



FAGBLAD

SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

1/2023



LIVREDDENDE INNSATS I MODUM

– De aller fleste aksjonene vi deltar på i dag, gjelder søk etter sårbare personer, sier leder Geir Danielsen i Norsk Folkehjelp Modum og omegn.

Ny uniform
for Sanitetsungdom

Samarbeid
løfter Åmli og Arendal

Skredkurs
for lag i Trøndelag



SENTRALE KURS 2023

Førstehjelpsinstruktør · Søk- og redningsinstruktør
Operativ leder · Avansert førstehjelp

Hold av datoen for topputdanningen i Norsk Folkehjelp!

**26. juni-2. juli (avansert førstehjelp starter 24. juni) på
Sømarka kurs- og konferansesenter**

Mer informasjon og søknadsfrister kommer på mail til lokallagene



Norsk Folkehjelp

www.folkehjelp.no

SANITET

UTGIVER: Norsk Folkehjelp
Nr 1 - 2023. Årgang 15

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: ida.kr@npaid.org

BIDRAGSYTERE DETTE NUMMER:
Vegard Eidissen Lindbæk, Ida Kroksæter,
Ludvig Gundersen, Sissel Fantoft,
Runi Putten, Andreas Nårstad,
Ola Lislien

BILDER:
Ida Kroksæter, Ludvig Gundersen,
Benedicte Wiig, Ellen Jarli,
Andreas Nårstad, Ola Lislien

FORSIDEBILDET:
Norsk Folkehjelp Modum. Foto: Ellen Jarli

FOTO PÅ DENNE SIDEN:
Foto: Ludvig Gundersen og Ellen Jarli

NORSK FOLKEHJELP er fagbevegelsens
humanitære solidaritetsorganisasjon.
Norsk Folkehjelp jobber i hovedsak på to
områder; Rettferdig fordeling av makt og
ressurser, og vern om liv og helse.

I Norge er det NORSK FOLKEHJELP SANITET
som arbeider med vern om liv og helse. Dette
gjøres blant annet gjennom aktiv deltagelse i
redningstjenesten og arbeid med førstehjelp.

Organisasjonen har omkring 60 lokale
sanitetsgrupper, og rundt 2000 autoriserte
mannskaper i beredskap for samfunnet.



På vakt for de mest sårbare 07
Nytt lokallag i beredskap i Modum

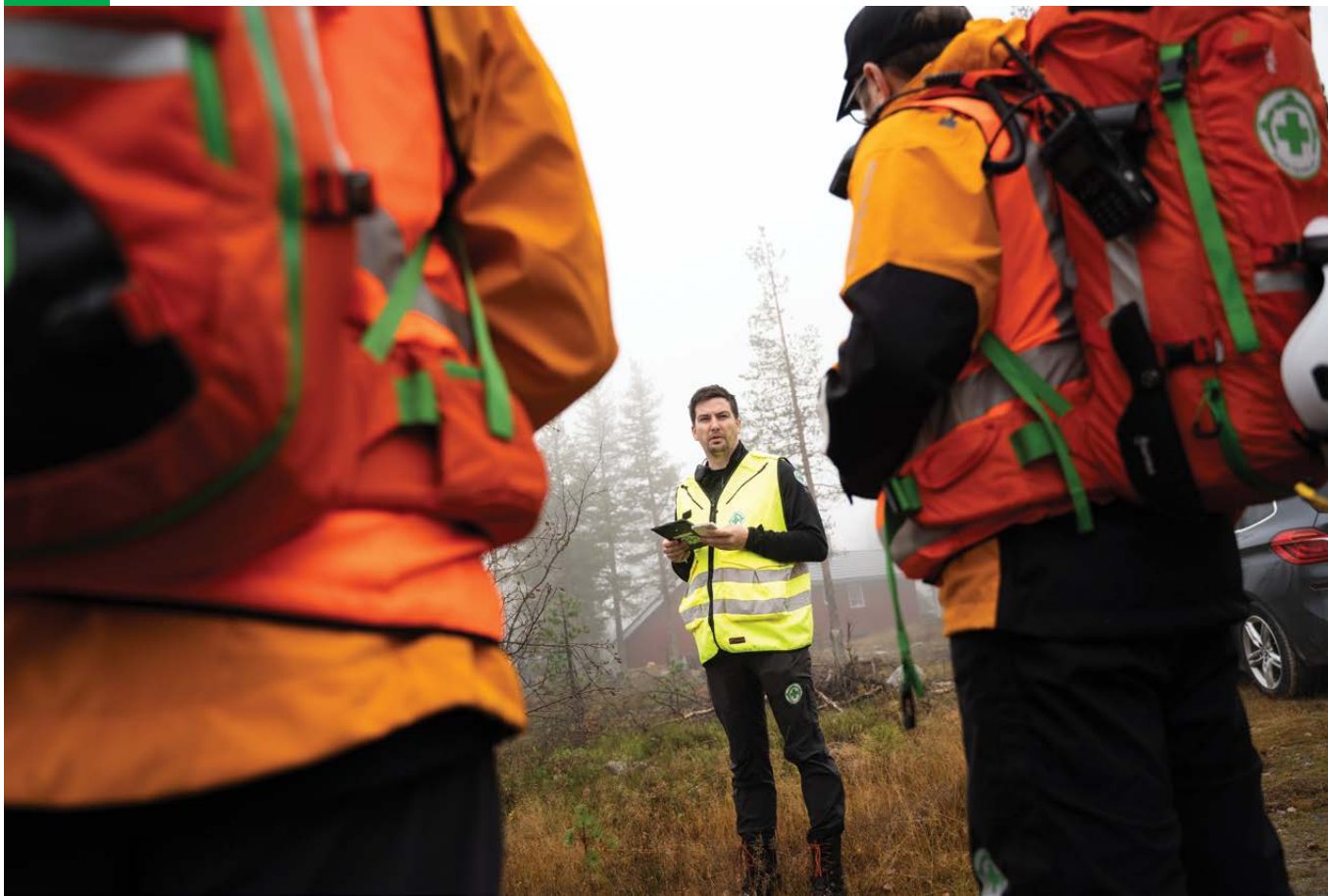
På øvelse med Åmli og Arendal 12
Samarbeid gir bedre beredskap

Lærevillig ungdom i Agder 16
Får stort ansvar som markører

Hva motiverer våre frivillige? 20
Se resultatene fra stor spørreundersøkelse

Nytt kurstilbud for instruktører 22
Bli en ressurs for debrief og defuse

Hever skredberedskapen 24
i fjellene i Trøndelag



I løpet av våren vil det forhåpentligvis komme mange nye mannskaper til Norsk Folkehjelp gjennom synlighetskampanjen. Foto: Ida Kroksæter

Nå kommer det nye medlemmer!

Er dere klare til å ta dem imot?

Gjennom synlighetskampanjen kommer det nå forhåpentligvis mange nye medlemmer til Norsk Folkehjelp. De kommer med et ønske å være aktive i redningstjenesten, og et ønske å tilegne seg ny kunnskap.

Da er det viktig at vi tar dem godt imot og har gode rutiner for å ivareta nye medlemmer og potensielle mannskaper. Jeg anbefaler alle lag å sette opp et årshjul der man planlegger å avholde grunnkursene hvert år. Dette er forutsigbart for de som melder seg inn, det er forutsigbart for instruktørene og for resten av laget.

Det er også viktig å ta en prat med de som melder interesse. På den måten blir de trygge og kjent med oss, og vi blir kjent med og trygge på de nye.

I august 2023 er det igjen landsmøte i Norsk Folkehjelp. Landsmøtet er Norsk Folkehjelps høyeste organ. Det er her vi i fellesskap tar en fot i bakken for å oppsummere hva vi har gjort de siste fire årene. Men det er også her vi i fellesskap staker ut kursen for de neste fire årene.

Her legger vi grunnlaget for hva organisasjonen skal mene, hvordan den skal drives og hvem som skal styre den. Vi i saniteten velger nytt SSU allerede på representantskapsmøtet i forkant av fagkonferansen. Det nye utvalget starter i sine verv etter landsmøtet.

Jeg vil oppfordre alle lokallag til å gjøre seg opp meninger om saker som er viktig for dere, og å sende representanter på landsmøtet for å være med å bestemme kursen videre de neste fire årene!

*Vegard Eidissen Lindbæk,
Leder i Sentralt Sanitetsutvalg*





Antall aksjoner for Norsk Folkehjelp har nær doblet seg over de siste ti årene. Foto: Ida Kroksæter

Over 400 aksjoner i 2022

Norsk Folkehjelp rykket ut på 405 aksjoner i fjor. Dette er i tråd med utviklingen de siste fem årene.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Siden 2018 har Norsk Folkehjelp i gjennomsnitt rykket ut på 408 aksjoner i året. Dette er derimot en sterk økning sammenlignet med for ti år siden, da gjennomsnittet var 232 aksjoner i året.

– Det er en tydelig utvikling i Norsk Folkehjelp, som er i tråd med utviklingen i samfunnet for øvrig – at det blir flere redningsaksjoner. Det viser at vi må fortsette å vokse, og fortsette å jobbe for å opprette flere redningsgrupper rundt om i landet, sier leder i Norsk Folkehjelp Sanitet, Vegard Eidissen Lindbæk.

Demens og selvmordsrisiko

Ser man nærmere på tallene, er nesten halvparten av alle aksjonene leteaksjoner etter demente (13 %) og personer med økt selvmordsrisiko (35 %).

– Det betyr at vi mange steder må være forberedt på å lete etter personer i disse kategoriene ukentlig. Det betyr også at vi kan møte mennesker i en svært sårbar livssituasjon, og må være forberedt på å kunne gi akutt førstehjelp, sier Eidissen Lindbæk.

I tillegg til disse kategoriene, er 12 % henteoppdrag, mens 18 % er personer som har gått seg bort.

Travle sommermånedene

Ser man på fordelingen av oppdrag gjennom året, var juli og august de travleste månedene i 2022, og lørdag og søndag var de ukedagene med flest oppdrag.

– Det er vanskelig å konkludere rundt hvorfor det er slik, men vi ser at i sommermånedene har vi mange oppdrag i alle kategorier – både demente, selvmordsrisiko, folk som har gått seg bort og henteoppdrag. Først og fremst, så viser det at det viktig at vi er i beredskap hele året, sier Eidissen Lindbæk.

Beredskapsambulanse

I tillegg til denne aksjonsstatistikken, har

Norsk Folkehjelp også registrert over 1600 oppdrag med beredskapsambulanser i 2022.

– Beredskapsambulansene fikk en oppblomstring under pandemien, og det er gledelig å se at dette tilbudet fortsetter å vokse. Norsk Folkehjelp Oslo har i mange år gjort en kjempeinnsats på dette feltet og står fortsatt for størstedelen av disse oppdragene, men vi ser også at lag som Horten og Drammen og Sande kommer etter, sier Eidissen Lindbæk.

I 2022 kom det nye avansert førstehjelpskurset på plass. Eidissen Lindbæk håper dette motiverer både nye og mer rutinererte mannskaper til å øke førstehjelpskompetansen.

– Vi håper at det nye kurset etter hvert kan bidra til at vi kan tilby beredskapsambulanse enda flere steder i landet, men i mellomtiden er det kurs som er svært nyttig for alle våre mannskaper, uavhengig av om laget har en ambulanse eller ikke, sier han.

Gode vinterprodukter

Ortovox, Kvalitetsprodukter som også kan brukes privat.

- 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 snøscooteroppdrag, 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,-



Pris nettbutikk
135,-
Vanlig butikkpris 269,-



Pris nettbutikk
150,-
Vanlig butikkpris 299,-



Pris skjorte nettbutikk
750,-
Vanlig butikkpris 1.549,-

Pris heldress
1.499,-
Vanlig butikkpris 2.999,-

Pris bukse nettbutikk
599,-
Vanlig butikkpris 1.199,-



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



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.



Norsk Folkehjelp

Når hvert minutt teller

Stadig flere søk-og redningsaksjoner gjelder personer med demens eller i livskrise. Norsk Folkehjelp Modum og omegn etablerte seg i 2021 for å spesialisere seg på søk, redning og beredskap lokalt.

TEKST: SISSEL FANTOFT
FOTO: ELLEN JARLI





Operativ leder og leder i Norsk Folkehjelp Modum, Geir Danielsen, briefet mannskapene før vinterøvelsen i Norsk Folkehjelp Modum.

I 2022 deltok Norsk Folkehjelp i 143 søk- og redningsaksjoner etter personer med økt selvmordsrisiko – en økning på 13,5 prosent fra året før. Ifølge Hovedredningssentralen søkes det hvert år i gjennomsnitt etter om lag 1700 personer på land i Norge – nesten fem personer hver eneste dag. Selv om de aller fleste kommer til rette, enten det er turgåere, barn som har forvillet seg vekk fra foreldrene eller ungdommer som har stukket av hjemmefra, viser statistikken fra Norsk Folkehjelp at søk etter sårbare personer er mange.

– I de bortimot 13 årene jeg har vært frivillig redningsmannskap, har det definitivt skjedd en vridning fra turgåere til personer i kategoriene demens og psykiatri. De aller fleste aksjonene vi deltar på i dag gjelder søk etter sårbare personer, sier leder Geir Danielsen i Norsk Folkehjelp Modum og omegn.

Søk etter sårbare personer

Søk etter personer med demens eller i

livskrise får ikke nødvendigvis mye oppmerksomhet i mediene, men er en viktig del av oppdraget for frivillige organisasjoner. Statistikk viser at hele sju av ti personer med demenssykdom vil gå seg bort minst én gang i løpet av sykdomsforløpet, og mange vil gjøre dette gjentatte ganger. Siden antall mennesker med demens vil dobles i Norge fram mot 2030, kan det bli enda flere slike aksjoner framover.

– Forhåpentligvis vil ny teknologi gjøre det enklere å spore opp savnede personer med demens i framtida. Det foregår flere prøveprosjekter med lokasjonsbasert teknologi, for eksempel gps og geofencing, men det er en del praktiske utfordringer knyttet til dette. I tillegg skal personvernet ivaretas, sier Kim Bråten, et av lagets medlemmer.

Geofencing innebærer at personen kan bevege seg fritt innenfor et visst areal, men så snart vedkommende krysser grensa, går alarmen hos hjemmetjenesten.

– Mange eldre skriver under samtykkepapirer slik at pårørende kan ta i bruk slik teknologi hvis de skulle utvikle demenssykdom senere, sier han.

Livsviktige aksjoner

Mer enn 20 % av alle søk- og redningsaksjoner Norsk Folkehjelp deltar i, gjelder personer med selvmordstanker. Norsk Folkehjelps veileder «Redningstjenesten og personer med økt selvmordsrisiko» omtaler den vanlige og livsfarlige myten om at det er nytteløst å redde personer som ønsker å ta livet sitt fordi de bare vil prøve igjen – og til slutt lykkes. Men studier viser det motsatte: Hele sju av ti som reddes fra selvmord vil ikke forsøke igjen. Derfor er raske og effektive aksjoner livsviktige også når det gjelder søk etter personer med økt selvmordsrisiko.

Jorun Løvaas Andersen i Norsk Folkehjelp Modum og omegn har selv opplevd å miste en slektning i selvmord. Hun deltok i leteaksjonen hvor han til slutt ble funnet i nær-



Oppdraget denne dagen var å søke etter en savnet person bosatt i Vikersund som har en historie med psykiatriske lidelser og tidligere selvmordsforsøk.

heten av hjemmet.

– Selv om han ble funnet omkommet i 1995, endrer ikke det følelsesmessige rundt opplevelsen seg, sier hun.

Pårørende til personer med økt selvmordsrisiko som blir meldt savnet, sliter ofte med skyldfølelse på toppen av bekymringen.

Som å komme hjem

Norsk Folkehjelp Modum og omegn ble etablert i oktober 2021 og har i dag sju aktive medlemmer. Selv om laget er relativt ferskt i Norsk Folkehjelp, har medlemmene til sammen mer enn 60 års erfaring fra frivillig redningsarbeid.

– Vi ønsket å starte et mindre og mer lokalt basert lag med flattere struktur som spesialiserer seg på søk og redning. For oss var Norsk Folkehjelp et naturlig valg. Jeg har selv vokst opp med foreldre som var aktive i fagbevegelsen, og synes det er vel-

dig spennende å bli bedre kjent med Norsk Folkehjelps historie. For meg føles det som å komme hjem, sier Jorun Løvaas Andersen.

Hun jobber til daglig som helsefagarbeider i et bofellesskap for personer med sammensatte psykiske sykdommer. Camilla Friseid er lærer, Maren Solheim barnevernspedagog og rørlegger, Kim Bråten er rådgiver i Modum kommune, og lagets leder Geir Danielsen har flere ulike roller i Viken fylkeskommune.

– Selv om vi har byttet organisasjon, vil vi alltid sette pris på resten av Frivillige Organisasjoners Redningsfaglige Forum (FORF), en nasjonal sammenslutning av flere organisasjoner. Vi samarbeider jo ofte med andre i aksjoner. Vi har mye relevant utdanning og erfaring i laget, og kjenner området vi dekker godt. Vi opplever at vi får utnyttet vår kompetanse innenfor søk og redning enda bedre i Norsk Folkehjelp, sier Løvaas Andersen.

Verdifull kompetanse

En iskald søndag i januar er lagets medlemmer samlet i Nakkerud på Ringerike på en temadag om søk etter sårbare personer. Kai Roar Bjerkeengen er invitert som foredragsholder, og i tillegg gjennomfører laget en øvelse for gjennomføring av et søk. Bjerkeengen har bakgrunn både som frivillig i Røde Kors, begravelsesagent og ambulansearbeider, og deler sin brede erfaring med den lydhøre forsamlingen.

Henrik Thomassen påtar seg rollen som markør i øvelsen.

– I dag skal vi søke etter en savnet person bosatt i Vikersund som har en historie med psykiatriske lidelser og tidligere selvmordsforsøk. Derfor antar vi at han har økt selvmordsrisiko. Han ble sist sett kl. 13, og politiet gjennomfører undersøkelse av bosted og snakker med pårørende, informerer Geir Danielsen før søkte settes i gang.



Innsatsleder Tom Richard Jansen har tatt turen innom øvelsen hos Norsk Folkehjelp Modum. – Vi er takknemlige hver eneste gang de bruker fritiden sin på å stille opp for andre, sier han.

– Jeg har erfaring som aksjonsleder fra tidligere, og har derfor også ofte den rollen i Norsk Folkehjelp når laget vårt kalles ut. Da sitter jeg gjerne i KO sammen med politiet og koordinerer våre ressurser, og av og til også mannskaper fra andre organisasjoner, avhengig av hvor mange som møter opp. Vi opplever at søk og redning får stor oppmerksomhet i Norsk Folkehjelp, og siden vi alle har en travel jobbhverdag, ønsket vi å spisse oss inn på dette feltet i tillegg til beredskap slik at vi får utnyttet vår kompetanse best mulig, sier han.

Uvurderlig ressurs

Også innsatsleder Tom Richard Jansen og politibetjent Kristin Støver fra Sør-Øst politidistrikt tar turen innom temadagen hos Norsk Folkehjelp Modum og omegn denne søndagen.

– Redningstjenesten er basert på innsats

fra frivillige, som er en helt sentral og svært verdifull ressurs i søk etter savnede personer. Vi er takknemlige hver eneste gang de bruker fritiden sin på å stille opp for andre. I slike aksjoner er tiden ofte en faktor som jobber mot oss, derfor er det viktig å aktivere frivillige mannskaper på bakken raskt i kombinasjon med andre ressurser, sier Jansen.

– Mye av styrken i de frivillige organisasjonene ligger i den lokale tilhørigheten. Vi er godt kjent i området vi dekker, sier Danielsén.

– For oss i politiet er stedskompetansen hos de frivillige gull verdt. De har også kompetanse politiet ikke besitter selv, for eksempel når det gjelder «lost person behavior», sier Jansen.

– Frivillige mannskaper er en uvurderlig

ressurs for oss å spille på i søk- og redningssaksjoner. Vi hadde ikke klart oss uten.

FAKTA

NORSK FOLKEHJELP MODUM OG OMEGN

- **Stiftet:** Oktober 2021
- **Tilholdssted:** Ringerike kommune
- **Antall medlemmer:** 30
- **Aktive medlemmer:** 7
- **Aktivitet:** Søk og redning
- **Sosiale medier:** facebook.com/nfs.modum



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



Full utrykning i Agder

Sanitetsungdommen var gode markører under øvelsen i Åmli. Foto: Ludvig Gundersen

Når alarmen går, er Norsk Folkehjelp en viktig del av nødetatenes respons. I Agder samarbeider lokallagene i Arendal og Åmli om å styrke beredskapen. Det er til god nytte når oppdragene renner inn.

TEKST : LUDVIG GUNDERSEN

Sola titter forsiktig over de snøkleddede åsene som omkranser det lille lokalsamfunnet på Åmli. For de fleste byr den siste søndagen i januar på skitur i marka eller kafébesøk, men mannskapene i Norsk Folkehjelp, Helene Tungland og Sondre Nordås, er ute i et helt annet ærend.

Det er full utrykning. En ungdomsgjeng har ringt 113. Ute på tur i skogen har en i følget segnet om. Det går ikke lange tiden før kontakten mellom AMK og ungdommene blir brutt.

En kamp mot klokka

Med gradestokken snikende ned mot null, er det en kamp mot klokka. Selv et enkelt beinbrudd i skiløypa kan fort bli kritisk om en legger til hypotermi.

– For hvert minutt som går, får du et større problem. For selv om beinbruddet ikke er den største skaden, og ikke nødvendigvis krever hurtigst hjelp, så blir det kritisk om personen må ligge ute, forteller Tungland.

Det siste Folkehjelpas mannskaper hørte var at personen lå ute. Ellers har søkslaget lite informasjon. De drøfter grundig hva som kan møte dem når de kommer fram. Kan det være snakk om et anfall, eller kanskje forgiftning, er rus involvert? Og i verste fall – hva om personen ikke puster?

– Det er alltid spennende, det ukjente, kommer det fra Nordås.

Det er klart en kjenner på adrenalinet når alarmen går. Men Nordås og Tungland klar-

er fint å holde pulsen nede og hodet kaldt. Begge har flere års erfaring fra kursing, øvelser og skarpe oppdrag.

Bilen kjøres så langt som mulig, og ved skogbrynet laster de av firehjulingen de har på slep. Båren monteres kjapt og legges på sleden. Deretter settes kursen opp i skogen, mot posisjonen der ungdommene sist var registrert.

Ikke vanlig kost

Det blir en hektisk dag for mannskapene til Norsk Folkehjelp. Kort tid etter at Tungland og Nordås har rykket ut, fortsetter meldingene å renne inn til KO. En skiløper har brukt beinet i skisporet, og samtidig har en hyttebeboer oppdaget at det ikke bare er koselig med peis, spesielt om en ikke passer på å ha spjeldet åpent. Resultatet er en real kullfosforgiftning.

De resterende mannskapene pakker nødvendig utstyr og rykker ut på snøscootere. Beredskapsambulansen er hakk i hæl.



Øverst til venstre: Lederen for Norsk Folkehjelp Arendal, Anette Helene Kiil Solstad. Under til venstre: Svein Skaare, leder for Norsk Folkehjelp Åmli. Til høyre: Overbetjent og politikontakt i Åmli, Odd Arvid Bjørnbakk

– En såpass hektisk dag er ikke vanlig, flirer Svein Skaare, leder for Norsk Folkehjelp Åmli, etter å ha sendt ut mannskapene sine. Heldigvis var denne søndagen bare en øvelse, arrangert av Norsk Folkehjelps lokallag i Arendal og Åmli.

Satsing på samarbeid

Selv om det i denne omgangen ikke var et skarpt oppdrag, er slike øvelser en viktig del av samfunnsberedskapen i lokalsamfunnet og Norge. Arendal og Åmli er Norsk Folkehjelps lokallag i Agder politidistrikt, som omfatter mesteparten av Agder fylke. Norsk Folkehjelp er en viktig samarbeidspartner for lokalsamfunnet og nødetatene, ved blant annet å utføre sanitetsvakter ved arrangementer og ikke minst rykke ut til søk- og redningsoppdrag.

Svein Skaare, som også er beredskapsleder i politidistriktet [BLPD], forteller at det tette samarbeidet mellom lokallagene i Arendal og Åmli har vært en aktiv satsing de siste årene.

– Det har mye å si for beredskapen. Det er veldig bra å være sammen, og vi blir inspirert av å treffe kolleger som har de samme interessene og jobber for det samme. Sammen blir vi også bedre og vi får mer utstyr, sier Skaare.

Begge lagene har opplevd et markant oppsving i både aktivitet og antall medlemmer de siste årene. Norsk Folkehjelp Arendal har mer enn doblet medlemsmassen de siste to årene. Begge lokallagene har flere mannskaper som er midt i utdannelsen for å bli godkjente førstehjelpere, og mange er på god vei til å slutføre kurset i avansert førstehjelp. I tillegg har de nylig skaffet seg en egen beredskapsambulans.

Utfyller hverandre

Lederen for Norsk Folkehjelp Arendal, Anette Helene Kiil Solstad, understreker også at de to lagene i Agder sammen er en viktig støtte for nødetatene i søk- og redningsoppdrag.

– Vi opplever også at andre av våre tjenester oftere blir etterspurt når vi blir mer synlige på skarpe oppdrag i redningstjenesten, sier Solstad.

Hun mener at samarbeidet med Åmli er til stor nytte for lokallaget i Arendal, som holder til ved kysten og i det mer urbane bysamfunnet.

– Vi har hatt en del skarpe oppdrag i Arendal. Disse er ofte urbane. At vi får komme litt mer opp i landet og være med dem som er mer drevne på oppdrag i snø og med scootere, er kjempenyttig for oss, mener hun.

Samtidig bringer Arendal viktige ressurser til bordet. Det innovative lokallaget har blant annet seks piloter for en egen undervannsdroner.

– En viktig del av redningstjenesten

Det er ikke bare lagene i Arendal og Åmli som har vokst i antall medlemmer og aktivitet. De siste ti årene har Norsk Folkehjelps



– For hvert minutt som går, får du et større problem, sier frivillig Helene Tunglund om den skadde som ligger ute i snøen.

mannskaper nasjonalt rykket ut på stadig flere aksjoner, som søk etter savnede personer, henting av skadde og ved snøskred.

Overbetjent og politikontakt i Åmli, Odd Arvid Bjørnbakk, bekrefter at Norsk Folkehjelps lokallag er en viktig del av redningstjenesten i området.

– Når det er øvelser eller skarpe situasjoner og redningsoppdrag, er Norsk Folkehjelp en del av beredskapen. Vi er veldig heldige som har en så aktiv avdeling som her i Åmli, det betyr mye når det virkelig trengs, sier han. Bjørnbakk trekker fram hvor viktig det er å ha en samarbeidspartner som er godt utstyrt, og som kan rykke ut på kort tid når det først smeller.

– At de har god kjennskap til området de opererer i, er også en stor fordel. Området vårt har mye vann og vassdrag, dammer og kraftinstallasjoner. Lokallagene er gode på vannredning, og da bruker vi dem.

Kommer til dekket bord

Ambulansefagarbeider ved Sørlandet sykehus, Marit Opheim, er helt enig med Bjørnbakk. Selv har hun vært medlem i Folkehjelpa siden 1987, og er fagansvarlig for kurset i avansert førstehjelp.

– Jeg ser virkelig viktigheten av å ha et lokallag. Det er bare å se på alle søkene vi blir kalt ut på. Det er veldig bra at vi har et så aktivt lag her på Åmli, sier hun.

I tillegg til søk og redning utfører lokallaget sanitetsvakter ved flere store arrangementer, blant annet Dølemomarknaden med opptil 15 000 besøkende. Opheim kan også fortelle at når ambulansen må rykke ut til en skade eller ulykke, har lokallaget ofte allerede har tatt hånd om pasienten når de kommer fram. For ambulansetjenesten er det da nesten bare å ta vedkommende med seg til nærmeste legevakt eller sykehus.

– Det er veldig viktig på en liten plass som Åmli, sier hun.

Spiller på lag

For Helene Tunglund og Sondre Nordås blir ferden fram til pasientene en kamp mot elementene. Opp bratte høydedrag og gjennom tett skog. Flere steder har snøen måtte gi tapt for vintersola, og etterlatt dype sår av gjørme og slaps. Men et kjapt blikk over terrenget er alt som skal til før Nordås har klart å peile ut en alternativ rute. De ankommer kjapt søksstedet og ungdomsgjengen, som nå har søkt ly i et lite skur på en høyde i skogen.

Tunglund, som i dag har tatt rollen som pasientkontakt, setter i gang med å undersøke pasienten. Målinger blir utført, og makkerne diskuterer seg imellom før Tunglund kan rapportere til K0: Det er snakk om lavt blodsukker. Det er ikke mer enn litt sjokolade og varmepledd som skal til for å få liv i jenta. Og så kan de frakte ungdommene ned til sivilisasjonen igjen.

Oppdragsløsningen er et godt bilde på verdien av et tett samarbeid mellom lokalla-



Til venstre: Markøren får god støtte og oksygen. Til høyre: Evakuering på scooter er krevende og viktig å øve på.

gene, siden søkslagene er satt sammen av personell fra begge lokallag.

– Da jeg er fra Arendal, er det veldig praktisk å ha med Sondre som er lokalkjent, siden han er fra Åmli. Ved å øve sammen blir vi også kjent med hverandre, noe som gjør at vi jobber godt sammen ved et skarpt tilfelle, sier Tungland.

– I Åmli er vi ikke flere folk enn det vi må være, så vi er avhengig av å samarbeide for å få til aktiviteter, legger Nordås til.

De andre søkslagene kommer også etter hvert fram til pasientene sine. Per Øyvind Agersborg, Turid Tveit og Cecilie Einarsen, som rykket ut til meldingen om kulløstforgiftning, laster kjapt av scooteren og baner seg vei gjennom den dype snøen mot den lille hytta Bjønnehiet, en drøy mil fra Åmli. Inne i det dunkle rommet ligger markør Natalia Jablonska på gulvet og hiver etter pusten. Skuespillerprestasjonen gjør at en nesten glemmer at det er øvelse – her

haster det med å få jenta ut!

Mannskapene åpner alle vinduer før de får Jablonska på beina og ut av huset. Oksygentanken dras fram. I løpet av noen minutter er pasienten sikret på sleden og fraktes ned til bygda.

Samarbeid inspirerer

Nede på KO kan mannskapene melde oppdrag vel utført da beredskapsambulansen svinger inn på parkeringsplassen med siste pasient. Å se hvordan lokallagene i fellesskap klarer å løse slike avanserte oppdrag, er til stor inspirasjon for mannskapene selv.

– Det er veldig gøy å se tilbake på utviklingen i lokallagene. At vi har de samme målene og opplever den samme gleden over det vi gjør, er inspirerende, sier Norsk Folkehjelp Åmlis leder, Svein Skaare.

Han viser igjen til veksten i sertifisert sanitetspersonell og ikke minst den nye bered-

skapsambulansen.

– At vi nå har flere som tar kurs i avansert førstehjelp, som er det høyeste nivået i Norsk Folkehjelp, er mulig takket være samarbeidet mellom lokallagene. Det gir oss nok folk til å gjennomføre kurset, og presser oss til å samarbeide enda mer enn det vi ville gjort ellers. Jeg tror alle setter stor pris på og ser verdien i samarbeidet vårt, mener Skaare.

Arendals Anette Helene Kiil Solstad sier seg enig i at den aktive satsingen på samarbeid har båret frukter.

– Vi kommer til å fortsette med felles øvelser, aktiviteter og tjenester. Mannskaper fra andre lokallag er også viktig her, som Vegårdshei. Blanding av kunnskap og erfaring gjør at vi kan utfylle hverandre enda bedre, sier Solstad.



Satser på ungdommen: – En viktig ressurs for lokallagene

Sanitetsungdom Emilie Knudsen er markør under en felles øvelse med lokallagene i Åmli og Arendal. Foto: Ludvig Gundersen

For Norsk Folkehjelp Arendal er det ikke bare viktig å kunne tilby ungdommen en givende hobby. Sanitetsungdommen er også svært viktig for lokallagets framtid.

TEKST: LUDVIG GUNDERSEN

En skiløper nyter dagen i marka, med sola i ansiktet og god gli. Det fyker i skisporet bak henne når hun ankommer Bjønnehiet. Den lille, rødmalte hytta på heia mellom tettstedene Åmli og Tveit i Agder fylke er en yndet plass for en pust i bakken i solveggen.

Men når skiløperen stiger inn i den dunkle koia, blir hun grepet av panikk. Ut fra mørket kryper en ung jente som hiver etter pusten. «Skal jeg ringe 113?», spør skiløperen skrekkslagent.

Denne gangen slapp hun imidlertid med skrekken. Det er bare snakk om en øvelse med Norsk Folkehjelp, kan den unge jenta, overbevisende spilt av Natalia Jablonska [17], berolige.

Jablonska var en av tre markører fra Sanitetsungdommen i Arendal som i slutten av januar bidro til en svært realistisk øvelse for førstehjelperne i Norsk Folkehjelps lokallag i Arendal og Åmli.

Fast bestemt på å starte ungdomsgruppe

Sanitetsungdommen er en del av Norsk Folkehjelps sanitetslag, hvor ungdom mellom 13 og 20 år får kursing og erfaring, før de som 18-åring kan bli godkjent som førstehjelper eller søk- og redningsmannskap.

Norsk Folkehjelp Arendal er et av lokallagene som har satset på de unge, og fikk sin ungdomsgruppe i januar i år.

– Jeg er født inn i dette, og da jeg fikk vite om Sanitetsungdom og etter å ha vært med på leir, tenkte jeg: Jeg skal starte opp Sanitetsungdom her enten de vil det eller ei, flirer initiativtakeren Emilie Knudsen [17].

Knudsen forteller at lokallagslederen i Arendal, Anette Helene Kiil Solstad, også var ivrig etter å få startet opp en ungdomsgruppe. Sammen dro de til flere skoler for å rekruttere ungdommer.

Sanitetsungdommen i Arendal teller i dag sju unge, og flere kommer stadig til. De har allerede rukket å bli en viktig del av lokallaget, til tross for svært kort fartstid.

– Det er viktig for rekrutteringen, da det er mange godt voksne som er engasjert i saniteten hos oss. De unge har også mye å tilføre laget, ikke minst når det gjelder bruk av ny teknologi, som de ofte mestrer raskere enn oss voksne, mener Solstad.



Berk Bitmez er leder i Sentralt Ungdomsutvalg Sanitet. Foto: Benedicte Wiig

Hun viser blant annet til lokallagets undervannsdroner, som de bruker flittig i søk under vann.

– Vi vet også at vi har krevende tider foran oss når det gjelder klima, og det får betydning for beredskapen. Da er det viktig å skape gode holdninger og fremme kunnskap blant de unge.

En hobby som redder liv

Solstad, som jobber som sosiallærer, mener det er viktig å kunne tilby barn og unge en hobby de selv føler er fornuftig og givende.

– Gjennom Folkehjelpa kan vi tilby de unge et positivt og tett samarbeid mellom voksne og barn. Her kan de finne sunne rollemodeller i oss voksne, der det er kort læringsvei. Vi mener vi har klart å finne en fornuftig måte å drive et ungdomslag på, og alle mannskapene våre er med på å bidra i

de ulike aktivitetene, sier Solstad.

Natalia Jablonska og Eva Monrad Tegdan [17] er blant dem som ble vervet på skolen. Tegdan forteller at hun synes saniteten virker spennende.

– Det er grei kunnskap å ha om det skulle skje noe, og så er det spennende. Slik sett er det en bra hobby.

Jablonska ønsker selv å bli politi, og mener at saniteten gir henne nyttig erfaring på veien.

– Det er betryggende å kunne førstehjelp om du havner i en situasjon der det er behov for det. Da vet jeg at jeg kan hjelpe, sier hun.

Du må dog ikke ha en spesiell interesse for førstehjelp, eller ha en plan om å jobbe i nødetatene for å få

FENIX
LIGHTING FOR EXTREMES

Kraftig og solid håndlykt

LR40R

Veiledende pris
kr 3.799,-

- 12.000 Lumen
- 12000mAh-batteri
- USB-C lading
- 773 m
- Kompakt
- Støtsikker 1m
- Ulike moduser
- Vannettett IP68

Magnetiske base og hele 3000 lumen

C7

- 3000 Lumen
- 470 m
- Ulike moduser
- 5000mAh-batteri
- Magnetisk base
- Vannettett IP68
- USB-C lading
- Støtsikker 1,5m

Veiledende pris
kr 1.199,-

NYHET!

PULSAR

Nyhet
Termisk monokular kikkert

AXION 2 XG35

XG35 LRF
Veiledende pris
33.300,-

- Rekkevidde 1750m
- WiFi for streaming
- Video 16GB
- 1024x768px AMOLED display
- Sensor oppløsning 640x480px @ 12µm
- Sensor sensitivitet NETD <40mK
- Rekkevidde avstandsmåler 1000m (LRF mod)

Også tilgjengelig:

AXION XM30F Veil. pris 14.000,-

AXION 2 XQ35 Veil. pris fra 19.500,-

XG35
Veiledende pris
29.500,-

Pulsar egenskaper

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

TENO ASTRO

Teno Astro AS
Industriveien 8b
6517 Kristiansund N

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

SPECIALPRISER TIL NORSK FOLKEHJELP OG RØDE KORS. KONTAKT OSS!



Emilie Knudsen, Eva Monrad Tegdan og Natalia Jablonska har stort utbytte av være med på øvelser med de voksne.

nytte av medlemskapet i Norsk Folkehjelp, ifølge ungdomslederen Emilie Knudsen. Hun anbefaler alle som liker å hjelpe andre å bli med. Selv har hun et håp om at Sanitetsungdommen i Arendal skal vokse til 20 medlemmer.

Økt aktivitet

Leder av Sentralt Ungdomsutvalg Sanitet (SUS), Berk Bitmez, forteller at han blir svært stolt over Sanitetsungdommen når han ser ildsjeler som Emilie Knudsen.

– Det er veldig givende å se dem som tar lederrollene, som driver organisasjonen videre. Dem trenger vi flere av, konstaterer han.

Akkurat som lokallaget i Arendal, vektlegger Bitmez hvor viktig ungdomsgruppene er for å skaffe nye sanitetsmannskaper. Dette er gjerne medlemmer som blir i organisasjonen livet ut, forteller han.

Lederen mener også at ungdom kan være med på å løfte stemningen i lokallagene og styrke medlemsdemokratiet, siden ungdommen ofte har andre perspektiver enn de voksne.

Totalt har Norsk Folkehjelp 18 ungdomsgrupper, og stadig kommer det flere til. Høsten 2022 fikk også Norsk Folkehjelp Askøy en egen ungdomsgruppe.

– Jeg tror veksten kan skyldes at vi har fått til gode, sentrale aktiviteter som hjelper lokallagene. Vi har jobbet mer strukturert for å få lokallagene med på satsingen, og tatt opp de konkrete problemstillingene lagene har lokalt, sier Bitmez.

Bitmez mener at Norsk Folkehjelp har kapasitet til å utdanne enda flere ungdommer, og han forteller at målet er å få en 50 prosent medlemsvekst i Sanitetsungdommen før neste landsmøte.

– Om noen trenger hjelp til å starte opp, kan både SUS og administrasjonen bistå, sier han.

Rekordpåmelding

Rådgiver for Sanitetsungdommen, Espen Bruun, kan også vise til økt aktivitet blant ungdommene. Over 50 ungdommer er påmeldt til Fagkonferanse Sanitet og Sanitetsungdom 2023, og det lenge før påmeldingsfristen – noe som er rekord.

– Målet vårt er å kunne tilby et godt fritidstilbud for ungdom i hele landet, der de kan lære praktiske ferdigheter innenfor førstehjelp, søk og redning og friluftsliv, sier Bruun, som oppfordrer enda flere av lokallagene til å satse på ungdom.

– For å lykkes med ungdom, må du ha med voksenlaget. Det er en stor fordel å ha mannskaper og instruktører som kan stille på temakvelder. Om du har med lokalstyret, har du også muligheten til å søke midler.

Til ungdommen er beskjeden kontant:

– Mas på lokallaget ditt, vis interesse. Og ta gjerne kontakt med meg eller Benedicte om det skulle være noe.

Bruuns kollega, ungdomskonsulent Benedicte Wiig, understreker også hvor viktig det er å ha støtte av de voksne i laget.

– Lagene er avhengig av støtte, tid og energi fra de voksne medlemmene for å satse på ungdom. Noe jeg også synes de bør, sier Wiig.

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

TRUST IS EARNED



Norsk Folkehjelp



ALIVE
SINCE / 1877



Masterstudent ved OsloMet, Anna Lebedeva, presenterer funnene i undersøkelsen. Foto: Ida Kroksæter

Stor undersøkelse om frivilliges motivasjon

Flere hundre frivillige i Norsk Folkehjelp bidro i fjor til en større spørreundersøkelse om frivilliges motivasjon og vilkår. Nå har resultatene fra undersøkelsen kommet.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Undersøkelsen bestod av 44 spørsmål og ble sendt ut til over 1500 mannskaper i Norsk Folkehjelp. 354 svarte på undersøkelsen, som er en del av prosjektet «Voluntary organizations in local emergency management», som ledes av Institutt for samfunnsforskning (ISF).

– Prosjektet består av fire delprosjekter, hvor den første studerer frivillighetsmotivasjon, den andre ser på faktorer som

påvirker samarbeidsprosessen, nummer tre forsker på rollen av tillit, og den fjerde studerer faktorer som påvirker lokal beredskapskapasitet, forteller Anna Lebedeva, masterstudent i offentlig administrasjon og styring ved OsloMet.

Hun presenterte resultatene av undersøkelsen for administrasjonen i Norsk Folkehjelp i februar.

Mange år med engasjement

Respondentene hadde svært variert yrkesbakgrunn, som omfattet alt fra helse, til administrasjon, elektro, IT og kultur.

– De fleste har vært frivillig en betydelig periode. Omtrent 25 % hadde vært frivillige i 3–5 år, og 23 % hadde vært med over 21 år. Det var litt overraskende, sier Lebedeva.

Respondentene ble også spurt om å vur-

dere noen påstander:

- Over 50 % svarte at de var helt eller nokså uenig i påstanden om at vi øver nok på redningsaksjoner sammen med politiet, andre etater og organisasjoner
- Over 50 % svarte at de er helt enig i at Norsk Folkehjelp tilbyr tilstrekkelig opplæring til sine frivillige
- Over 70 % svarte at de er helt enig i at de har tilstrekkelig kompetanse til å utføre de oppgavene de blir satt til
- I underkant av 80 % svarte at de er nokså eller helt enig i påstanden om vi har det utstyret som trengs for å drive redningsarbeid

Sterk motivasjon

De frivillige ble også spurt om motivasjon. Her fikk respondentene 15 ulike forslag, og dette er de fire grunnene som respondentene mente var viktigst for dem:

FAKTA

RESPONDENTENE

- Flertallet av respondentene baserer seg i de største kommunene, som Oslo, Bergen, Molde, Narvik, Strand, Tromsø
- 68 % av respondenter er i full jobb og deres gjennomsnittsalder er på 45 år (mens de fleste mellom 35 og 55 år)
- Yrkesbakgrunn: ambulanse, administrasjon, barn og ungdom, bilbransje, logistikk og transport, brannvesen, bygg og anlegg, energibransjen, elektro, fiskebransje, forsvar og militær, helse og medisin, IT, ingeniør, Olje og gass, kultur, regnskap, varehandel, økonomi.
- De fleste har vært frivillig en betydelig periode: Omtrent 25 % i løpet av 3-5 år, og 23 % over 21 år

- Som frivillig får jeg mulighete til å hjelpe andre
- Som frivillig lærer jeg noe gjennom praktisk erfaring
- Jeg liker spenningen knyttet til redningsarbeid
- Jeg kan lære mer om det jeg arbeider for

Viktig kunnskap

På spørsmål om engasjementet i Norsk Folkehjelp er vanskelig å forene med jobb, svarer ca 40 % at de er helt eller nokså enig. På spørsmål om engasjementet er en belastning for familielivet, svarer derimot over 75 % at de er uenige eller nøytrale.

– Dette er svært nyttig kunnskap for oss som jobber med å legge til rette for frivilligheten. Vi skal ta med oss dette når vi jobber videre med bedre rammevilkår, å utvikle kurs og oppfølging av lokallagene, sier seksjonsleder for førstehjelp og redningstjeneste, Jonas Vikran Hagen.



Tora Aasland presenterer forskningen sin for Norsk Folkehjelp. Foto: Ida Kroksæter

– Oppskriften på lokal overlevelse og samhold

Tidligere forskningsminister Tora Aasland har tatt doktorgrad om frivillige i redningstjenesten. Hun mener tillit og respekt er avgjørende for at den norske redningstjenesten skal fungere.

TEKST: IDA KROKSÆTER

– Frivilligheten er en vinn-vinn-situasjon. Man vinner når man gir, og når man får. Det er oppskriften på lokal overlevelse og samhold, sier Aasland.

Doktorgradsavhandlingen har fått navnet *Frivillighet i samvirke. Frivillige organisasjoners medverking i redningstjeneste og beredskapsarbeid*. I februar besøkte hun Norsk Folkehjelp for å fortelle om forskningen.

Vitkige avtaler

Sammenligner man den norske redningstjenesten med andre land, er det én viktig ting som skiller seg ut, sier Aasland:

– Vi har en veldig lang tradisjon for at frivillige er med i beredskapen. Slik er det i mange land, men i Norge er dette utviklet til noe mer gjennom avtaler med det offentlige. Akkurat det tror jeg er kjempeviktig, sier hun.

Hun forteller at samvirke som formell arbeidsform er avgjørende for at dette systemet fungerer.

– Samvirke som arbeidsform er en brobygger mellom offentlig og frivillig innsats, og er basert på tillit og gjensidig respekt. Den gjensidige respekten er en helt nødvendig verdi for at systemet skal fungere, sier hun.

Aasland forteller at tilliten viktig på flere vis: Både at det offentlige har tillit til de frivillige ressursene, men også at det er en tillit til at systemet i seg selv fungerer.

– Man må ha tillit til en fleksibel arbeidsform, fordi det fungerer. Alle rapportene fra store hendelser viser at det fungerer veldig godt, sier hun.

Må inkluderes

– Redningstjenesten må ha en evne til å improvisere i kriser. Denne utvikles ved at man øver eller er i hendelser sammen. Se bare på pandemien – man måtte nærmest hive vekk instruksene fordi de ikke passet, og så måtte man improvisere, sier hun.



Vil du bli en del av en stab som lære opp andre i defuse og debrief? Illustrasjonsfoto: Ida Kroksæter

Nytt kurstilbud til instruktører

Norsk Folkehjelp ønsker å etablere en stab som kan lære opp andre innen defuse og debrief.

TEKST: RUNI PUTTEN

Flesteparten av våre aksjoner omhandler mennesker i krise. Derfor ønsker Sentralt Sanitetsutvalg [SSU] å få på plass en stab som kan foreta desentralisert opplæring innen:

Defuse: Emosjonell utlufting etter traumatisk opplevelse

Debrief: En systematisk erfaringsinnsamling med involverte

SSU ønsker å kjøpe egnet opplæring eksternt, og deres anbefaling er at vi får på plass instruktører/kursledere innen kurset «førstehjelp ved selvmordsfare» som gjennomføres flere ganger i året av VIVAT. Dette

kurset gir oss også en opplæring i hvordan vi skal opptre overfor mennesker med økt selvmordsrisiko.

Kurslederkurset «førstehjelp ved selvmordsfare» varer i fem dager.

I og med at Norsk Folkehjelp dekker kursavgift og reisekostnader, så ligger det også noen betingelser i bunn. Disse er:

- Du må binde deg til å ta instruktørkurs for OPS-kurs [oppmerksom på selvmordstanker] etterhvert. Du kan lese mer om dette kurset på Vivats nettsider. Vi mener at dette kurset er det som er mest aktuelt å gjennomføre i våre lokale lag, men det er ikke mulighet til å bli instruktør på dette kurset uten kurslederkurset «førstehjelp ved selvmordsfare». Instruktørkurset for OPS-kurset varer i to dager. Selve kurset gjennomføres på fire timer og med en instruktør.

- Vi forventer at du er tilgjengelig for organisasjonen og gjennomfører minst tre OPS-kurs (innen politidistriktet) i løpet av de to første årene som instruktør

- Samtidig som du får beskjed om at du er tatt opp som deltaker på dette kurset, så vil du også få en kontrakt som skal signeres. I tillegg til at kontrakten inneholder disse tre punktene over, så vil det også være et punkt om tilbakebetaling av de kostnadene som Norsk Folkehjelp har hatt, hvis du bryter kontrakten.

Dette tilbudet gjelder kun godkjente instruktører fra sentrale kurs, og det er Sentralt Sanitetsutvalg som foretar valget om hvem som får delta fra Norsk Folkehjelp.

Hvis dette kan være noe for deg, send en søknad til sanitet@npaid.org.



Norsk Folkehjelp trenger instruktører til sentrale kurs. Foto: Ida Kroksæter

Søker instruktører til sentrale kurs

Nå kan du søke om å bli instruktør på årets sentrale kurs.

TEKST: RUNI PUTTEN

I år får vi ulik oppstart av de ulike kursene, fordi avansert førstehjelp trenger noen flere dager til å gjennomføre et best mulig kurs.

Vi søker derfor etter instruktører til sentrale kurs i to ulike perioder:

- Fra fredag 23. juni til og med søndag 2. juli
- Fra 25. juni til og med søndag 2. juli

Krav til instruktører

Instruktører på sentrale kurs må være godkjente instruktører i førstehjelp, instruktør i søk og redning eller inneha annen relevant kompetanse. De må være faglig oppdatert og ha relevant erfaringsgrunnlag.

I tillegg trengs gode samarbeidsevner og vilje til «å stå på» under en intens uke.

Til kursene trengs det én kursleder og to instruktører. Ved store deltakergrupper kan det bli behov for flere instruktører. Følgende kurs er planlagt:

- Instruktørkurs førstehjelp
- Instruktørkurs søk og redning
- Operativ ledelse
- Avansert førstehjelp

Om søknaden

De som søker om å delta som instruktører, må legge ved en oversikt over undervisningserfaring og hvilke av fagområdene dere anser som deres sterkeste.

Det gjøres oppmerksom på at vi ved utvelgelse av instruktører er avhengig av å vurdere sammensetningen, slik at vi får et best mulig team på hvert kurs.

Arbeidstid

De som ønsker å være med som instruktører må kunne delta hele perioden (varighet varierer ut fra hvilket kurs du ønsker å være instruktør på).

Sentrale kurs har lange dager og lite fritid både for instruktørene og deltakerne. I tillegg vil det komme forberedelser til egen undervisning og eventuelle telefonmøter.

Praktisk info

Det gis et honorar på 10 000,- for bistand ved årets sentrale kurs. Opphold og reise dekkes av Norsk Folkehjelp. Kursene blir gjennomført på Sørmarka kurs- og konferansesenter.

Søknaden må være sendt innen 15. mars.

Har du spørsmål, ta kontakt med Runi Putten på runi@npaid.org eller 908 54 720.



Bedre rustet for innsats i vinterfjellet

Skredkurset var godt faglig påfyll for frivillige i Meråker og Stjørdal. Foto: Andreas Nørstad

I februar ble det utdannet 25 nye skredmannskaper i Meråker og Stjørdal.

TEKST: ANDREAS NØRSTAD

Trøndelag har verken de høyeste eller bratteste fjellene i Norge, men likevel er over 20 personer tatt i snøskred her i løpet av de siste ti årene. Og når det først går et skred, er tiden knapp for å kunne gjøre en forskjell. Da er lokal beredskap og kompetanse avgjørende.

Det er derfor et stort løft for Norsk Folkehjelp å ha fått 25 nye skredmannskaper i Meråker og Stjørdal.

I flere år har det vært forsøkt gjennomført fagkurs skred i Trøndelag, men Covid-19 har dessverre vært en brems for å få det til. I februar ble kurset endelig en realitet på kirkebyfjellet konferansesenter i Meråker.

Området som Norsk Folkehjelp Meråker opererer i, er et stort fjellområde som strekker seg til Tydal og heter Sylan. Dette er et massivt fjellområde med fraværende mobil- og nødnettdekning, og med til dels stor skredfare på vinters tid.

I tillegg er dette et område som flere og flere har begynt å bruke i friluftslivs-sammenheng. Det er et populært område for både teltturer, langrenn og toppturer.

Om noen skader seg eller går seg fast i fjellet, strekker lokallagene her seg langt for å kunne rykke inn i fjellet og hente ut de savnede eller skadde. At fagkurs skred er gjennomført, gjør at de nå kan gjøre dette på en tryggere måte, og med en større risikoforståelse ved skredutsatte områder.

– Jeg har fått mye ut av helgen i Meråker. Vinterfjellet kan være krevende, og redning i skred og skredutsatt terreng er et veldig spennende område som byr på gode utfordringer, sier Eivind Harsvik fra Norsk Folkehjelp Stjørdal.

Kurset startet fredag kveld, med gjennomgang av teori om snøskred, oppbyggingen



Bjørn Egil Kleven øver på bruk av skredsøker.



Eivind Harsvik og Torfinn Krogstad trener på pasientbehandling.

av en skredinnsats og hvordan man søker etter savnede i et skred.

Lørdagen ble brukt ute til å øve på graving, bruk av søkestang og skredsøker, og små enkeltøvelser ble etter hvert satt sammen til større skredøvelser. Været i Meråker viser seg fra sin flotteste side.

Søndag var det klart for å se litt mer på hvordan man tar hånd om en pasient som har vært utsatt for en skredulykke. Det ble trent på behandling og transport av pasient med traume, hypotermi, evakuering av pasient i bratt og glatt lende, samt utgravning av skredtatte.

Denne dagen ga god læring, og øvelsene ble svært realistisk da været viste seg fra en langt dårligere side, og ga deltakerne 100 millimeter nedbør på 4 timer.

«Vinterfjellet kan være krevende, og redning i skred og skredutsatt terreng er et veldig spennende område».

Eivind Harsvik



Fremtidens katastrofekjøretøy?

Fat Truck har forhandler i Norge, men kommer den til å være en del av Norsk Folkehjelps beredskap? Foto: Ola Lislien



Ola Lislien er fagutvikler og frivillig i Norsk Folkehjelp.

Har du kommentarer, spørsmål eller innspill til denne artikkelen, send en epost til OlaLis490@npaid.org.

Vi har testet en fat truck for å se om dette kan være nyttig for vår beredskap.

Sett i lys av dystre fremtidsutsikter hva gjelder klima og kriser, som for øvrig også er tema både for den kommende fagkonferansen og landsmøtet i Norsk Folkehjelp, har vi kikket litt på segmentet «katastrofekjøretøy».

Skal vi for fremtiden utruste oss med verktøy for å komme lenger når andre beredskapsressurser må stoppe? Finnes det verktøy som kan effektivisere vår innsats ved flommer, skred, og annet ekstremvær? Hvilke produkter finnes på markedet i dag? Hvordan skal vi ruste oss for å håndtere fremtidens ekstremvær og katastrofer?

Spørsmålene er mange og alternativene til

«gromme» kjøretøy blir flere og flere etter hvert som algoritmene på TikTok og Facebook lærer seg hva man stopper opp og kikker litt ekstra på.

Et av kjøretøyene vi har kikket på, er faktisk også å oppdrive i Norge. Vi har derfor vært på Vingrom i Innlandet og prøvekjørt Fattruck, som er et canadisk selskap med forhandler blant annet i Norge. Det er imidlertid, så vidt vi har fått høre, kun solgt én prototype av Fattruck i Norge til nå. Nye modeller kommer med CE-godkjenning.

Ifølge forhandler Owren AS, som også kommer på fagkonferansen, er dette et off road kjøretøy spesiallaget for effektiv transport av mannskap og varer i alle typer terreng, både til lands og til vanns.

Kapasiteter

- Lasteevne: 1000 kg



Det er plass til båre bak i kjøretøyet.

- Antall passasjerer: 8 inkl. fører
- Max hastighet på land: 40 km/t
- Max stigningsvinkel: 70 %
- Max sidevinkel: 40 %
- Svingradius: 0*
- Vekt: 2443 kg

Sikkerhet

- ROPS ISO 3471
- EPA TIER 4 FINAL
- Bremsesystem automatisk sikkerhetsbrems [skiver]

Dimensjoner

Høyde: 2565 mm
Lengde: 3720 mm
Bredde: 2540 mm
Bakkeklaring: 526 mm

Motor og drivverk

- 70 hk diesel-motor
- Hydrostatisk drift

- Styring med joystick

Våre konklusjoner

Etter å ha testet kjøretøyet har vi konkludert med at det er både fordeler og ulemper med en fat truck:

Fordeler

- + Amfibisk, flyter fullastet. Man kan åpne dørene ute på vannet
- + Relativt lav vekt
- + ROPS-godkjenning sørger for økt sikkerheten for mannskaper og pasient
- + Lavt marktrykk og god flyteeve
- + God fremkommelighet i de fleste forhold og terreng
- + Beskyttelse for vær, vind og ytre krefter

Ulemper

- Usikkert hvilken kjøretøyklasse man kan

registrere den som

- Relativt krevende å flytte over lengere avstander. Kan flyttes på tilhenger med førerkort BE med god trekkvogn, men ingen marginer
- Plasskrevende, i forhold til ATV og snøscooter
- Dårlig fremdrift i vann



Sanitetsungdom får en egen, grønn jakke som uniform. Foto: Ida Kroksæter

Ny uniform for Sanitetsungdom

Sanitetsungdom har fått en egen uniform. Jakken blir tilgjengelig for kjøp på årets fagkonferanse.

TEKST: IDA KROKSÆTER

Ungdomsuniformen er laget etter at Sanitetsungdom i 2021 bestemte seg for å gå i en mer faglig retning. Fokuset på friluftsliv skal bli noe mindre, og ungdommene skal bruke mer tid på kursing og trening – i tillegg til det sosiale.

– Vi tar et steg i retning av å styrke ungdommene innen førstehjelp- og redningsfaget, men vi skal fortsatt ha det veldig gøy sammen, sier Berk Bitmez, leder i Sentralt Ungdomsutvalg Sanitet.

Målet er å minske skillet mellom å være med i Sanitetsungdom, og det å være i saniteten. Uniformen blir en viktig del av dette arbeidet.

For å kunne bruke jakken, må man ha bestått førstehjelpskurset for mannskaper i Norsk Folkehjelp og være fylt 15 år.

– Målet er at alle sanitetsungdommer skal ha førstehjelpskurset, sier Bitmez.

Utover til jakken, er resten av uniformsartiklene de samme som hos Saniteten, men uten fagmerking. I tillegg skal ungdommene bruke borrelåspatch med «sanitetsungdom» istedenfor navn.

– Dette er et miljøtiltak. Tanken er at man skal ta med seg flest mulig av klærne videre når man blir voksen, istedenfor at man kun kan bruke de i et par år. Buksene kan sendes inn til fagmerking når man blir 18 og godkjent mannskap, sier Benedicte Wiig, ungdomskonsulent i Norsk Folkehjelp.

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
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

FAGKONFERANSEN

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

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



SENTRALE KURS

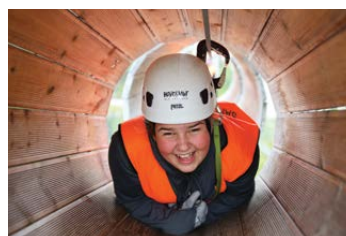
**Sørmarka,
26. juni - 2. juli**

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. august**

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



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

Fagblad SANITET

Norsk Folkehjelps fagblad om redningstjeneste, førstehjelp og frivillig ambulansetjeneste

www.folkehjelp.no



Båra fraktes fram med scooter og slede under øvelse med Norsk Folkehjelp Åmli og Arendal. Foto: Ludvig Gundersen



Norsk Folkehjelp