

# Bygda i beredskap – personlig bidrag!

Rapport Stiftelsen Dam

09.03.2022



## Forord

Hensikten med rapporten er å gi en god forståelse for hva helseprosjektet "Bygda i beredskap – personlig bidrag" har betydd for Suldal Kommune. Vi hadde et ønske om at hver enkelt skulle tenke tanken "Skulle du være første person som oppdager syk eller skadet person – hva gjør du? Hvilke tiltak må iverksettes mens du venter på ambulanse?" og deretter bli tryggere på førstehjelp. Målet var å nå ut til 5000 personer, hvor 150 ville delta på kurs.

## Sammendrag

Med prosjektet "Bygda i beredskap – personlig bidrag" har Suldal Røde Kors gitt innbyggere og hytteeiere en unik mulighet til å bli livreddere. Bakgrunnen var at vi ville vise befolkningen at det nytter å forberede seg. Dette skulle vi sikre ved å spre informasjon om akutte sykdommer og skader. Lære hvilke faresignaler en skal se etter, hvem en skal varsle og hvilke tiltak som skal gjøres for å begrense skadeomfanget. Vi ville bidra til at flere overlever og at personer i nød får hjelp av familie, venner, kjente eller forbipasserende.

Fra 2019 til 2021 har vi delt ut nærmere 4000 informasjonshefter, holdt kurs for 137 personer, lagd film som til nå har over 4000 visninger, anskaffet to ekstra hjertestartere og delt mye kunnskap på stand og sosiale medier. Vi har vært raus med utdeling av førstehjelpsmateriell som vil være til god hjelp om uhellet skulle være ute. Engasjementet har gitt våre instruktører møter med lærevillige deltakere i hele kommunen.

Tatt pandemien i betraktning og at kommunen har ca. 3800 innbyggere fordelt på 1737 km<sup>2</sup> er vi veldig fornøyd med resultatet. At det finnes livreddere der ute som har, eller vil utgjøre en forskjell er vi ganske så sikre på.

## Innhold

Forord .....	2
Sammendrag .....	2
Kap 1. Bakgrunn for prosjektet .....	4
Kap 2. Målsetting og målgruppe .....	4
Kap 3. Prosjektgjennomføring/metode.....	4
Kap 4. Resultater, vurdering av effektmål og resultatvurdering .....	5
Kap 5. Oppsummering/Konklusjon/Videre planer .....	6
Referanser/litteratur .....	6
Vedlegg.....	6

## Kap 1. Bakgrunn for prosjektet

Suldal Kommune er en stor utkantkommune med et areal på 1737 km<sup>2</sup>, ikke langt fra samme areal som Vestfold fylke. Med våre 3836 innbyggere og 1891 fritidsboliger er det en aktiv kommune med mye landbruk, industri og friluftaktivitet. Suldal har Rv13 (Nasjonal Turistvei) som hovedfartsåre gjennom dalen, samtidig som vi ligger midt mellom Preikestolen og Trolltunga. Mange ferdes gjennom, samt stopper igjen i vår kommune, noe som øker sannsynligheten for at uhell kan skje.

Fra kommunesenter i Sand er det 2 timer til nærmeste sykehus (Haugesund). Fra Sand til utkantgrendene Nesflaten, Suldalsosen, Erfjord, Jelsa, Ropeidhalvøya og Vanvik er det 1-1,5 timer i bil. På bakgrunn av disse avstandene må folk vente lenge på hjelp, da er deres personlige kunnskaper avgjørende for eget og andres liv.

Gjennom "bygda i beredskap" vil vi vise befolkningen at det nytter å forberede seg. Dette skal vi sikre ved å spre informasjon om akutte sykdommer og skader. Lære hvilke faresignaler en skal se etter, hvem en skal varsle og hvilke tiltak som skal gjøres for å begrense skadeomfanget. Suldal Røde Kors ønsker å bidra til at flere overlever. Vi vil være indirekte årsak til at personer i nød får hjelp av familie, venner, kjente eller forbipasserende.

Prosjektet skal øke innbyggernes personlige beredskap innen førstehjelp. Folk skal kunne «kjeden som redder liv». Dette vil gode forutsetninger til å lykkes. For å få dem interessert sendes ut et fengende hefte som skal gi dem lyst til å lese og lyst til å delta på kurs. Heftet skal være utformet som et oppslagsverk, dersom noe skulle skje. Korte og konkrete tips om faresignaler en skal se etter ved sykdom eller skade, hvem en skal varsle og hvilke tiltak som skal gjøres for å begrense skadeomfanget. Våre hjertestartere skal gjøres bedre kjent, det skal tydeliggjøres hvor er de og hvordan alle kan bruke dem.

## Kap 2. Målsetting og målgruppe

Prosjektets målgruppe var fastboende og hytteeiere i Suldal Kommune over 16år. Vi har 1946 boliger og 1891 fritidseiendommer. I vårt prosjekt fikk alle disse adressene vårt informasjonshefte, noe som var målet. Målsetningen om at 150 personer skulle møte på kurs ble tilnærmet nådd, det var 137 som møtte. Til nå har 4110 personer sett vår film på youtube. Vi har også nådd mange gjennom innlegg i sosiale medier.

Med all publikasjonen dette prosjektet har fått har vi truffet målsetningen og vel så det. Vi er veldig glad for at initiativet og engasjementet har gitt kunnskap langt utfor kommunens grenser.

## Kap 3. Prosjektgjennomføring/metode

Da søknaden var innvilget og prosjektet kunne realiseres fikk vi innhentet gode tilbud på utstyr og materiell gjennom vår samarbeidspartner Røde Kors Førstehjelp AS. Deres markedsansvarlige hjalp oss med design av et veldig flott hefte som ble distribuert til flere tusen mottakere. Resultatet av gode priser medførte at vi fikk mer ut av innkjøpet enn først budsjettert. Dette gjorde at vi bestilte flere førstehjelpspakker for utdeling. Vi fikk også kjøpt to skarpe hjertestartere for vår beredskap, som henger tilgjengelig for alle 24/7. Disse skal innen kort tid plasseres på Røde Kors huset, som ligger sentralt i kommunesenteret og Røde Kors hytta, som ligger i fjellområdet hvor vi har flest hytter. Disse vil bli synlig i hjertestarterregisteret på [www.113.no](http://www.113.no).

Den opprinnelige tidsplanen, som søknaden hadde beskrevet ble noe ambisiøs og vi ble nødt til å endre dette. Bakgrunnen var kapasiteten til de frivillige instruktørene og muligheten for å holde kurs i de aktuelle grendene av kommunen. For å løse dette på en bedre måte søkte vi om utsettelse et år.

På vei inn i år to, med gjennomføringsplanen klar, ble vi som alle andre stoppet av koronapandemien. Dette varte og rakk, noe som presset oss til å søke om ytterligere en utsettelse. Vi holdt nettkurs da alt var helt nedstengt. De «lukene» når samfunnet ble åpnet fikk vi gjennomført flere kurs og kom i mål med planen. Sett i sammenheng med disse utfordringer er vi veldig fornøyd med at 137 personer deltok.

Filmen forsøkte vi å få til flere ganger. Også her fikk vi utfordringer. Den første gangen røk filmutstyret til firmaet vi hadde engasjert. Videre ble det vanskelig å samle alle aktører som vi ønsket. Flere måtte søke internt for godkjenning. Samtidig er alle i beredskap og kan ikke garantere oppmøte. Da vi endelig hadde alt på plass klaffet det skikkelig og alle vi hadde invitert møtte. En fantastisk film vi er veldig stolte av og som ble mye delt på sosiale medier. Se filmen her: <https://www.youtube.com/watch?v=OFewbVrQL18>.

Publisiteten og omdømmet prosjektet har gitt medførte at konseptet "bygda i beredskap" fikk flere gaver. Flere lokale bedrifter gikk sammen og overrakte en gave på 30.000kr. Disse pengene ble brukt til mer opplæringsmateriell. Vår lokalbank gav også penger til hjertekompresjonsmaskin som vi donerte til bygda, stasjonert og driftet av helseforetaket sin akuttambulans. De gav også hjertestarter til vår beredskapsambulans, samt nettbrett for kommunikasjon med AMK. Det er bare helt fantastisk!

## Kap 4. Resultater, vurdering av effektmål og resultatvurdering

I dette prosjektet er det antall personer som har møtt på kurs som er målbart. Det er vanskelig å måle om syke/skadde har fått behandling, men vi vet at alt som settes på

dagsorden med stort fokus nytter. Det er heller ingen tvil om at de 137 personene som møtte på kurs og de flere hundre som vi har nådd på stand eller via sosiale medier er gode ambassadører for et tryggere samfunn. Det at vi også har fått plassert ut flere skarpe hjertestartere på steder hvor mye folk ferdes kan mulig redde liv en dag.

## Kap 5. Oppsummering/Konklusjon/Videre planer

Vi har egen samarbeidsavtale med Suldal Kommune, denne forventer at Suldal Røde Kors Hjelpekorps drifter hjertestarterstasjoner og synliggjør disse på [www.113.no](http://www.113.no). Avtalen sikrer også det økonomiske for vedlikeholdet og gir korpset mulighet til opplæring av egne medlemmer (som hjelpekorpsere og beredskapsvakter). Dette vil bidra til at vi holder fokus på beredskapen og videre opplæring. Vi vil etter prosjektperioden bidra med åpne kurs for at personer kan holde seg oppdatert. Ikke i samme skala som prosjektet har gitt muligheten til, men sånn at tilbudet finnes.

## Referanser/litteratur

Ikke aktuelt.

## Vedlegg

- Brosjyre, bygda i beredskap (Suldal Røde Kors)
- Rollup, bygda i beredskap (Suldal Røde Kors)
- Utklipp fra Facebook innlegg