasiteten har vært sprenget og UDI måtte opprette akuttinnkvarteringer hvor de kan bo inntil de får plass på Råde.

Norsk Folkehjelp åpnet sin første akuttinnkvartering 17. mars. Et hotell på Gardermoen med over 250 rom ble tømt for å huse flyktninger.

- Dette er det første stedet de kommer til etter grensepolitiet. Mange er slitne og trøtte, så det er viktig at vi tar dem imot på en ryddig måte, forteller Irma Julardzija, rådgiver i Norsk Folkehjelp.

Sammen med kollega Magnhild Otnes har hun ledet innsatsen i oppstartsfasen.

## Tidlig innsats

På hotellet blir flyktningene sjekket inn, hotellet tar kopi av passet og de kan melde inn eventuelle behov for helsehjelp.

Fra start av, har innkvarteringen blitt driftet av ansatte og frivillige i Norsk Folkehjelp, i tett samarbeid med de ansatte på hotellet. I tillegg har hotellet hatt døgnbemannning av profesjonelt helsepersonell.

I Norsk Folkehjelp Lørenskog startet innsatsen for de ukrainske flyktningene uka før akuttinnkvarteringen kom på plass. Sammen med frivilligsentralen i Lørenskog har de samlet inn og sortert klær og sko som flyktningene kan få når de ankommer akutt-

innkvarteringen på Gardermoen.

- De har ikke med seg mye. Da vi kjørte inn det første lasset med klær kom det umiddelbart en dame bort til oss og spurte om vi hadde sko. Da jeg så ned på føttene hennes, hadde hun bare tøfler på, sier Tore Edvinsen.

Han har bakgrunn fra Forsvaret og har de senere årene engasjert seg som søk- og redningsmannskap i Norsk Folkehjelp. Først i Harstad og deretter i Lørenskog etter at han flytta sørover.

- Jeg var ikke i tvil om at jeg skulle fortsette å være aktiv når jeg flytta, og har blitt tatt godt imot her. Nå er det fint å kunne bidra i denne krisen. Hovedinteressen min er å hjelpe folk i nød, enten det er gjennom søk og redning eller en situasjon som denne, sier han.

## Mange spørsmål - få svar

Det er travelt på hotellet. Mange har spørsmål - om alt fra hvordan de skal få vasket klær til hvor lenge de skal bo her.



Filip Landrø og Tore Edvinsen i Norsk Folkehjelp Lørenskog.



På barnerommet lekes det med puslespill og leker som er blitt donert til mottaket.

Det er dessverre ikke så lett å gi noen gode svar.

– Det er så mange flyktninger akkurat nå at det ikke er plass videre i systemet. Vi vet ikke når dere skal videre. Det kan ta én eller åtte eller ti dager. Vi vet ikke. I mellomtiden må dere bare prøve å slippe av så godt dere kan her, sier Magnhild Øtnes under et informasjon-smøte for beboerne.

Rundt henne summer det av folk som har fått tilværelsen snudd på hodet i løpet av uker.

De fleste som er her, er kvinner og barn. Derfor har et viktig tiltak vært å få på plass et eget barnerom med leker og spill. I tillegg har rommet en skjerm hvor de minste kan se ukrainsk barne-TV fra YouTube.

#### – Et lite offer

Utenfor barnerommet står Filip Landrø, som også er frivillig i Norsk Folkehjelp Lørenskog. Vanligvis bruker han fritiden sin på søk- og redningsaksjoner, hvor han ofte bidrar som dronepilot.

Han var ikke i tvil om at han skulle bidra også her, og har fått fri med lønn fra arbeidsgiver Elkjøp for å stille opp denne uka. Han er også klar til å ta permisjon uten lønn for hjelpe til utover dette.

– Det har jeg råd til. Det er et lite offer sammenlignet med hva disse

SUPERLYKTEN

# LR80R

☀️ 18.000 Lumen
📏 1130 m rekkevidde

**Nyhet!** Laget for tøffe forhold – utrolig rekkevidde!

- 🔋 Lang batteritid
- 🔌 45W hurtiglading
- 🛡️ Vanntett IP68
- 🔦 Ulike moduser
- 📏 Støtsikker 1m
- 📶 Bred stråle

**Veiledende pris**

**kr 4.999,-**

Kraftig hodelykt med god batteritid

## HM70R

- ☀️ 1600 Lumen
- 🔋 5000 mAh batteri
- 🔌 USB-C lading
- 🛡️ Vanntett IP68
- 🔦 Spotlys og flomlys
- 🌡️ -35° til 45°C
- 🎨 Hvitt og rødt lys

**Veiledende pris**

**kr 1.299,-**

**TERMISK**  
TEKNOLOGI

**NYHET** Termisk kikkert

# AXION 2 XQ35

**AXION 2 XQ35**

**AXION 2 LRF XQ35**

- 🔥 Video 16GB
- 🔥 WiFi for streaming
- 🔥 Rekkevidde opptil 1300m
- 🔥 Rekkevidde avstandsmåler 1000m (LRF mod)
- 🔥 Sensivitet sensor NETD <40 mK

**Veiledende pris fra**

**20.000,-**

**PULSAR EGENSKAPER**

- 🔥 Hurtigstart, bilde innen 3-4 sekunder
- 🔥 Utskiftbare ladbare batterier
- 🔥 Vanntett IPX7
- 🔥 WiFi og video på alle modeller
- 🔥 Temperaturløse -25 til +40/50

🌐 [www.pulsar-nv.no](http://www.pulsar-nv.no)

📺 [PulsarVision](#)

📱 [@PulsarVisionNorway](#)

📧 [@pulsar.vision](#)

**TENO ASTRO**

**Teno Astro AS**  
Industriveien 8b  
6517 Kristiansund N

Tlf.: 71 56 5710  
post@tenoastro.no  
www.tenoastro.no

SPESIALPRISER TIL NORSK FOLKEHJELP OG RØDE KORS. BE OM PRISER!



Eileen Suzann Tennebø Bové og Filip Landrø henter ut hygieneartikler til beboerne. Alt fra tannbørster til våtservietter trengs.

menneskene har ofret for å komme hit, sier han.

– Man må gjøre det man kan. Jeg har det jeg trenger og hadde satt pris på hjelp hvis jeg hadde vært i samme situasjon.

#### Takknemlighet

Sammen har Tore og Filip opplevd både fine og tøffe øyeblikk som frivillige de siste dagene.

– Det handler om å hjelpe folk i en veldig vanskelig situasjon. Det er mange sterke opplevelser her, men vi møter også mye takknemlighet. Det er sterkt når folk kommer bort og tar deg i hånda og sier takk for at de får komme hit, forteller Tore.

Han forteller om mange hyggelige møter og flyktninger som gjerne hjelper til med å få akuttinnkvarteringen til å gå rundt så godt som mulig.

– De er veldig vennlige og vil gjerne klare seg selv. Det gjør også inntrykk å se hvor

flinke barna er til å ta vare på hverandre. De er voksne for alderen, sier han.

– Det er også fint å kunne gi ut klær til barna. De har ikke nødvendigvis med seg noe skift, sier Filip.

#### Miljøarbeid

Klokka nærmer seg middagstid og det er klart for vaktskifte. Nye ansatte og frivillige kommer til for å være tilstede utover kvelden. I overlappen diskuteres hvordan man kan gjøre oppholdet bedre for beboerne. Hvordan kan de få vasket klær? Hvordan kan de aktiviseres?

Hva som venter flyktningene som akkurat nå bor på hotellet, er det ingen som kan si med sikkerhet. Det viktigste Norsk Folkehjelp kan bidra med i en slik situasjon, er trygghet og tilstedeværelse, sier Irma Julardzia.

– Vårt hovedoppdrag er å hjelpe til når det kommer nye busser med flyktninger og hjelpe politiet når de skal flyttes videre til Råde. I tillegg gjør vi det som kalles miljøar-

beid – å være synlige og tilstede på hotellet, sier hun.

Over 40 lokallag i Norsk Folkehjelp har meldt at de ønsker å bidra for de ukrainske flyktningene som nå kommer til Norge.

#### FAKTA

#### FLYKTINGESTRØMMEN FRA UKRAINA

Krigen i Ukraina har forårsaket den største masseflukten i Europa siden andre verdenskrig. Norsk Folkehjelp trapper nå opp innsatsen betydelig for å ta imot de mange flyktningene fra Ukraina på best mulig måte.

Norsk Folkehjelp bistår blant annet med mottak og akutt innkvartering for flyktninger, informasjon og utdeling av klær og hygieneartikler, koordinering og oppfølging av nødvendige helsetjenester, integreringsaktiviteter og språkkopplering i kommunene.



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

# TRUST IS EARNED

 TRUSTED BY  
PROFESSIONALS



Norsk Folkehjelp



**ALIVE**  
SINCE / 1877



## – Det er godt å ha dere

Justis- og beredskapsministeren åpnet årets fagkonferanse. Foto: Ida Kroksæter

Justis- og beredskapsminister Emilie Enger Mehl åpnet årets fagkonferanse sanitet.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Konferansen var den første fysiske fagkonferansen siden 2019 og ble også den største noensinne med neste 300 deltakere.

– Jeg blir rørt når jeg ser utover salen her og tenker på antall timer med innsats dere legger ned og det motet dere viser når dere går i innsats. Det er godt å ha dere, sa ministeren til en fullsatt sal.

– Jeg verdsetter de frivillige høyt. Uten dere hadde ikke redningstjenesten vært den samme, fortsatte hun.

Enger Mehl understreket også at temaet for

årets konferanse, lagånd, er et viktig tema.

– Det å være frivillig, handler om samarbeid. Når alarmen går må dere kunne stole på hverandre, sier hun.

### **Krevende sikkerhetssituasjon**

Ministeren har måtte takle flere kriser i løpet av den korte tiden hun har vært statsråd. Når hun står på scenen er det ikke lenge siden hun kunne presentere nyheten om at staten vil dekke driften av 2000 flere nødnett-terminaler til de frivillige organisasjonene. Disse midlene kommer i forbindelse med krigen i Ukraina.

– Sett opp mot den endrede sikkerhetssituasjonen vi har nå, er det veldig viktig at de frivillige også kan bidra. Det vil helt sikkert komme flere behov, men de må dekkes i de ordinære budsjettprosessene, sier hun.

Samtidig ser hun mye positivt i responsen

den norske befolkningen har vist de siste ukene, og påpeker at innsatsen til Norsk Folkehjelp har vært helt avgjørende for å håndtere mengden med flykninger som nå kommer til landet.

– Det å være statsråd og oppleve at folk stiller opp på den måten vi ser nå, er stort, sier hun.

### **– Ønsker oss mer grunnstøtte**

Generalsekretær i Norsk Folkehjelp, Henriette Westhrin, inntok scenen etter statsråden og passet på å påpeke at organisasjonen har forventninger og ønsker til den sittende regjeringen også utover de 2000 nødnett-terminalene som nå kommer på plass.

– Vi er veldig glade for at dere nå tar over stafettspinnen med aksjonsstøtteverktøy. Jeg må også takke for full momskompensasjon og flere nødnett. Men vi ønsker oss



også mer grunnstøtte og avgiftsfritak for redningskjøretøy. Det er veldig viktig for frivilligheten, sier Westhrin.

Hun og resten av administrasjonen har presentert disse behovene mange ganger i ulike høringer og møter med politikere de siste årene.

– Vi er utålmodige fordi vi ønsker å bidra enda mer. Og folkene i denne salen er noen råskinn. Da UDI ringte for å be oss opprette akuttinnkvartering for flyktninger fra Ukraina tok det 2,5 døgn før vi var døgnbemannet, og det var i stor grad på grunn av alle de frivillige som stilte opp, sier Westhrin.



Dag Otto Lauritzen på scenen under årets fagkonferanse. Foto: Ida Kroksæter

## Fagkonferanse med fokus på lagånd

Det er viktig å se og rose alle. Det var hovedbudskapet til Dag Otto Lauritzen på fagkonferansen.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Den tidligere proffsyklisten var hovedforedragsholder på årets konferanse og snakket om temaet «lagånd».

– Mange tenker på sykkel som en individuell idrett, men det er ikke det. Man er avhengig av andre uansett hva man driver med, forteller han.

– Det er viktig å se alle hjelperytterne. Det er viktig at alle får en klapp på skuldra, uansett hvilken rolle man spiller i et team.

Han påpekte også at det ikke er farlig å spørre om hjelp.

– Det er ikke alt man klarer selv. Det er lov å spørre om hjelp, sier han.

Selv har han hatt en variert karriere, først som politi og deretter som proffsyklist. De siste årene har han jobbet i ulike TV-programmer, og for tiden er han kanskje aller mest kjent som oberst i Kompani Lauritzen. Der er det særlig én lærdom han tar med seg:

– Vi mennesker har så mye mer ressurser enn vi tror.

Til slutt kunne han også fortelle at han ble medlem i Norsk Folkehjelp før han gikk på scenen:

– Jeg beundrer jobben dere gjør, og i dag meldte jeg inn både meg selv og kona mi i Norsk Folkehjelp.



Direktør i Hovedredningsentralen, Jon Halvorsen, presenterer den nye veilederen på årets fagkonferanse. Foto: Ida Kroksæter

# Ny veileder for søk etter savnet på land

Veilederen for søk etter savnet person på land er revidert. Her er de viktigste endringene.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Innholdet i den nye veilederen ble først presentert på årets FORF-konferanse og deretter på fagkonferanse sanitet av direktør i Hovedredningsentralen, Jon Halvorsen.

– Denne veilederen her er noe av det mest livreddende som har skjedd i redningstjenesten. Det at vi har fått en felles metode, et felles språk og ny kunnskap satt i system, har reddet mange hundre liv de siste årene, sier Halvorsen.

En av de største endringene i arbeidet med revideringen, er at arbeidsgruppa har økt fra fem til 21 personer.

– Denne veilederen er mye bedre forankret, med bred deltakelse fra det offentlige, og særlig politiet. Det tror jeg gjør at innføringen vil gå fort, sier Halvorsen.

Her er de viktigste endringene:

## Risiko

– Vi har styrket delen om risiko. Vi har blant annet tatt inn kompetansekrav, minimumskrav til egen utrustning og oppdragsbegrensning. Vi vet at mange av dere tidvis er i områder uten sambandsdekning, at mange av dere har vært gjennomvåte uten mulighet til å skifte til tørt, og at mange av dere ferdes i terreng som kanskje burde kreve fallsikring. I tillegg har vi også tatt inn risikoen i forhold til hvem man leter etter.

## Varsling

Rundt organisering av innsatsen, er det tatt inn to nye elementer.

– Det ene er et innspill fra politiet som øn-

sker at man bruker en vurderingsgruppe når man skal ta stilling til om en person er savnet eller ikke, slik at ikke én person alene tar denne beslutningen. Det andre er varsling av frivillige gjennom telefonkonferanse, som brukes i økende grad. Her ser vi at bruken er varierende, og vi har derfor definert hvordan en slik konferanse skal foregå og laget en mal for hvordan briefen skal være.

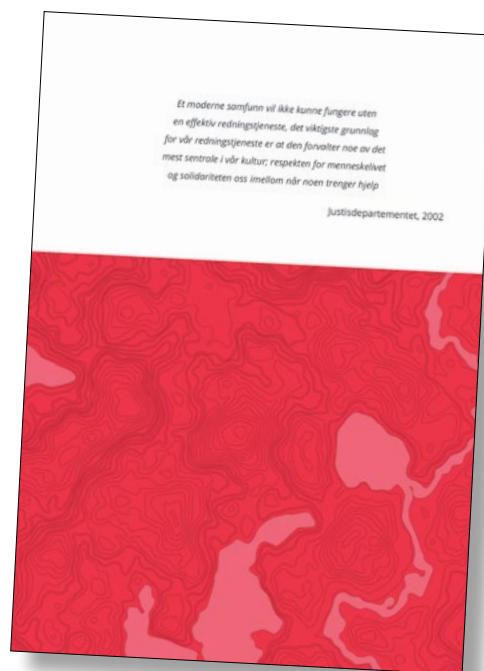
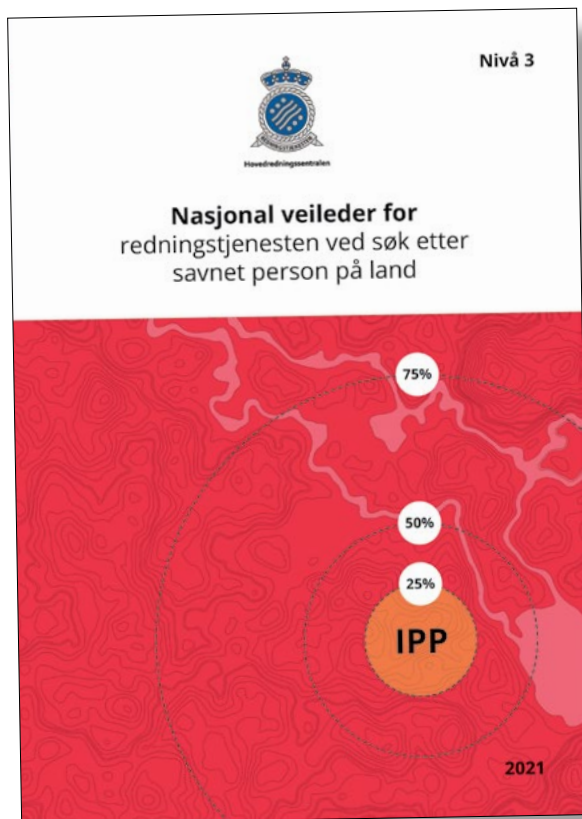
## Fasene i en leteaksjon

Det har over tid utviklet seg mange ulike begreper knyttet til søk- og redningsaksjoner. Disse forsøker veiledere å rydde opp i:

– Vi har diskutert hva vi skal kalle de ulike fasene i en leteaksjon, og har landet på å opprettholde førsteinnsats, fullskalainnsats og kvalitetssikring som faser, sier Halvorsen.

## Personvern

– Personvern er blitt vesentlig styrket i



veilederen, med bistand fra personvern-gruppa i KRIPPOS. For hva er det egentlig man kan dele trygt, og på hvilken måte bør det deles i en aksjon? Dette er ikke satt i et godt nok system i dag.

#### Ressurser og søkemetoder

– Vi har skrevet mer om begrepet «POD» og hvordan man bør forholde seg til det. POD er vanskelig, og det er fryktelig mange faktorer som påvirker muligheten til å finne noen. Det er subjektive forhold hos søksressursen, det er forhold hos den man leter etter og miljøforhold som spiller inn. Skal man bruke verktøyene i formell søksplanlegging, må man ha et begrep om POD, men vi ønsker å unngå at man blir for opphengt i prosentene. Vi har derfor laget noen kategorier som vi kan bruke når vi snakker sammen.

Disse kategoriene er: svært høy, høy, normal høy, normal lav og lav POD.

– Da kan vi snakke om alt fra svært høy og ned til lav sannsynlighet for å finne noen. Vi tror man ligger på mellom 25 og 50 % på de fleste søk, og det er et veldig bra sted å være – for da går det fort og muligheten til å redde liv er stor.

#### Søkstaktikk

En av de virkelige store diskusjonene i ar-

beidsgruppa har vært rundt sykkelhjulmodellen og hvordan den anvendes.

– Vi har brukt veldig mye tid på å diskutere om sykkelhjulmodellen er egnet for alle mulige situasjoner, eller trenger vi noe mer. Sykkelhjulmodellen er veldig godt egnet når noen er savnet og du har et IPP, men hvis du har en savnet fjellskiløper på Hardangervidda, vil du kanskje jobbe på en annen måte og prioritere ledelinjer og reflekser. Vi har diskutert dette mye, og har landet på at vi må få fram hvordan man kan bruke sykkelhjulmodellen på litt ulike måter i ulike sammenhenger.

– Vi tør ikke innføre en ny modell, og ønsker å jobbe videre med sykkelhjulmodellen. Men vi ser at det er noen fallgruver. Sykkelhjulmodellen er et veldig potent verktøy som gjør at vi redder flere fortere, men den har også ført med seg noen systematiske feil.

Disse potensielle fallgruvene utdypes i veilederen:

- Flere eller ingen mulige IPP, eller feil IPP
- Kartet blir for avgjørende for hvilket område man søker i
- Feil savnetkategori, eller flere mulige kategorier
- Statistikken vektlegges for strengt

- Nærområdet veies for tungt
- Sirklene i kartet blir for viktige og avsøkes i sin helhet
- For få ledelinjer, eller at ledelinjene blir ikke søkt langt nok ut

#### Statistikk og etterretning

– Vi har også jobbet mye med forholdet mellom statistikk og etterretning. Vi er blitt så gode på statistikkgrunnlaget, at vi kan tro at denne informasjonen er verdt mer enn den egentlig er. Statistikken er veldig god til å se om det vi gjør er fornuftig, eller når det ikke er annen informasjon. Men vi må ikke tro at den er mer enn den er, sier han.

#### Redningsinnsats

I tillegg er redningsinnsats skilt ut som et eget kapittel i veilederen.

– Dette blir viktigere fordi det går fortere enn før. Det betyr at vi oftere finner en pasient som er syk eller skadet. Det å både individuelt, i laget og i aksjonen planlegge for umiddelbar akutt helseinnsats, er vektlagt tyngre, sier Halvorsen.



# Arbeidet med felles aksjonsstøtteverktøy har startet

Norsk Folkehjelp har brukt et digitalt kartverktøy i felt i flere år. Nå starter endelig arbeidet med et felles aksjonsstøtteverktøy for hele redningstjenesten.  
Foto: Ida Kroksæter

I mars kunne Hovedredningscentralen (HRS) kunngjøre at utviklingen av et felles digitalt verktøy for aksjonsstøtte endelig er i gang. Norsk Folkehjelp er representert i ekspertgruppen som støtter prosessen.

TEKST: IDA KROKSÆTER

– Erfaringer etter hendelsen på Gjerdrum romjulen 2020 og andre søks- og redningsoperasjoner de siste årene har avdekket at redningstjenesten ikke har tilstrekkelig digitale verktøy for samvirke på tvers mellom ressursene ute på skadestedet eller i søksområdet, skriver Hovedredningscentralen.

De har henvendt seg til BarentsWatch (BW) i Kystverket for å få utviklet et felles aksjonsstøtteverktøy for redningstjenesten til bruk for både offentlige virksomheter og

frivillige organisasjoner.

BW har deretter startet med å analysere og definere den teknologiske plattformen for løsningen. De utforsker nå teknologi for off-line støtte og mobil støtte.

Det er også utpekt en operativ ekspertgruppe som regelmessig møter BW-teamet for å skissere ønsker og behov som skal løses med et slikt verktøy. Ekspertgruppen består av fem personer fra de frivillige organisasjonene Norsk Folkehjelp, Norges Røde Kors, Norske Redningshunder, Norsk Radio Relæ Liga og Speidernes Beredskapsgruppe. I tillegg har ekspertgruppen tre representanter fra politiet (en hundefører, en innsatsleder og en operasjonsleder).

Rådgiver i Norsk Folkehjelp, Ivar Windju, er Norsk Folkehjelps representant i ekspertgruppen:

– Vår rolle er å komme med tilbakemeldinger og bestillinger i forhold til hva et slikt sys-

tem bør inneholde og hvordan det bør virke, basert på de erfaringene vi har fra dagens systemer. I tillegg er vi testpersoner for det nye systemet, sier han.

– Jeg opplever at de frivilliges behov blir møtt i veldig stor grad. Den viktigste forskjellen fra det systemet vi har i dag, er at dette er et statseid verktøy som alle aktører i redningstjenesten skal kunne benytte seg av – også politiet og HRS, sier han.

*Hvordan vil verktøyet se ut i forhold til SarTopo?*

– Det vil inneholde betydelig mer. Dette skal være et fullt aksjonsstøtteverktøy, så det er ikke bare et kartverktøy. Vi tar med oss de viktigste funksjonene fra kartverktøyet vi har i dag, i tillegg til at systemet også skal kunne inneholde ting som etterretning og bilder.

*Hva er tidsperspektivet på prosessen?*

– Dette er et stort prosjekt, så det vet vi rett og slett ikke ennå, sier Windju.



# Profilkolleksjon for alle medlemmer

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

**Vann- og vindtett jakke • Piquet i bomull • Fleecejakke**

Mer informasjon om plaggene finner du på [www.folkehjelp.no/nettbutikk](http://www.folkehjelp.no/nettbutikk)



**Norsk Folkehjelp**

[www.folkehjelp.no](http://www.folkehjelp.no)



# Førstehjelpskurs for mannskaper: Piloting av ny e-læring

Mannskaper og nye frivillige i Horten var blant de første som fikk teste den nye e-læringen til førstehjelpskurset for mannskaper i Norsk Folkehjelp. Foto: Aisha Chaudhry

Vi i administrasjonen har jobbet lenge med å finne gode løsninger som ivaretar behovene til kommende mannskaper og instruktører. Dette er en utfordrende balansegang som har vært vanskelig å få til, men vi nærmer oss en god løsning som kan tilfredsstille de fleste behov.

TEKST: AISHA CHAUDHRY

Siden jeg startet i jobben som e-læringsrådgiver i august har jeg fått mange henvendelser fra kollegaer, tillitsvalgte, instruktører og andre frivillige med spørsmål om hvordan e-læringen kommer til å se ut og når det er klart. Dette har jeg jobbet intensivt med i flere måneder og kan nå endelig meddele at e-læring på førstehjelpskurs for mannskaper (tidligere KNF) snart er på vei ut til dere.

## Følger utdanningsplanen

Mannskapskurset følger fortsatt samme struktur som utdanningsplanen tilsier. Det er tre moduler; bevisstløshet og hjertestans, akutt skade og akutt sykdom. Hver av disse modulene inneholder de samme øktene de alltid har hatt, som e-læring følger det også med en quiz som deltagerne må bestå med 80 % for å kunne gå videre i kurset.

Selve innholdet i e-læringen kommer fra utdanningsplanen, ingenting lagt til og ingenting fjernet. Dette gjør at e-læringen dekker alle kunnskapsmålene deltagerne skal kunne til den teoretiske og avsluttende prøven, allerede før de møter opp til fysisk oppmøte.

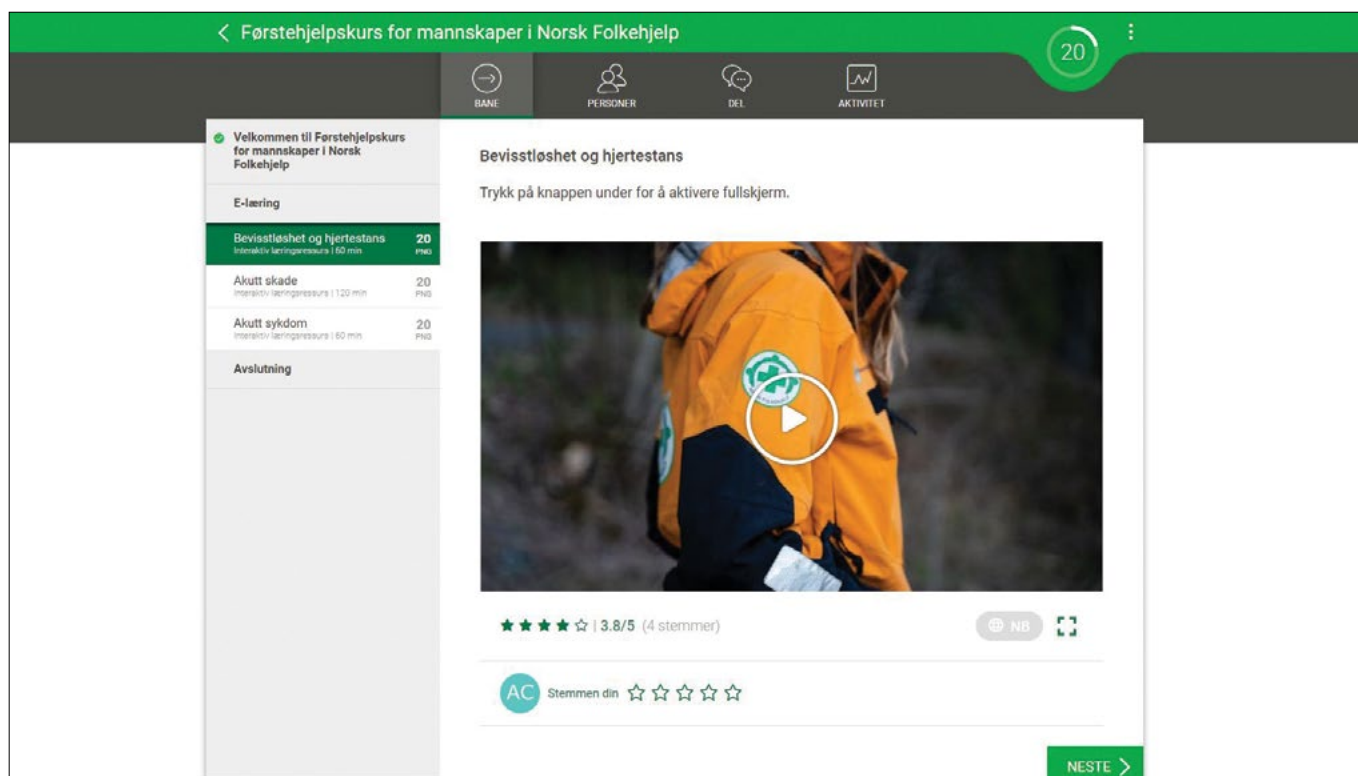
Planen for gjennomføring av kurs med e-læring er at deltagerne får god tid noen uker i forveien til å gjennomføre e-læringen. Det vil i prinsippet si at deltagerne har all teorien rundt førstehjelp på plass når de kommer på kurs og at instruktøren kan gå rett på praktisk trening.

## Tre pilotkurs

Vi har nå kjørt pilotering av dette kurset tre steder i landet: Horten, Oslo og Hitra. Pilotering vil si at vi først og fremst har testet om læringsutbyttet fra e-læringen er nok til å dekke hva deltagerne må kunne for å bestå avsluttende prøve, men også hvordan instruktørene kan kjøre kurset på en helg.

Lena Vinje-Christensen var instruktør i Horten og den aller første som fikk prøve det nye kursoppsettet. Gruppen hennes bestod av ni deltagere, flere var tidligere mannskaper som søkte regodkjenning, men vi hadde også flere nye medlemmer, deriblant medlemmer fra det nye laget Norsk Folkehjelp Modum. Deltagerne hadde to uker i forkant på å gjøre seg ferdig med e-læringen og bestå hver av de sju quizene som de måtte gjennom. Her fikk jeg drøftet e-læringen med deltagere som hadde lese- og skrivevansker og som kom med gode innspill på hvordan jeg kan tilgjengeliggjøre kurset for denne gruppen. Vi vil gjøre så godt vi kan med å ivareta behovene til så mange av våre medlemmer som mulig.





E-læringen er basert på innholdet i utdanningsplanen og består av tre moduler. Foto: Skjermdump.

Også i Oslo og fra Hitra fikk jeg de samme gjennomgående tilbakemeldingene som i Horten. Tiltakene for de med lese- og skrivevansker må bli bedre, og dette er noe jeg tar med meg i arbeidet videre. Blant annet er jeg i dialog med Dysleksi Norge for hvordan vi kan ivareta våre medlemmer på en god nok måte. Løsninger som talesyn- tesse og lydfiler av bedre kvalitet er oppe for vurdering.

I Oslo var Camilla Acklam hovedinstruk- tør med god støtte fra Vinje-Christensen. I motsetning til Horten var det et fåtall av deltagerne som hadde erfaring med førstehjelp fra før, og vi hadde med dette et helt annet utgangspunkt enn i Horten, hvor mange hadde gått førstehjelpskurset tidligere. Erfaringene og tilbakemeldingene var delte, men de var konstruktive. Dette var en gruppe som så forbedringspoten- sialt i kurset og kom med ideer og forslag på hvordan e-læringen kunne gjøres bedre. Alle forslag kommer til å bli tatt med videre og vi jobber allerede med flere av dem.

#### Mer fokus på det praktiske

På Hitra og Frøya har lokallaget opprettet en helt ny sanitetsgruppe og instruktør Andre- as Nårstad tok ansvaret med å utdanne nye mannskaper til beredskapen i Trøndelag,

med god hjelp av Jørgen Einarsve Aunet. Dessverre fikk jeg ikke delta på dette kur- set eller møte deltagere og instruktører, da Oslo hadde pilotering samme helg. Til tross for dette, så kom Nårstad med strålende tilbakemeldinger: «som instruktør syns jeg det er kjempegøy og motiverende å gjen- nom hele helga kan fokusere på det prak- tiske, noe jeg har savnet før» skrev han i etterkant.

Alt i alt har vi klart å utdanne rett i under- kant 30 nye mannskaper gjennom disse piloteringene! Det er nesten alle som del- tok på de ulike kursene. Dette lover godt for hele Norsk Folkehjelps kursvirksomhet. Hensikten med å implementere e-læring er å sikre at alle nye mannskaper får samme utgangspunkt når de møter til kurs, men det handler også om å avlaste instruktørene våre. Gjennom denne piloteringsfasen har jeg fått tilbakemelding om hvor fint det har vært å kunne ta e-læring når og hvor man vil, når man selv er åpen for å ta imot in- formasjon og hvordan man bare trengte å holde av én helg istedenfor to.

#### Utfordrende balanse

Overgangen til e-læring har likevel ikke bare vært enkel. Det har vært utfordrende for in- struktørene å finne en ny balanse mellom

teori og praksis etter at deltagerne fullførte e-læringen. Dette kommer litt av at man ikke helt vet hvor mye deltagerne faktisk sitter med av kunnskap før den teoretiske prøven, og fordi de har måttet omrokere på den tidligere kursplanen som de er kjent med.

Samtidig som vi jobber med revideringer av kurset etter piloteringene, jobber jeg også med en veileder for instruktører som skal ta i bruk e-læring. Denne vil inneholde tips fra Vinje-Christensen, Acklam, Nårstad og Runi Putten, erfaringer fra piloteringene og råd for hvordan man kan lykkes med første- hjelpskurs over én helg.

Til syvende og sist er dette et kontinuerlig arbeid, og vi kommer stadig med nye løs- ninger og ideer til hvordan vi kan forbedre dette nye kursoppsettet. Førstehjelp er i grunn et praktisk fag som det har vært van- skelig å lage god e-læring på, derfor har det vært spesielt viktig å få til disse pilo- teringene. Vi vet også at selv om de første piloteringene er over, er arbeidet langt fra ferdig.



Nye mannskaper på førstehjelpskurs på Hitra. Foto: Andreas Nårstad

# Ny sanitetsgruppe på Hitra og Frøya

Beredskapen til Norsk Folkehjelp i Trøndelag har noen svake punkter, og som beredskapsleder i Trøndelag har jeg lenge jobbet med å prøve å gjøre noe med dette.

TEKST: ANDREAS NÅRSTAD

Jeg så en fin mulighet til å begynne å bygge opp en sanitetsgruppe på Hitra da to ferdigutdannede mannskaper bosatte seg her. Samtidig har Hitra og Frøya et samfunns-politisk lag, så veien for å starte en sanitetsgruppe var ikke lang.

På årsmøtet i februar besluttet Norsk Folkehjelp Hitra og Frøya å starte en sanitetsgruppe, og begynte jobben med promo-

tering. Det meste av den jobben ble gjort av ildsjelene Ida Bendiksen og Tore Losen.

I februar var det duket for informasjonsmøte der over 20 stykker dukket opp, og 18 stykker meldte seg inn med en gang. I tiden etterpå har stadig flere vist interesse for å bidra i beredskap på det lille øysamfunnet, og nå er det opp imot 30 personer som har meldt seg inn/vist interesse og vil ta kurs.

## Førstehjelpskurs

I mars ble det gjennomført førstehjelpskurs for mannskaper i Norsk Folkehjelp som et pilotkurs med e-læring på forhånd.

Som instruktør på kurset opplever jeg en motivert gjeng med elever som har gjennomgått e-læringa, noe som gjør at vi kan ha fullt fokus på det praktiske og terpe og øve på å bli flinke på pasientundersøkelse.

Med dette opplever jeg også at det er enklere å holde folk engasjerte og interesserte.

Det har vært noen barnesykdommer underveis, men disse er fortløpende rettet opp og det er tatt med forbedringspotensial videre som vil rettes og forbedres. Jeg gleder meg til å kjøre flere e-læringskurs og synes det har vært en veldig fin måte å kjøre kurs på.

## Går videre på kursstigen

Norsk Folkehjelp Hitra og Frøya er nå motivert for å ta nødnettkurs og søk- og redningskurs, slik at de kan være i beredskap for politi, AMK og kommune.

De blir et godt tilskudd til beredskapen i Trøndelag, og jeg gleder meg til å følge dem videre.

# Vår og sommer i nettbutikken

Belte og bukseseler fra Helly Hansen.  
Både til uniform og privat bruk.



Pris  
nettbutikk  
**199,-**  
Vanlig butikkpris  
312,-



Pris  
nettbutikk  
**199,-**  
Vanlig butikkpris  
374,-

## Spesialprodukter

I nettbutikken kan dere bestille vester og skjorter med spesialtrykk. Sjekk utvalget og se vilkår for kjøp og bruk av disse.



## UNIFORM

Er forbeholdt medlemmer som er godkjente førstehjelpere/redningsmannskaper (over 18 år) og skal bare brukes under tjeneste.

Sjå vilkår i nettbutikken.

For sommeraktiviteter finner du shorts og poloskjorte i bomull.



## Reisebager

30 liter går som håndbagasje på fly. 70 liter er stor og romslig. Kan brukes privat.



Pris  
nettbutikk  
**750,-**  
Vanlig butikkpris  
1.299,-



Pris  
nettbutikk  
**600,-**  
Vanlig butikkpris  
999,-



## Ytterjakker og bukser

Dere finner både softshelljakke i stretchmaterialet som puster godt og lett skalljakke som er vanntett med i lett og tynt stoff. Med tilhørende bukser.

Mer informasjon om produktene og bestilling:

[www.nettbutikk.folkehjelp.no](http://www.nettbutikk.folkehjelp.no)

Produktene er KUN tilgjengelig for medlemmer og lokallagene i Norsk Folkehjelp. Registrer deg med ditt medlemsnummer.





Å bygge robusthet hos mannskaper og team i redningstjenesten handler ikke om at man ikke skal bli berørt av dramatiske hendelser, men at vi skal være så godt forberedt som mulig for de potensielt tøffe oppgavene vi står ovenfor, skriver Live Kummen. Foto: Ida Kroksæter

# Egen sikkerhet først – om å bygge robuste team i redningstjenesten

«Robusthet er det begrepsmessig motsatte av sårbarhet.... I dagligtalen brukes begrepet om å ha evne til å tåle påkjenninger og stress som kan føre til skader og tap».

TEKST: LIVE KUMMEN

Slik defineres robusthet i Store Norske Leksikon. Å bygge robusthet hos mannskaper og team i redningstjenesten handler ikke om at man ikke skal bli berørt av dramatiske hendelser, men at vi skal være så godt forberedt som mulig for de potensielt tøffe oppgavene vi står ovenfor.

Over flere år har medisinkommissjonen i IKAR hatt en arbeidsgruppe som har jobbet med temaet psykososial støtte for mannskaper i redningstjenesten. Målet er å jobbe frem noen konkrete anbefalinger for hvordan vi kan skape robuste team og forebygge alvorlige stressreaksjoner («stress injury») hos mannskaper. I påvente av anbefalingene gir vi dere her et innblikk i det som ble presentert på den digitale IKAR-kongressen i oktober.

Vi har et ansvar for å forhindre at frivillige mannskaper utvikler alvorlige stressreaksjoner. Å håndtere reaksjoner i etterkant av en hendelse er ikke tilstrekkelig. Vi må også jobbe proaktivt for å bygge sterke team og forebygge stressreaksjoner. Arbeidet med psykososial støtte til mannskaper i redningstjenesten bør derfor dekke tre aspekter:

lboende robusthet, forebygge stressreaksjoner og psykisk førstehjelp.

## **lboende robusthet**

Allerede i rekruttering og opplæring av nye mannskaper bør man tenke på robusthet. Personer som har god psykisk helse, aldri har vært utsatt for traumatiske hendelser (spesielt som barn), har et godt sosialt nettverk, ikke har overforbruk av alkohol eller andre rusmidler og klarer å be om hjelp ved behov, viser seg å være mer motstandsdyktige mot alvorlige stressreaksjoner. I rekruttering og opplæring er det viktig å informere om at vi kan møte sterke inntrykk gjennom innsatsen i redningstjenesten. Potensielt nye mannskaper bør oppfordres til å aktivt reflektere over hvordan de kan reagere i en slik situasjon.



Det er viktig å informere nye frivillige om at vi kan møte sterke inntrykk gjennom innsatsen i redningstjenesten, skriver Live Kummen.

### Forebygge stressreaksjoner

I innsats for redningstjenesten kan vi møte ulike former for stress:

- **Traumatisk stress:** En konkret traumatisk hendelse. Denne er ofte lett å identifisere, og vi sørger for å snakke om det i etterkant
- **Aksjons-stress:** Belastning over tid kan også føre til stressreaksjoner. Eksempler på dette kan være mange aksjoner på kort tid, få mannskaper å dele arbeidet på, dårlig lederskap, uenigheter og konflikter i laget. Disse sliter på det enkelte mannskap, og går samtidig utover gruppas evne til å prestere
- **Utmattelses-stress:** Eksterne faktorer skaper usikkerhet som igjen går ut over lagets yteevne. De to siste årene med Covid-19 med stadige endringer i måten vi jobber på, illustrerer dette

Det er viktig at alle mannskaper i redningstjenesten kjenner til de kort- og langsiktige fysiske effektene av stress, og hvilke typer aksjoner som har størst sannsynlighet for å føre til stressreaksjoner. Vi bør vite hva som er normale reaksjoner, slik at vi kan gjenkjenne når det blir mer alvorlig. Å snakke om psykisk helse og stressreaksjoner bør normaliseres, og stressbarometeret kan være til god hjelp.

Hvor er du på skalaen i dag? Dersom man er i gul sone, kan man ofte komme tilbake til grønn gjennom hvile, tilpasning av arbeidsbelastning, løsning av konflikter og kameratstøtte. Kanskje bør man tas ut av beredskap i en periode, uten at det skal være noen skam forbundet med det.

### Psykisk førstehjelp

Psykisk førstehjelp er viktig i og etter en traumatisk hendelse. I Fagblad Sanitet 4-20 beskrev vi fem teknikker som er dokumentert effektive:

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 basalbehov 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 at det de har gjort er 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.

Det vil også være viktig å opprette kontakt med et profesjonelt støtteapparat for videre oppfølging.

### Skap «grønne» team!

Grønne team (med referanse til stressbarometeret) består av mannskaper som er godt forberedt og har gode forutsetninger for å tåle stressbelastning, med andre ord mannskaper som innehar høy robusthet. Lokallaget kan skape slike team gjennom å jobbe med de tre aspektene over. Når IKARS anbefalinger om psykososial støtte for mannskaper i redningstjenesten er ferdigstilt, vil vi presentere disse i fagbladet.



Det å være instruktør på sentrale kurs er en givende og lærerik opplevelse. Foto: Kenneth Brattli Molund

# Ønsker du å være instruktør på årets sentrale kurs?

Endelig kan vi igjen invitere til sentrale kurs med fysisk samling i uke 26.

TEKST: RUNI PUTTEN

Vi gleder oss til at vi nok en gang kan gjennomføre alle de tre sentrale kursene på samme sted, med alle de positive effektene det gir til de ulike kursene.

Årets sentrale kurs blir på Sørmarka kurs- og konferansesenter i perioden 27. juni til 3. juli.

I den forbindelse er det sendt ut invitasjoner

til instruktører hvor vi ber om tilbakemelding på om dere ønsker å delta som instruktører på ett av kursene. Erfaringsmessig er de sentrale kursene en uke med jobbing langt utover vanlig arbeidsdag, men opplevelsen er til gjengjeld helt unik.

## Givende uke

Det å bruke ei uke på å lære opp nye instruktører eller ledere er en gave til oss instruktører. Det skapes minner hvert eneste år, og disse minnene er godt gjemt i hukommelsen og tas med jevne mellomrom frem for å spre glede i vår fantastiske organisasjon.

Vi skal også i år gjennomføre både instruktørkurs førstehjelp, instruktørkurs

søk og redning, samt operativt leder-kurs. Vi vil som i fjor gjennomføre webinarer og inntaksoppgaver for deltakerne i forkant av selve kurset, og kurset blir dermed en helg kortere enn det har vært tidligere år.

## Motiver potensielle deltakere

Vi har også et annet behov og ønske fra dere instruktører: Det er ingen som kjenner potensialet i sitt eget lag bedre enn dere. Har dere kandidater til sentrale kurs, så motiver de til deltakelse. Hvis vi ser tilbake på vår egen deltakelse på sentrale kurs, så hadde også vi behov for å bli løftet frem, at noen trodde på oss og ga oss gode ord på veien til å sende en søknad om å delta på det som er topputdanningen i Norsk Folkehjelp.



På grunn av alle de nye frivillige som har meldt sin interesse de siste månedene, arrangeres det kurs fra sentralt hold seks steder i landet for å dekke opplæringsbehovet. Foto: Andreas Nårstad

## Reiseinstruktører sørger for kurs for nye frivillige

Over 400 har meldt interesse for å bli mannskap i Norsk Folkehjelp i løpet av årets første måneder.

TEKST: RUNI PUTTEN

Årets rekrutteringskampanje har virkelig gitt resultater, og den viser at redningstjenesten er en attraktiv hobby for mange når man blir gjort oppmerksom på muligheten.

I løpet av de to siste månedene har vi fått over 500 nye medlemmer i Norsk Folkehjelp. I tillegg har mer enn 400 personer meldt in-

teresse for å bli redningsmannskap, og alle disse skal få tilbud om kurs.

Flere lag har holdt eller planlegger kurs for å få de nye frivillige i gang fortest mulig, men for å avlaste lokallagene, arrangeres det også kurs fra sentralt hold på seks ulike steder i landet i løpet av våren.

Først og fremst er det de to grunnleggende kursene som tilbys de nye frivillige:

- Førstehjelp for mannskaper i Norsk Folkehjelp
- Søk- og redningskurs

Det er planlagt å gjennomføre førstehjelp-

skurs for mannskaper i Norsk Folkehjelp helgen 6.-8.mai. Søk- og redningskurs er planlagt i helgen 3.-6.juni.

Vi har fått på plass instruktører på de fleste steder (geografisk innenfor 1 time fra hjemstedet til potensielle deltakere), men vi jobber fortsatt for å få dette til over hele landet. Datoen kan variere noe, så det er viktig at dere følger med i kurskalenderen på folkehjelp.no om når det er planlagt kurs i deres nærområde.

Vi håper vi ser dere på kurs – enten om det er organisert fra sentralt eller lokalt hold!



Norsk Folkehjelp Stjørdal er blant lagene som har vært med på piloteringen av det nye kurset. Tilbakemeldingene fra deltakerne og instruktørene på disse kursene er nå evaluert, og revideringen av kurset er i slutfasen. Foto: Andreas Nårstad

# Nytt ambulans kurs klart før sommeren

Endelig er vi i slutfasen med det nye beredskapsambulans kurset, som har fått navnet «avansert førstehjelp».

TEKST: RUNI PUTTEN

Et flerårig arbeid sammen med Røde Kors med å fornye beredskapsambulans kurset er snart i mål.

I løpet av det siste året har det blitt gjennomført et titalls pilotkurs både i Norsk Folkehjelp og Røde Kors. Vi har mottatt evalueringer fra disse kursene og har gjennomført et fysisk møte med Røde Kors slik at vi nå har kommet til enighet om hvordan kurset skal være.

Vi har som mål at alle modulene skal være reviderte og klare i løpet av mai/juni.

## Flerårig prosess

Arbeidet med utdanningsplanen har vært veldig arbeidskrevende. Vi startet allerede i 2018 med revidering av den kursplanen vi hadde som utgangspunkt. Etter den tid har det blitt iverksatt flere ulike prosesser. Revideringen ble etter hvert skrinlagt og det ble besluttet å lage et helt nytt kurs. Thomas Berg Green har vært ansatt som prosjektleder for det nye ambulans kurset, men etter at han fikk ny jobb som daglig leder i Førstehjelpsrådet, har ferdigstilling og revideringer blitt gjort av frivillige i begge organisasjonene.

Det nye kurset er på 100 timer og består av følgende moduler:

1. Grunnleggende kunnskap
2. Airways
3. Breathing
4. Circulation
5. Disability
6. Exposure
7. Beredskapsambulans
8. Lokal modul
9. Frivillig modul (snøscooter/ATV, båt)

## Lokale moduler

For å bli godkjent som mannskap på beredskapsambulans, må deltakerne gjennomføre og bestå de sju første modulene i kurset. Har ikke laget beredskapsambulans, men snøscooter/ATV eller båt, så finnes det frivillige moduler for dette. Denne modulen kommer da i tillegg til de første sju modulene.





Deltakerne på kurset får prøvd seg på mange ulike caser i løpet av de 100 timene kurset varer.

Vi mener at det er like viktig – om ikke viktigere – at mannskap på andre kjøretøy innehar kompetanse på nivå med avansert førstehjelp. Derfor håper vi at kursene blir gjennomført i de fleste geografiske områdene i landet.

På kurset i avansert førstehjelp er det ønskelig med en fagansvarlig. Sentralt Sanitetsutvalg har vedtatt at denne minimum skal inneha kompetanse som ambulansesarbeider. Vedkommende må også jobbe i prehospital tjeneste. Ellers er det viktig at det settes sammen en kursstab som har kompetanse på de ulike modulene det skal undervises i. Det meste av teoriopplæringen foregår i Nakos-portalen som e-læring, mens de fysiske samlingene blir brukt til praktiske oppgaver.

#### Midlertidige godkjenninger

I løpet av pandemien er det flere som har fått midlertidig godkjenning for beredskapsambulansetjeneste. Det er viktig å presisere at denne godkjenningen er midlertidig, og at den kun gjelder grønne turer. Når kurset nå er revidert, vil det ikke bli gitt noen forlengelse av denne godkjenningen fra Sentralt Sanitetsutvalg. Det betyr at alle som har fått en midlertidig godkjenning enten må ha gjennomført og bestått, eller har startet på det nye kurset, innen 1. juni. Alle midlertidige godkjenninger faller bort etter denne datoen.

Har dere spørsmål, ta kontakt med kurskontoret på [kurs@npaid.org](mailto:kurs@npaid.org).

#### FAKTA

#### NYTT AMBULANSEKURS

- Har fått navnet «avansert førstehjelp»
- Kurset er på 100 timer og består av ni moduler
- Er utarbeidet i samarbeid med Røde Kors
- Norsk Folkehjelp har drevet med frivillig ambulansedrift siden 1932

# 5 mannskaper om sitt engasjement

**Møt fem av våre frivillige redningsmannskaper og les om hva som driver dem. Vi har spurt om dette:**

1. Hvordan ble du kjent med Norsk Folkehjelp Sanitet?
2. Hvorfor ble du med i Saniteten?
3. Hvilke aktiviteter liker du best?
4. Hvilke kunnskaper/egenskaper må redningsmannskaper ha?
5. Hva får du igjen for innsatsen din?
6. Er det andre aktiviteter du ønsker Saniteten skal engasjere seg i?
7. Hvordan ser en drømmedag i Saniteten ut for deg?



**Ragnhild Bjerkeset (30)**  
**Norsk Folkehjelp Nesset**  
**Aktiv siden: 2014**

1. Jeg kom over et arrangement på Facebook der lokallaget skulle ha et informasjonsmøte om opprettelse av ei ny skredgruppe. Jeg syntes dette hørtess interessant og lærerikt ut, og siden har jeg vært med i denne skredgruppa.
2. Jeg ville lære mer om snøskred, redning og førstehjelp. Gleden over å kunne bidra til å redde liv motiverer.
3. Alt som har med friluftsliv og spesielt snø å gjøre.
4. Man må være engasjert og interessert i å hjelpe mennesker som enten har skadet seg eller trenger hjelp på andre måter.
5. Mye viktig kunnskap, gode relasjoner, lære å samarbeide med andre mennesker, mestringsfølelse
6. Usikker.
7. Stor skredøvelse sammen med for eksempel politiet, AMK, Røde Kors, Norske redningshunder og Norsk luftambulans.

**Mats Kongshaug (46)**  
**Norsk Folkehjelp Midt-Troms**  
**Aktiv siden: 2013**

1. Stein Magne Eidissen tok kontakt med modellflymiljøet på Finnsnes fordi laget ønsket å bygge opp kompetanse på drone i søk- og redningsoppdrag.
2. Jeg fløy droner på hobbybasis, og meldte meg inn for å kunne bruke hobbyen til noe nyttig.
3. Vårt lag driver kun med søk- og redningsoppdrag. Det passer meg bra, for jeg er glad i å være ute i naturen.
4. Du må takle å være ute i naturen under alle slags forhold, og kunne ta vare på både deg selv og dem rundt deg.
5. Det er en god følelse å være med på å gi pårørende svar, uansett utfallet av oppdraget.
6. Vi har spesialisert oss på søk og redning, og prioritert bort andre aktiviteter.
7. Min drømmedag er følelsen av å være klar, uansett vær og forhold.





**Navn: Eli Bjørklund [36]**  
**Norsk Folkehjelp Horten**  
**Aktiv siden: 2003**

1. Jeg ble kjent med det via en venninnes kjæreste som var aktiv.
2. Det var aktiviteten i lokallaget jeg syntes var mest spennende.
3. De aktivitetene jeg liker aller best er sanitetsvakter og beredskapsambulanse.
4. Det er viktig å ha egenskaper som å være rolig, strukturert og kunne jobbe sammen.
5. Jeg får igjen erfaring, læring og blir enda bedre kjent med kolleger rundt om i Norge.
6. Førstehjelp for ungdom.
7. På en drømmedag er det ingen skader, folk som setter pris på det vi gjør og en is sola på vakt.

**Øystein Nerland [41]**  
**Norsk Folkehjelp Nesset**  
**Aktiv siden: 2020**

1. Jeg har kjent til Norsk Folkehjelp lenge, men ble virkelig introdusert for organisasjonen etter en infokveld høsten 2020.
2. Det er vel et ønske om å kunne bidra. Å være med og hjelpe til når noen trenger det som mest. Det er en veldig meningsfylt hobby.
3. Det er søk og redning jeg liker best å holde på med. Både treningskvelder og ikke minst når alt vi har trent på fungerer godt i aksjoner.
4. Jeg tenker det viktigste er et ønske om å ville andre mennesker godt. Så finnes det

mange ulike egenskaper man kan ha bruk for.

5. Det er en fantastisk følelse når en aksjon ender godt og man har bidratt til at noen kommer til rette, eller kanskje til og med har reddet et liv. Ellers er det et utrolig fint sosialt miljø i laget som gir meg mye.
6. Norsk Folkehjelp er flink til å utvikle nye prosjekter som bruk av drone og «bratt og glatt». Det er spennende å følge med på.
7. Vi har det veldig kjekt på trening, så det er på en måte en drømmedag hver dag. Ellers er det utrolig fint når alt vi har trent på fungerer i aksjoner sammen med andre organisasjoner, politi og helsevesen, og at aksjonen ender godt.



**Navn: Magnus Revaa [19]**  
**Norsk Folkehjelp Horten**  
**Aktiv siden: 2020**

1. Jeg ble kjent folkehjelpa gjennom vaktene deres på 4H.
2. Jeg ble med i saniteten for jeg ønsket en ny hobby som var både spennende og givende. Jeg ønsket å være med å gjøre en forskjell
3. Jeg liker best søk og redning
4. Som redningsmannskap må man være samarbeidsvillig, oppmerksom, omsorgsfull, åpent trosyn og ha en stå-på-vilje.
5. Jeg får god erfaring og kunnskap som jeg kan ta med videre i livet, og lære bort til andre. Jeg får muligheten til å videreutvikle meg selv med kunnskap gjennom ulike kurs.
6. Jeg savner ingenting. Jeg synes de dekker det meste bra
7. En drømmedag i saniteten er en dag som det skjer mye, en dag der man må ha fullt fokus på det oppdraget eller arrangementet man er på. Å være på vakt med gode kollegaer på laget.



Til sammen bidro 22 frivillige fra Harstad til et trygt norgesmesterskap på ski for både deltakere og tilskuere. Foto: Norsk Folkehjelp Harstad.

## Norsk Folkehjelp Harstad sørget for et trygt ski-NM

De frivillige i Harstad hadde sanitetsansvaret under NM på ski 2022.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Mesterskapet gikk over fire dager og de frivillige la ned over 600 innsatstimer i løpet av disse dagene.

Oppdraget innebar også at de gjennomførte en samtreningssøvelse med representanter fra Universitetssykehuset Nord-Norge og Ambulansetjenesten UNN HF i forkant av selve mesterskapet.

Tilbakemeldingene fra arrangørene har vært svært gode:

– Norsk Folkehjelp Harstad har ansvaret for å håndtere alt fra små-plasterskader til å håndtere hjertestartere på NM-arenaen. Her er det sanitetspersonell med god faglig ballast, inkludert lege. Mange nok til å sikre god helsefaglig dekning. Totalt 22 stk har deltatt for å dekke denne tjenesten under NM, skriver arrangøren på sin Facebook-side.

### ENHET FOR REDNINGSTJENESTE OG FØRSTEHJELP



Teamleder

**Erlend Aarsæther**  
934 59 282  
erlenda@npaid.org



Rådgiver  
kurs og utdanning  
**Runi Putten**  
908 54 720  
runi@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

# 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  
idakr@npaid.org



Rådgiver  
e-læring  
**Aisha Chaudhry**  
910 00 321  
AisCha189@npaid.org

Sentralt



## ÅPEN REDNINGS- TJENESTENS DAG

Hele landet,  
14. april

Denne dagen oppfordres alle lokal-  
lag til å invitere lokalbefolkningen  
til åpent hus, hytte eller ha stand i  
sentrum eller ved utfartsområder.  
Det vil produseres profileringsma-  
teriell til lagene som ønsker å delta.

## ÅPENT MØTE FOR NYE MEDLEMMER

Teams,  
21. april

Her får alle nye medlemmer i Norsk  
Folkehjelp anledning til å bli bedre  
kjent med oss som organisasjon,  
stille spørsmål, møte andre frivil-  
lige og ansatte i administrasjonen.



## SENTRALE KURS

Kongsvinger  
27. juni-3. juli

Sommerens faglige og sosiale  
høydepunkt, og årets eneste mu-  
lighet til å bli:

- Førstehjelpsinstruktør
- Søk- og redningsinstruktør
- Operativ leder

## SOMMERCAMP FOR SANITETSUNGDOM

Lysebotn,  
2.-10. juli

Vi gleder oss stort til å igjen  
samle Sanitetsungdom fra  
hele landet til et av årets store  
høydepunkt - sommercamp i  
Lysebotn!





Foto: Helly Hansen

# REDNINGSPODDEN

En podcast av og for mannskaper i Norsk Folkehjelp

Vi gir deg historier og faglige oppdateringer fra en spennende hverdag som frivillig i den norske redningstjenesten.

**Abonner i din podcast-app!**



**Norsk Folkehjelp**

[www.folkehjelp.no](http://www.folkehjelp.no)

## Fagblad SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

[www.falkehjelp.no](http://www.falkehjelp.no)



Sentralt Sanitetsutvalg foran en fullsatt sal på årets fagkonferanse. Foto: Ida Kroksæter



**Norsk Folkehjelp**