



Norsk Folkehjelp

FAGBLAD

SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

4/2022



VANNREDNING I VEKST I NORSK FOLKEHJELP

Stor interesse for nytt satsingsområde.

Actionhjelg
for sanitetsungdom

E-læring klar
for søk og redning

Egenberedskap
for lokallagene



FAGKONFERANSE SANITET OG SANITETSUNGDOM 2023

17. - 19. mars

Thon Hotel Oslo Airport

Bli med på ei helg full av interessante foredrag, praktiske workshops
og møter med mannskaper og sanitetsungdom fra hele landet!



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no

SANITET

UTGIVER: Norsk Folkehjelp
Nr 4 - 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:
Ida Kroksæter
E-post: idakr@npaid.org

BIDRAGSYTERE DETTE NUMMER:
Monica Nervik, Shoaib Sultan, Benedicte Wiig,
Aisha Chaudhry, Runi Putten, Vegard Standahl Olsen,
Eileen Suzann Tennebø Bové, Peter Harholt

BILDER:
Therese Nordhus Lien, Shoaib Sultan, Espen Brekke,
Eileen Suzann Tennebø Bové, Runi Putten

FORSIDEBILDET:
Foto: Ida Kroksæter

FOTO PÅ DENNE SIDEN:
Foto: Ida Kroksæter, Shoaib Sultan

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.



Folkehjelpere i vannet 07

Bli med på fagsamling for vannreddere

Undervannsdrone i Arendal 10

Gir sikrere søk under vann

Ungdom drillet på førstehjelp 12

Les om actionhelg på Rena

Egenberedskap 14

Slik blir lokallagene forberedt

Internasjonal læring 20

Faglig oppdatering fra utlandet

Aksjonsstøtteverktøy 25

Arbeidet klar for neste fase



Bildet er fra landsmøtet i 2019. Foto: Therese Nordhus Lien

Landsmøte-engasjementet starter nå!

Som vikar for Vegard Lindbæk har jeg gleden av skrive en leder til Fagbladet før han er tilbake fra pappapermisjon, og det er mye å informere om!

Først og fremst ønsker jeg å minne om at det snart er landsmøte, og forberedelsene starter allerede nå. Jeg håper at alle engasjerer seg i debatten fram mot landsmøtet, og at vi fra sanitetens side er godt representert når vi møtes i august. Jeg vil gi dere to oppdrag; å påse at alle delegater fra ditt lokallag har betalt kontingent i tide, og at ditt lokallag velger delegater som representerer saniteten.

Vi er opptatt av at medlemsdemokratiet skal gjenspeile medlemsmassen vår, og ca 80 % av alle frivillige er engasjert innen førstehjelp og redningstjeneste. Dette bør gjenspeiles i Sentralstyrets sammensetning og på landsmøtet. Gode kandidater til Sentralstyret kan foreslås til Valgkomite2023@folkehjelp.no.

17.-19. mars har vi gleden av å invitere til nok en fagkonferanse. Den fredagen vil det i tillegg avholdes representantskapsmøte for sanitet og sanitetsungdom. Det er viktig at lagene sender delegater til disse møtene – det er her vi i felleskap kan jobbe med aktuelle saker til landsmøtet, samt velge nytt SSU og SUS.

Landsmøte-temaet er «klima og kriser». Fristen til å fremme saker til representantskapsmøtene er fire uker før møtene, altså 17. februar. Saker kan fremmes fra lokallagenes styrer, de må ikke være årsmøtebehandlet i lokallaget.

Vi ønsker også at ansattressursene i organisasjon blir fordelt ut fra lagenes aktivitet. Vi har over lang tid hatt for knappe ressurser

i seksjon for førstehjelp og redningstjeneste, og det viktig å huske at vi driver beredskap på alle nivå. Beredskapstankegangen må også gjenspeiles i sammensetningen av ansattressurser nasjonalt. Ansatte og frivillige fra saniteten gjorde en stor og viktig jobb i starten på flyktningkrisen fra Ukraina, og det viser hvor handlekraftig og omstillingsdyktige vi er på alle nivå. Sammen kan vi få til endringene det er behov for, slik at medlemsdemokratiet fungerer i vår organisasjon.

Jeg har også hatt gleden av å få delta på årets Rescue-konferanse sammen en delegasjon fra SSU og SUS. Vi fikk deltatt på mange gode foredrag, og har flere ideer vi vil ta i bruk her hjemme. Blant annet så vi et foredrag om stressmestring som var veldig nyttig, og som du kan lese mer om i dette bladet. Vi har tatt initiativ til et samarbeid med foreleseren og håper hun kan være god støtte for oss på alle nivå når det gjelder stressmestring.

Avslutningsvis vil jeg ønske alle en fredfull og god jul, og et godt nytt folkehjelsår.

Monica Nervik,
Fungerende leder i
Sentralt Sanitetsutvalg





– Man er helt avhengig av den frivillige helseberedskapen for å håndtere kriser, sier Jonas Vikran Hagen. Foto: Ida Kroksæter

Norsk Folkehjelp: Frivillig helseberedskap må styrkes

Norsk Folkehjelp ber om en tydelig satsing på frivillig helseberedskap fra staten.

TEKST: IDA KROKSÆTER

– Den frivillige helseberedskapen som vi representerer, er en fleksibel ressurs med kort responstid, og god lokalkunnskap. De er vant til å samarbeide med kommuner og nød- og beredskapsetater og har stor vilje til å bidra når det gjelder som mest, sier Jonas Vikran Hagen, seksjonsleder for førstehjelp og redningstjeneste i Norsk Folkehjelp, i budsjettthøringen i Helse- og omsorgskomiteen.

Ønsket om midler til å styrke helsefrivilligheten, kommer etter at koronakommisjonen har konkludert med at de frivilliges bidrag under pandemien var viktig. Kommisjonen har anbefalt å styrke samarbeidet mellom de frivillige organisasjonene og sykehusene.

Avgjørende i de store hendelsene

– Under pandemien snudde våre frivillige

seg rundt for å sikre mat og medisiner til mennesker i isolasjon. De ble brukt til å passe på vaksinerte i observasjonsfasen og bemannet beredskapsambulanser for å støtte helseforetakene. For å gi et lite bilde av bidraget, så kjørte våre frivillige over 1000 oppdrag med beredskapsambulanse i Oslo i løpet av pandemiens tre første måneder, sier Vikran Hagen.

Han påpeker at dette bare er ett av mange eksempler på hvordan frivilligheten har vært avgjørende for responsen ved store hendelser de siste årene – som terroraksjonen på Utøya, evakueringen av Viking Sky og leirskredet i Gjerdrum.

– Man er helt avhengig av den frivillige helseberedskapen for å håndtere kriser og den bidrar til å øke den totale kapasiteten.

– Frivillighet er ikke gratis

Vikran Hagen påpeker at de frivillige innen helseberedskap representerer trygghet og kompetanse, og at de gjennomgår omfattende kursing og trening innen førstehjelp og akuttmedisin.

– Vi kan og vil bidra enda mer. Vi kommer til å være en del av responsen også i neste krise. Men selv om innsatsen er basert på frivillighet, er den ikke gratis. For å kunne styrke helseberedskapen vår over tid, trenger vi å jobbe langsiktig med vekst, og da er vi avhengig av en fast bevilgning i statsbudsjettet, sier han i høringen.

Ønsket ble ikke ivarettatt i statsbudsjettet for 2023, men Norsk Folkehjelp vil fortsette å løfte saken politisk.

Dette er kravet

Sammen med Røde Kors og Norske Kvinners Sanitetsforening, ber Norsk Folkehjelp om en fast bevilgning på 30 millioner på statsbudsjettet til å styrke frivillig helseberedskap. Dette er også spilt inn i forbindelse med arbeidet med en stortingsmelding om helseberedskap som etter planen skal fremmes i 2023. Meldingen skal ifølge regjeringen gi retningen for hvordan Norge skal kunne være forberedt på å håndtere kriser som kan ramme helse- og omsorgssektoren.



De frivillige i redningstjenesten fikk heller ikke denne gangen noe løft på statsbudsjettet. Foto: Ida Kroksæter

Statsbudsjettet 2023: – Manglende satsing på frivillig redningstjeneste er svært kritikkverdig

– Regjeringen satser på sivil beredskap, men unnlater å satse på ressursene som gir mest beredskap for pengene. Det er svært kritikkverdig med tanke på den usikre tiden vi lever i, sier generalsekretær i Norsk Folkehjelp, Henriette Westhrin.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Vi står i en situasjon med økt konfliktnivå, krig og atomtrussel, samt klimaendringer som gir hyppigere ekstremvær. Gjennom alle de store krisene de siste årene – leirskredet i Gjerdrum, Viking Sky-hendelsen og pandemien – har frivillige redningsmannskaper spilt en helt sentral rolle i krisehåndteringen.

– De frivillige er en grunnpilar i lokal beredskap, men blir nok en gang oversett i statsbudsjettet. De bidrar med kompetanse, utstyr og mannskaper det offentlige ikke evner mobilisere selv. Å skulle satse på beredskap uten å løfte de frivillige beredskapsorganisasjonene er ufattelig naivt, sier Westhrin.

I tillegg til de store kriseresponsene, har også de frivillige ressursene over tid opplevd en stadig økning i antall søk- og redningsoppdrag.

– Vi er lei av å få ros i festtaler, men bli glemt hver gang det faktisk skal prioriteres. Regjeringen nekter å satse på en beredskap som er ute i lokalsamfunnene, har kort responstid og som også er den mest kostnadseffektive. Det er både overraskende og skuffende, påpeker Westhrin.

– Vi merker at et trygt lokalsamfunn er viktig

for folk. Vi kan vokse og utvikle oss betydelig hvis vi får muligheten, men vi holdes igjen av manglende politisk vilje, sier Westhrin.

Norsk Folkehjelp jobber kontinuerlig for bedre vilkår for frivillige innen redningstjeneste og helseberedskap, og dette er våre viktigste krav:

- Øke statsstøtten til beredskapsorganisasjonene
- Fast satsing til frivillig helseberedskap
- Fritak for engangsavgift på redningskjøretøy

Du finner mer informasjon om våre viktigste politiske krav på [folkehjelp.no](https://www.folkehjelp.no).

An aerial photograph showing four water rescue team members in bright green gear and orange helmets. One member is in the water, while the others are on a rocky shoreline. The water is dark blue, and the rocks are grey and jagged.

Vannreddere med sikkerhet øverst på agendaen

Vannredning er et nytt satsingsområde i Norsk Folkehjelp. Denne type beredskap setter skyhøye krav til sikkerhet og kunnskap.

TEKST OG FOTO: IDA KROKSÆTER



I tillegg til sikkerhet og øving på ulike redningsteknikker, sto det sosiale i fokus da den første fagsamlingen for vannredde ble holdt på Rena.

Under ei bru på Rena står en gjeng med vannredningsinstruktører fra Norsk Folkehjelp. Rundt føttene renner ei elv i tidvis strøme. Litt lenger ned roer vannet seg, men disse redningsmannskapene vet at rolig vann kan være minst like farlig som det fossende.

– Det kan være sterke strømmen i vannet, selv om det ikke synes på oversiden, sier Ronny Frantzen.

Han er rådgiver og fagansvarlig for vannredningssatsingen i Norsk Folkehjelp, og har de siste årene vært med å jobbe fram et fagfelt som er helt nytt i organisasjonen.

Etter Viking Sky-hendelsen i 2019, hvor et cruiseskip nesten gikk på grunn i Hustadvika, fikk Norsk Folkehjelp 1 millioner kroner fra rederiet som eier skipet. Midlene var en takk for innsatsen i forbindelse med evakueringen av passasjerene.

Denne gaven har Norsk Folkehjelp brukt til

å lage en utdanningsplan for vannredning, utdannet 20 instruktører, lært opp over 50 mannskaper og kjøpt inn utstyrspakker til 15 lokallag.

– Var litt redd

Denne helga er 10 instruktører samlet til sin første fagsamling for å vedlikeholde kunnskapen og bli enda tryggere i vannet.

– Jeg trives veldig godt i vann, og synes dette er utrolig gøy, sier Julia Myki fra Norsk Folkehjelp Rena.

Med seg har de også Heidi Søreide Sveen som prøver seg i vannet med drakt og vannredningsutstyr for første gang.

– Jeg var litt redd på forhånd, men det var bare veldig gøy, forteller hun.

I løpet av helga skal de trene på de mange ulike teknikkene man kan bruke når noen trenger hjelp i vannet: Det å redde noen som sitter fast i bunnen, å redde en som flyter

i vannet og å bruke kasteline for å få folk trygt inn til land.

– Er veldig interessert

To av de mest erfarne mannskaper denne helgen kommer fra Norsk Folkehjelp Nes-set, og har vært sentrale i utarbeidelsen av opplæringen.

– Det er veldig gøy at vi begynner å se resultatene av det vi har jobbet med. Jeg gjør dette fordi jeg er veldig interessert, og var flere år i Redningsselskapet før jeg ble en del av Norsk Folkehjelp. Jeg synes dette er fryktelige givende, sier Kristoffer Johan Sønnerland Christiansen.

– Hva er det viktigste man må tenke på når man er i innsats i eller ved vann?

– Det viktigste er sikkerhet. Det står alltid i høysetet når vi operer i eller ved elv og sjø, og er grunnsteinen i opplæringa i lokallagene. I tillegg lærer vi også metodikk og teknikker for redning, evakuering og det generelle søket, sier Christiansen.



– Jeg trives veldig godt i vann, og synes dette er utrolig gøy, sier Julia Myki [til høyre] fra Norsk Folkehjelp Rena. Her er hun sammen med Heidi Søreide Sveen klar til å øve på kasteline.

Mange oppdrag knyttet til vann

Foreløpig er han og kollegaene i Nesset de som har hatt flest oppdrag innen vannredning.

– Etter at vi startet dette prosjektet, ser vi i Nesset at mange av våre oppdrag er knyttet til elv og sjø. Vi har hatt flere oppdrag knyttet til kysten, og vi har vært med å berge husdyr på rømmen på sjøen. I tillegg har vi vært med å løse vanlige oppdrag langs vann, men på en sikrere måte enn tidligere, forteller han.

– Vi leter ikke nødvendigvis etter folk som har falt i elva, men vi kan mistanke om at de befinner seg i nærheten av vann, og så lenge vi oppholder oss ved vann, mener vi at vi må ha denne kompetansen og utstyret for å ivareta egensikkerheten til hvert enkelt mannskap.

Det er ikke for alle å bli vannredder, og langt ifra alle består de krevende kursene som disse instruktørene har vært gjennom.

– Du må være fysisk skikket, og du må kunne svømme godt. Det er en del strøm i elvene som gjør at det er tung aktivitet. En ting er å ta seg over elva eller svømme i strøm, men du skal kanskje også ha med deg en person. Det kan være veldig tungt, sier Frantzen.

Sterke naturkrefter

Sikkerheten står i høysetet gjennom hele helga. Ingen går i vannet uten å si ifra, og «ok»-tegnet som mange kjenner fra dykking skal brukes både før og etter øvelser. Instruktørene har fokus på å lese vannet og operere trygt og effektivt når de er uti.

– Det er mye strøm her. Vi har alltid flere i vannet, nedstrøms sikring og folk på land som følger med så fort noen er i vannet. Det er ikke risikofritt, men når vi kjenner til risikoen har vi mulighet til å gjøre noe med den. Derfor har vi mange sikringstiltak både i utstyret og metodesettet vårt for å gjøre det så trygt som mulig, sier Frantzen.

Han gleder seg over innsatsen i elva på Rena:

– Det er veldig gøy, både å få jobbe med så dedikerte frivillige, og å kjenne på naturs krefter. Vi ser også at det er viktig å få mengdetrening i vannet, sier han.

Disse lagene har mottatt vannredningsutstyr og opplæring i forbindelse med den nye opplæringen: Sandnes, Haugaland, Follo, Rena, Jæren, Stavanger, Stjørdal, Ofoten, Hustadvika, Lørenskog, Midt-Troms, Nordreisa, Årdal, Strand og Forsand, Harstad.

FAKTA

DETTE ER EN VANNREDDER UTSTYRT MED

- Hjelme
- Redningsvest
- Tørrdrakt
- Redningskniv
- Kuhale
- Kasteline
- Hansker og sko



Tryggere søk under vann



Norsk Folkehjelp Arendal viste fram den nye miniubåten under Arendalsuka. Foto: Shoaib Sultan

Norsk Folkehjelp Arendal bruker en fjernstyrt miniubåt for å lete etter savnede under vann.

TEKST: SHOAB SULTAN

Norsk Folkehjelp liker å teste ut ny teknologi, og Arendal har det siste året trent opp dronereførere for søk under vann. Søket gjøres med en ROV, som betyr *remotely operated vehicle* – en undervannsdroner.

ROV-en Norsk Folkehjelp Arendal har valgt seg ut, er kommersielt tilgjengelig. Det 4,5 kilo tunge fartøyet er ikke veldig stor: 40x25 cm. Den er imidlertid ekstremt manøvrerbar med fri bevegelse i alle retninger ved hjelp av åtte propeller (én i hvert hjørne). Den kan også utstyres med tilleggsutstyr som for eksempel en robotarm.

– Vi er blant de første som driver med dette så vidt vi vet, og det handler om å skaffe seg erfaringer og sette opp retningslinjer og

prosedyrer både for bruk av dronen og for førerne. Vi har lært mye om mulighetene, begrensningene, og utfordringer for dronen vår, og kan derfor hjelpe med å finne riktig drone for andre lag, sier medlemsansvarlig Esben Olsen.

I motsetning til droner i luften kan man ikke operere under vann uten kabel, siden signalene ikke når ned. Dronen henger etter en lang kabel og kan dykke ned til 100 meter. Den er også utstyrt med to kraftige lyskastere.

Dronen styres med en fjernkontroll som kan ligne på de man bruker til en spillkonsoll, og likheten går lenger enn bare utseende: Fjernmotorikken som trenes gjennom spill kommer godt til nytte når man skal manøvrere en slik drone. Man kan sette opp en iPad eller mobil sammen med kontrollen og få direkte videofeed fra dronen.

Men det er ikke underholdning lokallaget i Arendal jobber med. Droner i luften kan være med å redde liv, noe det er mindre sjans

for under vann. Når Arendal hentes inn for å bruke ROV i søk, er det som regel for å finne druknede under vann. Fordelen med en ROV, er at man begrenser bruk av dykkere. Dronen kan ikke erstatte dykkere helt, men er et supplement og laget har brukt ROV-en i tre leteaksjoner de siste månedene.

Totalt har Norsk Folkehjelp Arendal seks dronereførere, to av disse er Anniken Kleven og Kristin Tukun.

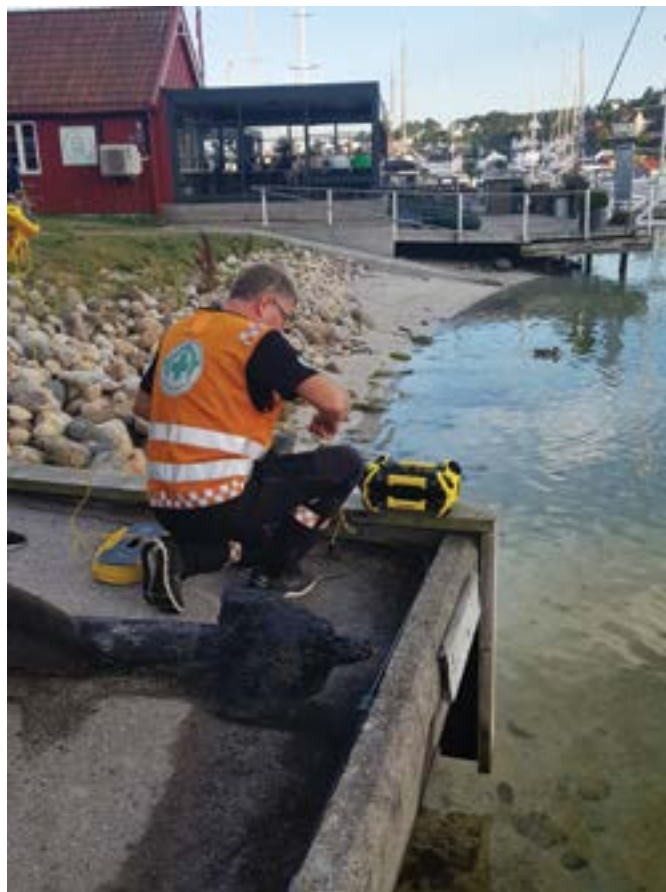
– For noen vil det være litt uvanlig at det er jenter som driver med droner?

– Vi var med da laget kjøpte dronen, og syntes det var et spennende verktøy. Vi er begge interesserte i teknologi, så det var helt naturlig for oss å lære oss mer om bruk av drone i søk. Vi begynte å trene i basseng, men har nå begynt å bruke den ute i sjøen. Vi trener minst en gang i uken for å være klare om det skulle komme behov, forteller Kristin.

– Som med alt søk- og redningsarbeid kan vi finne noe vi ikke ønsket å finne, men det



Til venstre: Anniken Kleven og Kristin Tukun er to av dronepilotene i Arendal. – Vi er begge interesserte i teknologi, så det var helt naturlig for oss å lære oss mer om bruk av drone i søk, sier de. Til høyre klargjøres dronen for demo.



er verdt det fordi vi hjelper familien med å få svar, skyter Anniken inn. Som sertifiserte søk- og redningsmannskap er de godt trent på å takle slike situasjoner.

En fordel med bruk av ROV, er at den kan holde på lenger enn dykkere. De må opp med jevne mellomrom, mens ROV-en har batterikapasitet for to timer. Har man som Arendal et ekstra batteri som hele tiden er ladet, kan man doble denne tiden med et kjapt batteribytte. Leteaksjonen krever heller ikke at dykkerne er på plass før man får satt i gang, og dermed kan man begynne leteaksjonen tidligere. I tillegg kan en ROV lete på dypere vann enn mennesker.

Dronepilotene trener mye, både på bruken av selve dronen, men også på å lese strømmen i og under vann som kan hjelpe med å forstå hvordan disse kan føre en druknet langt unna der ulykken skjer. For de pårørende er det viktig å få mest mulig korrekt informasjon så raskt som mulig, og her kan en slik innsats hjelpe med svar. Anniken

og Kristin har også tatt dykkersertifikat. Det er ikke et like omfattende sertifikat som det redningsdykkerne har, men de kan dykke ned og få løs dronen dersom den skulle sette seg fast.

Det er litt lett overskyet på kvelden under Arendalsuka når de skal demonstrere bruk av dronen. Det er mange oppmøtte, og noen av gjestene fra Oslo får også testet hvordan det er å kjøre ROV-en under kyndig veiledning fra de to droneførerene.

– Det var morsomt å prøve, og det er flott med kult utstyr, men det viktigste her er hvordan dette er et viktig supplement som styrker beredskapen, sier Axel Fjeldavli fra Tankesmien Agenda som hadde møtt opp for å se demonstrasjonen.

En annen som fikk lov til å prøvekjøre var NTLs leder Kjersti Barsok.

– Det var nyttig, og det er alltid morsomt og inspirerende å møte de mange frivillige

i Norsk Folkehjelp. Jeg synes det er spennende og bra at Norsk Folkehjelp tar i bruk slike verktøy som styrker beredskapen, sier hun.

Dronen kan også brukes til andre ting, og laget ser på muligheten for å leie ut dronen til kommersiell bruk for bedrifter som trenger hjelp med undervannsinspeksjoner. Dermed genereres inntekter for lokallaget, samtidig som dronepilotene får nytte av den ekstra treningen.

Ved trening har laget også oppdaget at havbunnen stedvis er forsøplet, og har nå mottatt 100.000 kroner i bærekraftmidler fra Sparebanken Sør til ny og mer profesjonell drone. Da kan pilotene gjøre noe mer miljønyttig når de trener, og løfte opp søppel fra havet.

– Vi har utstyr, ressurser og kompetanse. Dess mer vi blir brukt, jo flinkere blir vi, sier leder i Norsk Folkehjelp Arendal, Anette Solstad.



Lærerik actionhelg for Sanitetsungdom

En helg midt i november samlet Sanitetsungdom fra hele landet seg for å trene på førstehjelp på Pionérhytta på Rena.

TEKST: BENDICTE WIG

Rena viste seg fra sin beste side; etter uker med grått og vått vær, hang høstsolen lavt på himmelen og satte en perfekt ramme for en helg fylt med action, førstehjelpstrening og mye moro.

Fokus på faglig utvikling

– Etter å ha hatt friluftsliv som en av grunnpilarene i Sanitetsungdom i mange år, er det nå besluttet å gå i en mer faglig retning med fokus på trening og utvikling. Som et ledd i denne satsningen skal ungdommene ha en samling både på våren og på høsten, i tillegg til sommercampen, forteller Berk Bitmez, leder av Sentralt Ungdomsutvalg Sanitet [SUS].

– Actionhelgen er et steg i retning av å styrke ungdommene våre innenfor førstehjelp- og redningsfaget, samtidig som vi har det veldig

gøy og utvikler vennskap, utdyper han.

Ungdom fra hele landet til Rena

Helgen samlet ungdom fra hele landet, og både gamle og nye fjes deltok. Når det er snakk om så god geografisk spredning, og man kun har en helg til rådighet er det praktisk med et sted er lett å nå, som Rena. Samtidig består lokallaget her av en utrolig imøtekommende og hjelpsom gjeng som gladelig bistod med alt fra kjøkkentjeneste, til ambulansepersonell og dyktige instruktører.

Mengdetrening og mestringsfølelse

Med 18 spente deltagere samlet på hytta, gikk første øvelsesalarm etter kun få timer. Det var jo tross alt actionhelg! At mengdetrening fører til mestringsfølelse la føringer for øvelsene i helgen, og grunnprinsipper som primærundersøkelse og HLR ble vektlagt.

En helg som dette skaper trygghet, forklarer Beate Liberg, 1. nestleder i SUS:

– Når vi trener på denne måten blir vi tryggere og flinkere på det vi driver med. Som

frivillig møter du ofte pasienter i en sårbar situasjon. Det å trene til stoffet sitter, er viktig. Ikke bare for pasientens del, men også for vår egen del, sier hun.

Det var derfor godt å høre at de fleste av ungdommer kunne fortelle at de følte seg tryggere på seg selv og rollen sin da søndagen kom.

Klare tilbakemeldinger

Tilbakemeldingene fra ungdommene var klare; det var lange avskjeder, gode klemmer og allsang på bussen hjem. Samtidig ble det gitt beskjed om at man kunne sørge for at det ble satt av en langhelg neste gang, sånn at man fikk enda mer tid sammen.

– En helg fylt med masse action, lærdom, og ikke minst mye sosialt, summerer Dominik Wnuk, 2. nestleder i SUS før han avslutter:

– Ungdommene er svært flinke og tar seg god tid til å lære. Jeg ser potensiale i alle disse ungdommene, og om alt fra noen måneder til noen år kommer disse til å være flotte mannskap.



Over: Jonathan Kolle Busk og Mathias Emil Lundbye midt i en førstehjelpscase.
Til venstre: Sanne Håland, Anton Gustavson og Synne Nordby Hvenekilde bærer båre.



Una Munkvold har bandasjert markør Beate Liberg.



William Utbjøa Pettersen har fått ansvar for å passe på at markør Beate har frie luftveier.



SUPERLYKTEN

LR80R

LIGHTING FOR EXTREMES

 **18.000 Lumen**  **1130 m rekkevidde**

Nyhet! Laget for tøffe forhold – utrolig rekkevidde!



 **Lang batteritid**
 **45W hurtiglading**
 **Vannrett 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**

 **Vannrett IP68**
 **Spotlys og flomlys**

 **-35° til 45°C**
 **Hvitt og rødt lys**

Veiledende pris
kr 1.299,-



TERMISK TEKNOLOGI

Nyhet

Termisk monokular kikkert

AXION 2 XQ35

- Rekkevidde 1300m
- Video 16GB
- Sensor oppløsning 384×288px @ 17µm
- Sensor sensitivitet NETD <40mK
- Rekkevidde avstandsmåler 1000m (LRF mod)
- WiFi for streaming
- 640×400px AMOLED display



XQ35 LRF
Veiledende pris
23.000,-



XQ35
Veiledende pris
19.500,-

Pulsar egenskaper

- Hurtigstart, bilde innen 3-4 sekunder
- WiFi og video på alle enheter
- Temperatortoleranse -25 til +40/50
- Utskiftbare ladbare batterier
- Vannrett IPX7

 @PulsarVisionNorway
 @pulsar.vision.norway
 www.pulsar-nv.no
 PulsarVision



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. KONTAKT OSS!



Egenberedskap bør bygges over tid og implementeres som en normal i lagets daglige drift, sier fagutvikler Ola Lislien. Foto: Ida Kroksæter

Norsk Folkehjelp løfter egenberedskapen i lokallagene

– Vi er vant til at alt fungerer som det skal, men vi i redningstjenesten har svakheter som vi må være bevisst på for å kunne løse oppdrag når det gjelder som mest, sier fagutvikler i Norsk Folkehjelp, Ola Lislien.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Norsk Folkehjelp har i løpet av høsten bedt alle lokallag om å sikre egen beredskaps-evne og selvstendighet for å kunne bistå over tid i en krise.

Det er utviklet en nettside og sendt ut en brosjyre om egenberedskap til alle lokallag som jobber med redningstjeneste. I tillegg til brosjyren har lagene fått jodtabletter og tilhørende prosedyrer.

Må kunne hjelpe i kriser

– Som aktører i redningstjenesten er vi helt avhengig av blant annet strøm, EKOM, mat, vann og drivstoff for å løse oppdrag. Det vi ønsker, er at lokallagene skal være i stand å utføre oppdrag på en god og trygg måte,

selv om en eller flere av disse tingene forsvinner, sier Lislien.

Det er mye som kan forårsake at vi mister tilgang til helt elementære ting som strøm og vann i en periode: Ekstremvær, naturkatastrofer, sabotasje, tekniske problemer, terror eller krigshandlinger.

– Hovedbudskapet vårt er at når samfunnet rammes av en stor hendelse eller krise, er det mange som trenger hjelp. Hvis våre lokallag er i stand til å ta vare på og drifte seg selv ved en hendelse, er vi også i stand å hjelpe andre.

Råd fra DSB

Rådene som Norsk Folkehjelp har laget, er i stor grad bygget på anbefalingene som Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB) gikk ut med til befolkningen i 2018.

–Våre råd er en variant av DSBs anbefalinger, men tilpasset og rettet mot lokallag og frivillig redningstjeneste. Tanken er at både mannskap og lokallag får noen enkle råd for å starte prosessen med å øke beredskapstankegangen, og etter hvert styrke egenberedskapen i laget for å møte de usikker-

hetene vi ser i dagens samfunn, sier Lislien.

Egenberedskap tar tid

Det er ikke forventet at lokallagene skal ha alt på plass umiddelbart:

– Å bygge opp en slik egenberedskap over natta er u hensiktsmessig, spesielt med tanke på økonomi. En slik beredskap bør bygges over tid og implementeres som en normal i lagets daglige drift. Ved å ta med beredskapstankegangen før, under og etter øvelser, treninger, og aksjoner kan man identifisere behov og svakheter i lokallaget. Disse kan prioriteres opp imot de utfordringene man ser for seg å møte i fremtiden, lagets økonomi og gjennomføringsevne, sier Lislien.

– Ofte er de enkle og basale behovene de mest sårbare, men de er også ofte de enkleste og rimeligste å gjøre noe med. Vår anbefaling er derfor å starte i det små og dekke basale behov først. Deretter må vi styrke beredskapen over tid og skape en robusthet som takler morgendagen, sier Lislien.

På [folkhjelp.no/egenberedskap](https://www.folkhjelp.no/egenberedskap) finner du nyttig informasjon om dette temaet.

Gode vinterprodukter

Ortovox, klargjør beredskapssekken for vinteren, produktene kan også brukes privat. Vi prøver å få inn igjen spader.

- Sondestang 320 cm i aluminium
- Nødbiuvak/ fjellduk for egen sikkerhet



Pris
nettbutikk
799,-
Vanlig butikkpris
1.100,-



Pris
nettbutikk
899,-
Vanlig butikkpris
1.300,-

NY PRIS
beredskapssekk
NÅ 1.290,-
(1.900,-)*



Pris
nettbutikk
299,-
Vanlig butikkpris
450,-

Brodder Camp ICEmaster holder deg på bena under alle forhold. Bør være standard i sekken for alle aksjoner med fare for is og hardpakket snø. Kommer i 4 størrelser.



Pris
nettbutikk
350,-
Vanlig butikkpris
599,-

Liggeunderlag

Exped FlexMat M liggeunderlag som passer godt på beredskapssekken. Isolering under pasienter er alltid et av våre viktigste tiltak for å beholde varme.

Ekstra varmt undertøy fra **Brynje Arctic** med netting innerst og ull utenpå, i realiteten dobbelt plagg.

Hel dress eller delt sett som er ypperlig for snøscooter-opdrag, kalde båtturer og under vannredningsdress.

Tynne ullhansker i 80% ull og slitesterke sokker i 50% ull.

Kartmappe

Ortlieb kartmappe med brukervennlig vanntett lukking og svært myk plast, også i kaldt vær.



Pris
nettbutikk
190,-
Vanlig butikkpris
280,-

Flotte julegaver til aksjoner og privat bruk*

Pris
nettbutikk
135,-
Vanlig butikkpris
269,-



Pris
nettbutikk
150,-
Vanlig butikkpris
299,-

Pris
skjorte
nettbutikk
750,-
Vanlig butikkpris
1.549,-

Pris
bukse
nettbutikk
599,-
Vanlig butikkpris
1.199,-

Pris
heldress
1.499,-
Vanlig butikkpris
2.999,-



www.nettbutikk.folkehjelp.no

Produktene er KUN tilgjengelig for medlemmer og lokallagene i Norsk Folkehjelp. * OBS: Uniform KUN for godkjente mannskaper og ikke til privat bruk.



NY PRIS
softshelljakke
NÅ 699,-
(1.150,-)*



Velkommen til Søk og redningskurs hos Norsk Folkehjelp

E-læring

Søk og redning: Redningstjenesten i Norge
Indledende læringssesjon | 30 min

Modul 1: Refleksjonsspørsmål
Redningstjenesten i Norge | 5 min

Søk og redning: Orientering
Indledende læringssesjon | 10 min

Modul 2: Refleksjonsspørsmål
Orientering | 10 min

Søk og redning: Forberedelser til aksjon
Indledende læringssesjon | 30 min

Modul 3: Refleksjonsspørsmål
Forberedelser til aksjon | 10 min

Søk og redning: Forberedelser til aksjon
Indledende læringssesjon | 10 min

Modul 4: Refleksjonsspørsmål
Ulike verktøyer og ressurser | 10 min

Søk og redning: Vurdering og tiltak ved funn
Indledende læringssesjon | 30 min

Søk og redning: Forberedelser til aksjon

Trykk på knappen under for å aktivere fullskjerm. Trykk på "Forlat kurs" for å gå ut av kurset.



★★★★☆ | 4.5/5 (2 stemmer)

NR

Vi håper at e-læring senker terskelen både for å delta på kurs og å holde kurs, skriver Aisha Chaudhry. Foto: Skjermdump fra e-læringen

Søk- og redningskurset er digitalisert

Dermed finnes begge grunnkursene i Norsk Folkehjelp som e-læring.

TEKST: AISHA CAUDHRY

E-læringen for søk- og redningskurset ble lansert under instruktørsamlingen i slutten av november, hvor alle deltagere fikk en grundig innføring i bruk av e-læring i Norsk Folkehjelp.

Selve kurset består av fem moduler med tilhørende refleksjonsspørsmål slik at deltagerne virkelig forstår fagstoffet når de sitter og jobber i forkant av kurset.

Digitaliseringen av søk- og redningskurset har pågått over lengre tid, parallelt med flere andre spennende prosjekter. Før sommer lanserte vi modul 2 om orientering som en type avlastning for instruktører. Det fikk vi gode tilbakemeldinger på, som vi har tatt med videre i utformingen av de neste modulene. Samtidig med dette har vi også koblet kursportalen til e-læringsplattfor-

men. Det betyr at instruktører nå i stor grad kan styre tilgangen til e-læring selv.

Lavere terskel

Vi har, etter en suksessfull synlighetskampanje i år, fått mange nye medlemmer. Vi ønsker dere alle velkommen og håper at denne fremgangen i opplæringstilbud vil bidra til at det nå er en enda lavere terskel for å bli med på laget. Ikke minst håper vi også at det blir lettere for instruktører å holde kurs når all teorien blir dekket og gjennomgått på forhånd.

Det gjør at kurstiden kortes ned og at instruktører ikke må gjennomgå hvert enkelt tema lenger. Resultatet blir flere mannskaper på kortere tid, og som får bedre tid til å øve på praktiske ferdigheter.

Gjennomføringen av kurset

Med digitalisering blir det naturligvis noen endringer i hvordan kurset skal gjennomføres. Som allerede nevnt, trenger ikke instruktører å undervise hvert enkelt tema lenger, når teorien blir gjennomgått før oppmøte. Det er likevel noe temaer som

egner seg bedre til å snakke sammen om i fellesskap. Reaksjoner ved funn av savnede er noe som kan være svært for noen, men ikke for andre. Man bør dermed ta hensyn til at folk reagerer ulikt. Dette temaet er noen av temaene vi anbefaler å diskutere sammen i gruppa når man samles.

Dette, og flere andre momenter ved gjennomføring av kurset, er beskrevet i en veileder som er utarbeidet for å hjelpe instruktørene med å navigere en ny måte å jobbe på. Denne er tilgjengelig på Teamskanalen for søk- og redningsinstruktører sammen med andre relevante dokumenter.

Veien videre

Digitaliseringen av grunnkursene er bare første fase av en enklere frivillighet i Norsk Folkehjelp, og vi må jobbe for at alle blir med på lasset. Dette vil for noen oppleves som en vanskelig overgang, men vi er forberedt på å bistå med overgangen slik at så mange som mulig kan dra nytte av denne utviklingen.



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



Foto: Espen Brekke

Lærdom fra Rescue 22

11 deltakere fra Norsk Folkehjelp deltok i høst på den internasjonale redningskonferansen på Island. Norsk Folkehjelps foredrag om droner i redningstjenesten vakte stor interesse.

TEKST: RUNI PUTTEN

Dette reisebrevet inneholder et subjektivt utvalg av sesjoner under konferansen. Valget er basert på hvilke foredrag undertegnede synes kan være spesielt viktig å informere om.

Laura McGladrey er en sykepleier som praktiserer både akuttmedisin og psykiatri. For tiden er hun ansatt ved *Stress Trauma Adversity Research and Treatment Center* og gir traumestøtte til politi, brann/redning og frivillige som har fått reaksjoner ved større hendelser.

Plenumssesjonen presenterte en oversikt over trender og operasjonelle verktøy som brukes av redningsteam i USA for å plan-

legge for, gjenkjenne og dempe virkningen av både traumatisk og operasjonelt stress hos redningspersonell.

I korte trekk har de laget tiltakskort. Vi skal kunne:

- Gjenkjenne stress i oss selv
- Ha en teamkultur som bidrar til å ta dette på alvor
- Behandle stress ute i felt
- Være forberedt på større hendelser

Proaktiv modell innebærer:

- Planlegging (organisasjonsverktøy, prosedyreplan og opplæringsplan)
- Støtteverktøy (implementering og opplæring)
- 3-3-3 (oppfølging etter 3 dager, 3 uker og 3 måneder)
- Forhånds etablert støtte (rådgivere og plan for større hendelser)

Hvem som helst kan få stressrelaterte skader, men alle kan bli bedre.

Det å sette stress og stressrelaterte sykdommer på dagsorden er viktig for å kunne vite hvordan dette påvirker oss. Ved å ta dette på alvor og jobbe med det, så

vil mannskapene være rustet til å støtte hverandre og seg selv. Vi er den beste ressursen til å forebygge og dempe stressrelatert sykdom hos våre egne mannskaper. Mer om dette temaet kommer i neste fagblad.

Ny utgave av *Lost Person Behavior*

Det andre foredraget jeg vil trekke frem er av Robert J. Koester. Arbeidet med den andre utgaven av «*Lost Person Behavior*» har startet. I tillegg har han også startet med den tredje versjonen av ISRID (International Search & Rescue Incident Database).

Databasen inneholder nå over 200.000 hendelser, og fra disse dataene vil flere nye emner bli diskutert. Disse inkluderer blant annet nye emnekategorier, oppdaterte tabeller, mer detaljert terrengdata, værpåvirkning og bedre overlevelsesstatistikk.

Med tilgang til mer data, skjer det også endringer og supplement til det vi allerede har. Her kommer noen eksempler:

Nye emnekategorier: Mobilsporing, de som hopper fra broer, savnet i villmark, rømlinger



Det var stor interesse fra deltakere fra andre land etter Ralph Simonsons foredrag om droner på Rescue 22.

Nye scenariokategorier: medisinsk, unntviken (vil ikke bli funnet), traumer, etc. Det vil bli lagt mer vekt på scenarier og tidslinjer.

For å analysere scenariet må vi:

- Samle informasjon om emnet, inkludert tidslinjer
- Utarbeide en historie rundt den savnede som er i tråd med statistikken. Dette legger grunnlaget for hvilken søkestaktikk som skal benyttes
- Bestemme hvordan hvert søkesenario kan påvirke oppgaveplanleggingen
- Ta hensyn til ny etterretning om savnede, historikk og nye sikre observasjoner som endrer tidslinjen

Det blir spennende å se hvor mye nytt som kommer i den nye boka og hvilke endringer som kommer når det blir lagt inn mer data i ISRID.

Stor interesse for droneforedrag

Vi hadde også en egen foreleser, Ralph Simonsen fra Norsk Folkehjelp Midt-Troms, som snakket om droner i redningstjenesten.

Informasjon om droneprosjektet og spesielt dronemonterte sensorer som skredsøker og Lifeseeker ble møtt av interesse fra redningsressurser fra flere kontinenter.

Spørsmålrunden etter foredraget avslørte stor interesse for mulighetene som finnes og problemstillingene vi har tatt tak i.



Nye impulser fra IKAR

Etter tre år kunne endelig den internasjonale fjellredningskommisjonen (IKAR) møtes igjen for å utveksle kunnskap og erfaringer.

TEKST: VEGARD STANDAHL OLSEN

Årets kongress fant sted i Montreux i Sveits, og samlet nærmere 400 deltakere fra 27 land. Også i år deltok Norsk Folkehjelp med to delegater; Vegard Olsen i skredkommisjonen og Live Kummen i fjellmedisinkommisjonen.

Det overordnede temaet for årets samling var «The future of mountain search and rescue – new strategies for operating and management of mountain search and rescue operations». Det åpnet naturlig nok for at vi fikk presentert flere ulike aksjonsstøtteverktøy, både for utalarming, aksjonsplanlegging, ressursstyring og rapportering. Her var det mange kreative løsninger og mer eller mindre integrerte systemer. Konklusjonen er at vi med nytt aksjonsstøtteverktøy i kombinasjon med Felles Ressursregister kommer til å være helt i verdenstoppen.

Det ble også avholdt delegatforsamling der det ble vedtatt en intensjon om å etablere «Den internasjonale fjellredningsdagen» – en dag i året hvor man kan feire innsatsen som legges ned i fjellredning over hele verden. Datoen er satt til 28. august.

I neste fagblad gleder vi oss til å presentere faglige oppdateringer fra IKAR: Fokuset på hvordan vi kan forebygge stressreaksjoner og følge opp mannskaper etter tøffe aksjoner ble videreført, og vi fikk presentert konkrete forslag til hvordan man kan sette dette i system. anbefalingene for hvordan man skal håndtere skredtatte pasienter er revidert, og vi fikk se teknologi som er under utvikling for å måle kjernetemperatur raskt og enkelt. Flere organisasjoner la frem erfaringer fra spesielle aksjoner og hvordan blant annet drone kan utnyttes. I tillegg er vi invitert til å bidra i utviklingen av en internasjonal kunnskapsdatabase for skredredning – spennende nybrottsarbeid sammen med redningsressurser fra hele verden.



Dårlig vær, i tillegg til ufordrendende terreng, vanskeliggjorde innsatsen denne høstkvelden. Foto: Eileen Suzann Tennebø Bové

Når det står om liv

Alarmen går. Det tikker inn en melding på telefonen en tirs-dagskveld. Er du en av mange fra folkehjelpa som står på alarm-lista, så kjenner du følelsen.

TEKST: EILEEN SUZANN TENNEBØ BOVÉ

Og er du som meg, så er utstyret på plass og ladet ca 60 prosent av tiden. Denne gangen var alt klart, og det finnes ikke et bedre utgangspunkt for å starte en aksjon enn det.

Det tar tid å komme seg til oppmøtestedet, og på den tiden reflekterer jeg over hva jeg skal se etter. Det snør, føret er glatt og jeg hører om biler som har kjørt av veien bak meg. Sikkerhet er viktig allerede nå.

Fremme ser jeg en kollega fra laget mitt, og på vei inn i en bil som skal ta oss opp til teigen vår, tar vi med oss en hyggelig kar fra et annet lag. Det blir trangt i bilen, men med litt velvilje får vi det til. Vi etablerer oss som lag og sier ifra til KO. Vi er klare.

Oppdraget er ikke helt klart ennå, og vi

bruker tiden til å diskutere: Hva kan vi forvente oss? Hvem skal gjøre hva? Hva har vi av kompetanse i laget?

Jeg stoler veldig på mine kollegaer, så avklaring av oppgaver og roller går raskt. Vi tenker fag og gjør oss noen tanker om hva vi kan finne.

Det er fortsatt tidlig i aksjonen, så der vi skal gå er det ikke laget et oppdrag ennå. Oppgaven vår er å søke der en hund tidligere har søkt. Jeg ser i kartet at her kan vi dele det bra opp og søke der hunden ikke har søkt. God bruk av mannskaper. Vi setter i gang.

Men du og du, for ett terreng! Har du noen gang hørt mannskaper si «her ville den savnede ikke ha gått»? Her må fjellgeitegenskapene tas i bruk, og vi må navigere med sekk i tett og bratt lende. Noen steder må jeg ta av meg sekken for å komme meg forbi, samtidig som jeg holder meg fast fordi det er bratt. Sikkerheten blir hele tiden vurdert. I laget vurderer vi at dette er overkommelig og at vi er trygge, selv om det uten tvil er utfordrende.

Så kommer beskjeden på nødnett: «Lag 2 dette er 9-1. Det er gjort funn av hundefører som er foran dere. Sett mars.»

Jeg er nederst i det bratteste terrenget. Laget mitt tar en avgjørelse om å sette retning uten meg, selv om jeg er lagleder. Det er jeg glad for. De setter retning opp de bratte bakkene og mot veien.

Jeg gjør meg noen refleksjoner rundt at det ikke er sikkert jeg når frem på en stund, og vil gi mine to makkere arbeidsro. Når jeg endelig kom meg opp på veien, ser jeg på kartet at det er enda et stykke til funnstedet. Derfra er det også bratt ned fra veien og mot vannet. Lykken er stor da jeg får skyss med et terrengkjøretøy.

Laget mitt er fremme ved pasienten, men redningshelikopteret som henger rett over, lager et arbeidsmiljø som gjør kommunikasjon umulig. Pasienten er i live, men kald.

Vi drar et shelter over, og gjør en kjapp ABC-undersøkelse. Jeg stopper på C fordi jeg finner ikke puls på håndledd. Han er kald, så her skal vi klippe klær og pakke han inn.



Pasienten fikk hypotermibehandling før han ble heiset opp i redningshelikopteret og fraktet videre til sykehus.

Det har kommet flere til utenfor shelteret, og de gjør det de kan for å serve oss. På et tidspunkt roper jeg; «kan jeg få legen inn», hvorpå en hyggelig stemme sier; «legen er på vei nå». God closed-loop-kommunikasjon.

Inni vårt lille varme arbeidsrom kommer legen fra helikopteret. Vi tar en oppsummering på funn, og vi fortsetter å klippe klær. Jeg spør også om jeg kan komme med et forslag om hvordan han skal pakkes inn. Han ligger i en helling, på løse steiner. Legen sier ja, og vi fortsetter. Den fine folkehjelpsgjengen som står utenfor blir informert om at nå skal vi få opp tempoet litt for å få han pakket inn.

Dette har vi øvd på mange ganger. Det som er nytt for noen, er nok at vi måtte bruke skikkelig utestemme på grunn av helikopterbråk.

Alt jeg ber om fra utsiden kommer raskt. Jeg hører den nærmeste stemmen og sier høyt at vedkommende blir leder ute. Det trenger man når det skjer mye: Én pasientansvarlig og én som tar ledelse ute og har ansvaret

for alt fra å svare KO, til å få ting gjort for oss som jobber med pasienten.

Og hei hvor det går. Vi jobber som det teamet! Og som alltid vil det oppstå noe uventet som vi må løse, men vi får det til etter litt idémyldring.

To politibetjenter starter å rydde steiner og grener ved vannet som er nederst ved steinura vi sitter i. Der kan pasienten heises opp, men for å komme ned dit med bære, må det tau til. Han fires ned i regi av redningsmann og med tau fra sekken min.

Også her er kommunikasjon viktig. Closed-loop, hvor det blir gjentatt om det skal stoppes eller om det skal komme mer tau.

Fra å være hovedansvarlig ved pasient, blir jeg ansvarlig for at baggene til redningsmennene ikke skal fly av gårde. Jeg tar denne oppgaven like seriøst som pasientansvaret, for det blåser kraftig fra fuglen høyt der oppe.

Det utstyret vi ikke klarer å rydde opp eller sikre, flyr ned til vannet. Litt overasket ser

jeg soveposen min flytende på vannet og tenker «jaja, der var den»...

Pasienten heises opp i helikopteret, og den følelsen jeg har når redningsmann, lege og pasienten er ombord er ubetalelig. Da kommer jubelen. Jeg har vært på noen funnsteder, og denne er en av de jeg kommer til å huske.

Det var ikke perfekt. Det var ikke gode arbeidsforhold, men det at vi vet hva vi skal gjøre og at ferdighetene er tilstede, gjør at vi er trygge og hele tiden finner løsninger på problemene som oppstår.

Ingen er like, og de menneskene som du skal jobbe med kan være noen helt andre enn de du er vant til å jobbe med. Da er det viktig at du er trygg i kunnskapen din, alltid vil lære mer og samtidig gjerne lærer bort det du kan. Da at gir du ut holdninger som gjør at andre også vil det samme.



Deltakere på avansert førstehjelp-kurs i juni. Foto: Ida Kroksæter

Hva trengs for å holde avansert førstehjelpskurs?

Det nye avansert førstehjelpskurset er klart til bruk. Her får du det du trenger å vite om gjennomføring av kurset.

TEKST: MONICA NERVIK

Helse- og omsorgsdepartementets føring-er for bruk av beredskapsambulanse er beskrevet i rundskriv IS-12/2015 «krav til godkjenning og bruk av ambulanser og andre helserelaterte kjøretøy i de akuttmedisinske tjenestene».

Det er lagt til grunn i det nye kurset, som er felles for Norsk Folkehjelp og Røde Kors. Målet er å sikre at alle våre mannskap på beredskapsambulanse har samme nivå og møter kravene i rundskrivet. Utarbeidelsen av kurset har tatt mange år, og det har blitt vurdert nøye hva som må være med for å møte disse kravene.

Det ble et mål at kurset skal være for alle mannskaper, uavhengig om de har en beredskapsambulanse eller ei. Navnet på kurset ble derfor «avansert førstehjelp». Kurset er på ca. 100 timer, i tillegg til sju moduler e-læring i NAKOS-portalen. Deltakerne må ta både teoretisk og praktisk inntaksoppgave, og kurset avsluttes med en teorieksamen i NAKOS og en praktisk eksamen i makkerpar, der hver enkelt deltaker vurderes individuelt.

Kursene opprettes av kurskontoret. Der får dere også mer informasjon om hvordan dere finner riktig kurs i NAKOS-portalen.

Kursleder, fagansvarlig og veiledere

En *kursleder* er en som praktisk tilrettelegger for kurset. Skal vedkommende også undervise, må hen minimum ha avansert førstehjelpskurs og være godkjent førstehjelpsinstruktør i Norsk Folkehjelp.

For å være *fagansvarlig* må man ha nivå tilsvarende fagarbeider ambulanse el-

ler høyere utdanning. Vedkommende skal i tillegg godkjennes av SSU, da avansert førstehjelp regnes som et kurs på nivå med sentrale kurs. Navnet på fagansvarlig og en oversikt over vedkommendes kompetanse, inkludert helsepersonellnummer, må sendes til kurskontoret før oppstart.

Vi understreker at det også kreves både *instruktører* og *veiledere* på kurset. I NAKOS finnes det en beskrivelse av oppgavene til de ulike funksjonene.

Resertifisering

Det er nå klart for resertifisering for de som har det gamle beredskapsambulansekurset. All resertifisering må være i henhold til avansert førstehjelp-kurset.

For å legge til rette for resertifisering uten å måtte ta hele kurset, anbefaler vi sterkt at det enkelte beredskapsambulanse-mannskap bruker tid på å gå gjennom teorien i NAKOS for å bli kjent med det som kreves av en avansert førstehjelper. I tillegg

Instruktørsamling på Sørmarka



Monica Nervik var med å holde avansert førstehjelp-kurs på sentrale kurs i år. Foto: Runi Putten

anbefaler vi at man trener på ferdighetene man eventuelt ikke er kjent med fra før. Spesielt anbefaler vi at man driller godt på pasientundersøkelse, SAMPLER, OPQRST, ISBAR og samarbeid i makkerpar.

Når man har gjort dette, tas teorieksamen på lik linje med de som tar kurset for første gang. I praktisk eksamen må makkerparet gjennom fem caser; én HLR-case, to sykdoms-caser og to skade-caser, der man har pasientansvar hver sin gang. Deltakerne vurderes individuelt, men man må samarbeide og spille hverandre gode.

Det er samme krav til kursleder og fagansvarlig ved resertifisering. Om laget mangler kvalifisert personell, kan man ta kontakt med rådgiver for helseberedskap, Andreas Nårstad.

Spørsmål om kursgjennomføring og resertifisering kan sendes til AndNar520@npaid.org, ssu.1nesteleder@folkehjelp.no eller runi@npaid.org.



Siste helg i november møttes 50 instruktører fra 30 lokallag til faglig oppdatering på Sørmarka.

EKST: RUNI PUTTEN

En god blanding av tekniske og praktiske øvelser var lagt inn i programmet. Vi benyttet anledningen til å gjennomføre flere av de praktiske øvelsene og ferdighetstreningene i grunnopplæringen vår.

De av oss som stod som instruktører/fasilitatorer på de ulike posene, sitter igjen med at dette var utrolig nyttig for deltakerne, men også for oss.

Erfaringsutveksling er viktig, og vi hadde blant annet en runde med hvordan vi skal gi tilbakemelding til våre kursdeltakere. Konklusjonen ble at det å la noen bestå under tvil, er en dårlig beslutning. Det har konsekvenser både internt i organisasjonen og eksternt til publikum og oppdragsgivere.

Hvis vi som instruktører lar noen bestå under tvil, på våre mellomkurs [grunnkurs instruksjon og lagleder], så er de også direkte kvalifisert til en plass på sentrale kurs. Nesten hvert år har vi deltakere som burde ha fått beskjed på disse mellomkursene at de dessverre ikke er kvalifisert på dette nivået.

Julebordet lørdag kveld var med på å knytte gjengen enda tettere sammen. Dunkel belysning, julepyntet lokale, et julebord som bugnet av alle julerettene du kan tenke deg – til og med de sju slagene til jul var på bordet.

Vi ønsker å takke alle instruktører for en vellykket helg, hvor alle bidro til at samlingen ble vellykket.

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

TRUST IS EARNED



TRUSTED BY
PROFESSIONALS



Norsk Folkehjelp



ALIVE
SINCE / 1877



Illustrasjonsfoto: Ida Kroksæter

Arbeidet med felles aksjonsstøtteverktøy går inn i en ny fase

Utviklingsarbeidet fortsetter i forventet tempo og i riktig retning, melder Hovedredningssentralen.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Prosjektgruppen, som Norsk Folkehjelp er en del av, har hatt 14 møter siden oppstarten i februar. Syv av dem har vært sammen med utviklere for å avklare behov og ønsker for verktøyet.

– Nå starter arbeidet med å avklare roller inn i verktøyet, som blant annet vil avgjøre tilgangsnivået til brukerne. Videre arbeides det med felles [delt] aksjonslogg og ressursoversikt, skriver Hovedredningssentralen på sine nettsider.

Ivar Windju er Norsk Folkehjelps representant i prosjektgruppen, og mener i likhet med HRS at arbeidet så langt har gått som forventet:

– Det er bra samarbeid i gruppen. Akkurat

nå skjer det en del arbeid bakenfor systemet, og framover deles arbeidsgruppen opp i mindre enheter for å intensivere arbeidet, sier han.

Første tekniske møte

Både nødetatene og politikerne fikk for alvor opp øynene for felles aksjonsstøtteverktøy etter redningsaksjonen etter leirskredet i Gjerdrum i 2020. Siden den gang har det blitt avklart at det offentlige vil finansiere en felles løsning, og at Hovedredningssentralen skal stå for utviklingen.

– Barents Watch og utviklerne har hatt et første teknisk møte med Politiets IKT-tjenester. Det er viktig at dette fortsetter som et godt og nært samarbeid, og man er så langt enige på et overordnet plan, skriver HRS.

Personvern prioriteres

At personvern ivaretas i et slikt system er en viktig forutsetning, og det er derfor dannet en juridisk gruppe for vurderinger av aktuelle problemstillinger knyttet til personvern (GDPR), data- og informasjonssikkerhet. Første innledende møte for denne

gruppa var i november.

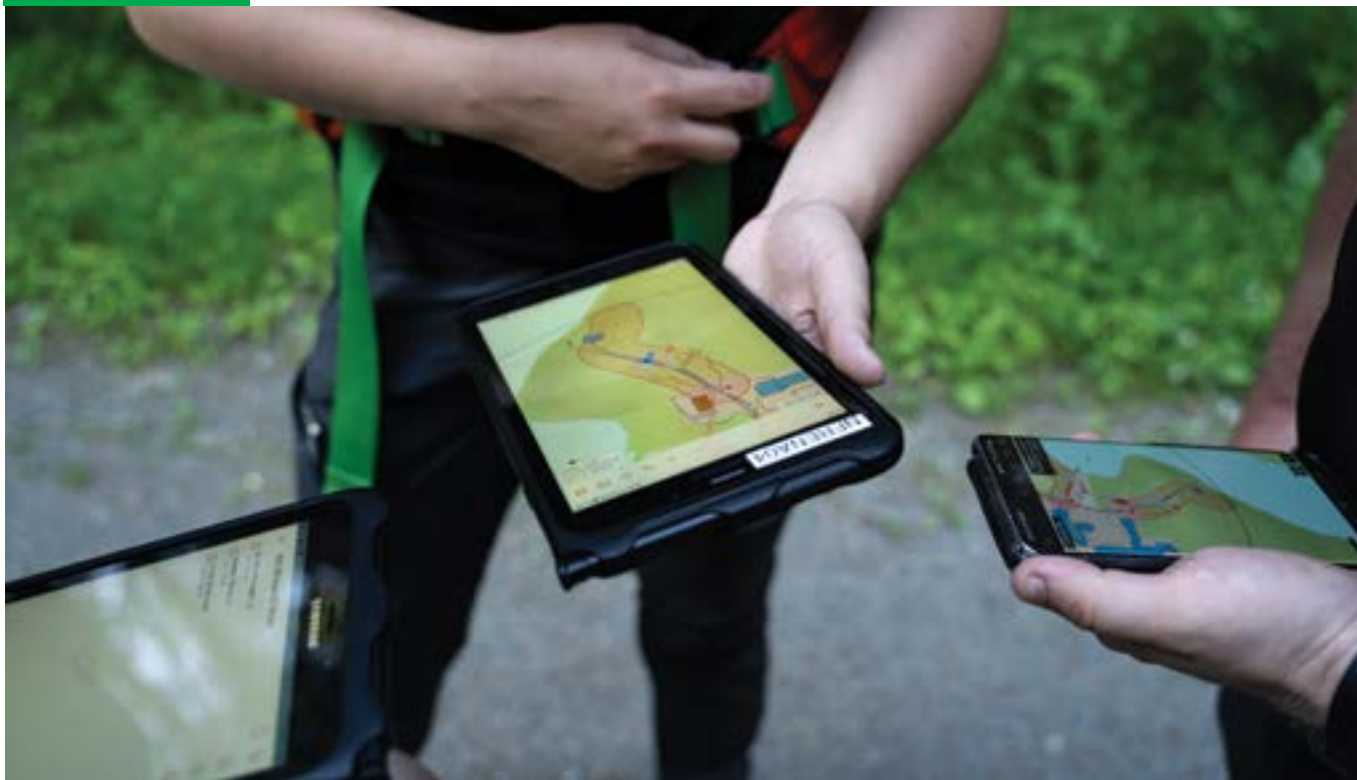
Hovedredningssentralen skriver videre at de har fått forespørsler fra andre virksomheter og organisasjoner som ønsker involvering og mulig inkludering i arbeidet.

– Første prioritet er å utvikle et verktøy for søk etter savnede personer på land. Andre behov blir vurdert i en senere fase, men det er svært ønskelig at det ferdige utviklede verktøyet kan brukes i alle domener (land, luft og sjø) og under alle typer redningsaksjoner, skriver de.

Enig om begreper og betegnelser

HRS melder at den operative ekspertgruppen i stor grad har kommet til enighet når det gjelder terminologi, type søk, navn på roller og andre begrep og betegnelser. Gruppen har betraktet den nylig reviderte veilederen for søk etter savnet på land som normativ for denne delen av arbeidet.

Gruppen er også enig om en utviklingsplan for prosjektet. Den ligger på Hovedredningssentralens nettsider.



De fleste lokallagene i Norsk Folkehjelp har tatt i bruk SARTopo. Foto: Ida Kroksæter

SARTopo, eller ikke SARTopo?

Som sikkert mange har hørt, så har det nylig vært litt uro om bruken av SARTopo. Her får dere en kort oppsummering og noen tips for videre bruk.



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

Kort fortalt så stammer denne uroen fra at politiet ikke skal logge seg inn med sine jobb-enheter. Det er nok i tillegg en del misforståelser og uvitenhet om hva SARTopo faktisk er og hva det brukes til. Og for å gjøre saken enda vanskeligere, går fremdeles noen utenfor sitt embete og forbyr frivillige organisasjoner å bruke SARTopo. Dette gjelder særlig i enkelte politidistrikt.

Dette er status og fakta om bruk av SARTopo per i dag:

- All bruk kan og skal fortsette som før for frivillige organisasjoner
- Ingen har hjemmel for å hindre oss i å bruke SARTopo eller andre kartsystemer
- Unngå å legge inn personnavn på mannskaper og annen info som kan regnes som persondata. IPP og funnsted kan naturligvis legges i kartet dersom vi unngår andre data, fordi vi ikke har annen info som kan koble disse posisjonene til en person. Det er en eventuell samling av mange data som kan kobles sammen, som kan være et problem. Om vi ikke legger inn info som naturlig kan kobles til en definert person, så har vi vårt på det tørre
- Etter aksjonen skal «Maps» flyttes til «Arkiv» slik at de fleste mister tilgangen
- På avsluttede aksjoner deaktiveres eventuelle linker. Dette gjøres i samme meny som de lages i nettleseren

Om det er spørsmål om praktisk bruk av SARTopo, ta gjerne kontakt med meg på peterharholt@gmail.com. Om det er tekniske spørsmål om nært sagt hva som helst, meld det gjerne inn som sak til Teknisk hjørne.



Arbeidet med et felles aksjonsstøtteverktøy ble satt på agendaen etter leiskredet i Gjerdrum, hvor SARTopo ble brukt til å sikre planlegging og felles situasjonsforståelse i KO.

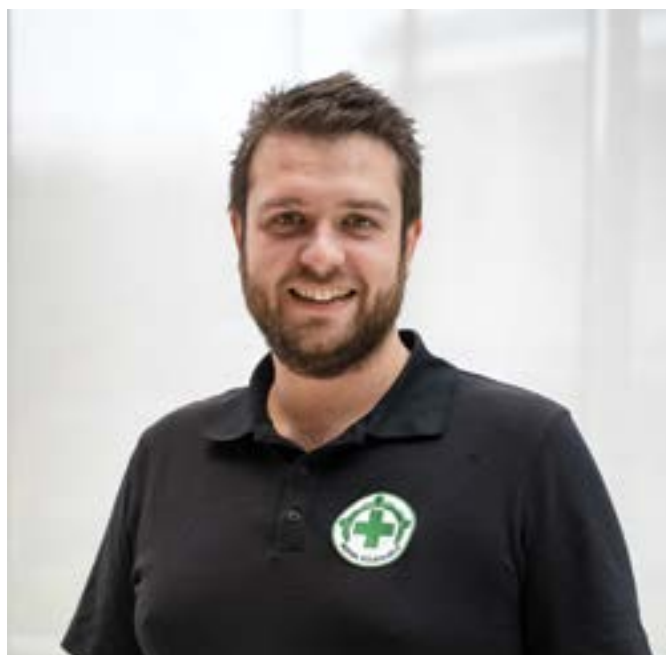
Dette sier Hovedredningssentralen om saken:

«Inntil videre er vår beste kunnskap at SARTopo fortsatt kan brukes av de frivillige organisasjonene som et kartverktøy for planlegging av søk, forutsatt at det ikke legges sensitiv informasjon inn i SARTopo.»

Denne uttalelsen ble pulisert på HRS' nettsider i juni.

**FAKTA
SARTOPO**

- SarTopo er et aksjonsstøtteverktøy utviklet av søk- og redningsmannskaper i San Francisco Bay area i USA
- SarTopo ble lansert som et verktøy for å integrere flere lag med informasjon med verktøy som letemannskaper trenger, som å tegne objekter på kartet og å jobbe i ulike koordinatsystemer.
- SARTopo er en del av CalTopo-systemet, som er et populært kartverktøy for friluftslivsentusiaster i USA.
- Utviklingen av systemet startet som et hobbyprosjekt av Matt Jacobs i 2010, men han og flere andre har siden 2017 jobbet fulltid med utvikling av systemet.



Ola Lislien og Jonas Vikran Hagen har fått nye stillinger i administrasjonen. Foto: Ida Kroksæter

Endringer i administrasjonen

Jonas Vikran Hagen er ansatt som seksjonsleder og Ola Lislien er ny fagutvikler.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Vikran Hagen har i over 15 år vært medlem og frivillig i Norsk Folkehjelp Moelv. De siste årene har han jobbet som rådgiver i ulike stillinger i administrasjonen, hvor han blant annet har ledet akutthjelp-prosjektet.

– Dette er en spennende jobb med et stort ansvar, sier Vikran Hagen, som er utdannet sykepleier og ambulansarbeider. I tillegg har han utdannelse innen organisasjon og ledelse.

– Vi har store oppgaver foran oss. Vi skal vokse og bli større i en tid der mange frivillige organisasjoner har store utfordringer. Vi skal

oppretholde fokuset på kvalitet og utvikling, samtidig som vi skal tilpasse oss klima- og samfunnsendringer. For å lykkes med det, må vi jobber kontinuerlig med å synliggjøre innsatsen og utfordringene våre for politikere og samarbeidspartnere, sier Vikran Hagen.

Ola Lislien kommer fra ambulansetjenesten og har i mange år vært frivillig i Norsk Folkehjelp Numedal. De siste årene har han vært leder i laget.

– Jeg søkte på jobben fordi jeg syntes at bredden i fagfeltet vårt er spennende, og fordi jeg tror jeg har både erfaring og kunnskap som passer godt inn fagmiljøet i seksjonen.

– I tiden fremover skal jeg fortsatt ha fokus på akutthjelperprosjektet til det avsluttes i juni. Parallelt med det vil jeg bidra til at vi fortsetter å utvikle spennende fagprosjekter med bred involvering av frivilligheten og med pasienten i fokus.

SEKSJON FOR REDNINGSTJENESTE OG FØRSTEHJELP



Seksjonsleder

Jonas Vikran Hagen
952 65 727
jonasv@npaid.org



Fagutvikler

Ola Lislien
932 98 996
OlaLis490@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
nettbutikk
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 sanitets-
ungdom (i permisjon)
Espen Bruun
995 10 666
espen.bruun@npaid.org



Rådgiver
helseberedskap
Andreas Nårstad
415 21 199
AndNar520@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
Aisha Chaudhry
910 00 321
AisCha189@npaid.org

Nasjonalt



BEREDSKAPSLIDER-SAMLING

**Gardermoen,
13. - 15. januar**

Årets fagsamling for beredskapsledere per politidistrikt og NK!

FAGKONFERANSEN

**Gardermoen,
17. - 19. mars**

Årets faglige høydepunkt og største møteplass for mannskaper og sanitetsungdom i Norsk Folkehjelp.



SENTRALE KURS

**Østlandet,
26. juni - 2. juli**

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

SOMMERCAMP

**Sted ikke bestemt,
1. - 9. juli**

Bli med på årets høydepunkt for sanitetsungdom!



LANDSMØTE

**Gardermoen,
25. - 27. mars**

Landsmøtet din mulighet til å påvirke retningen til organisasjonen! Tema er klima og kriser.



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

Fagblad SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

www.folkehjelp.no



Beate Liberg trener på førstehjelp under sanitetsungdommens actionhelg i november. Foto: Ida Kroksæter



Norsk Folkehjelp