

Aktivitetsplan Hjelpekorpsset

2015 / 2016

Gul: Obligatorisk for å fullføre Hjelpekorps-kursen
Lysblå: Vinter BS-aktivitet som Hjelpekorpsset er ansvarlig for.
Rød: Sanitetsvakt. En fra Hjelpekorpsset er ansvarlig. Medlemmer fra Vinter BS og Hjelpekorpsset er med og deltar.
Grønn: NF Grunnkurs Bre (i lag med Vinter BS)

Høsten 2015

Dato	Aktivitet	Ansvarlig
01.09.15	OPPSTARTKVELD Målsetting for kvelden: 1. Info om Hjelpekorpsset, aktivitetsplan 2. Info om loggbok, NF og instruktørutdanning. 3. Info om hvordan utkalling til redningsaksjoner foregår og hva som forventes av den enkelte 4. Valg av nye ledere	Magne, Nina-Elisabeth
5.9.-6.9.15	EN NATT UTE (AKTIV I FRILUFT)	Mulighet å stille som sanitetsvakt her
15.09.15	MEDLEMSKVELD	Ingeborg Runde
22.09.15	MEDLEMSKVELD	Ingeborg Runde & Magne Hestem
18.09.- 20.09.	DUGNADSTUR TIL REINDALEN Målsetting for helgen: 1. Ferdsel og sikkerhet i grupper 2. Opptreden ved helikoptertransport 3. Hytta skal være klar til bruk for vinteren	Sara Orstadius & Sally Hovelsø
29.09.15	INTRO TIL SKADESMINKE Målsetting for kvelden: 1. Intro til enkel skadesminke 2. Instruksjon av markører	Nina-Elisabeth Storvik

06.10.15	DEPOTKVELD <u>Målsetting for kvelden:</u> 1. Bli bedre kjente med plassering og utstyrets funksjoner. 2. Hva kan alle bruke og hva kan ikke røres av utstyret.	Dag Fjeld?
13.10.15	REPETISJON FØRSTEHJELP: <u>Målsetting for kvelden:</u> 1. Repetere ABCDE 2. Repetere HLR	Calle Schönning?
16.- 18.10.15	VIDEREGÅENDE FØRSTEHJELPSKURS 20 TIMER: INSTRUKTØRER FRA NORSK LUFT AMBULANSE MÅLSETTING FOR KURSET: 1. Rask repetisjon av kurset i fjor 2. Fullføre opplæring i bruk av hjertestarter. 3. Behandling av nedkjølte og hypotermi mennesker 4. Mini PHTLS kurs?	Ansvarlig kursleder: Carl Robert Christiansen + veiledere fra LRKH
20.10.15	MEDLEMSKVELD	
27.10.15	PSYKOSOSIAL FØRSTEHJELP Første kveld	Anna Eckhardt
03.11.15	PSYKOSOSIAL FØRSTEHJELP Andre kveld	Anna Eckhardt
10.11.15?	KART, KOMPASS OG GPS <u>Målsetting for kvelden:</u> 2. Misvisning og begrensninger 3. Praktisk bruk	
Dato kommer	VHF & SAMBAND <u>Målsetting for kvelden:</u> 1. Sambandsdisiplin 2. Enfrekvent, tofrekvent, radioskugga 3. Bruk av repeater	Stig Onarheim
17.11.15	MEDLEMSKVELD	

13.- 16.11.15	FØRSTEHJELPSKURS DEL 1 Behov for veiledere og markører	Kursleder: Carl Robert Christiansen
24.11.15	TEMA: KORPSET PÅ AKSJON <u>Målsetting for kvelden:</u> Rutiner og prosedyrer ved aksjon, krav til mannskap på aksjon m.m.	Victor Eklund
27.11- 1.12.15	FØRSTEHJELPSKURS DEL 2 Behov for veiledere og markører Lørdag Søndag Mandag 30/11: 18-21 EKSAMEN Tirsdag 1/12: 18-21 EKSAMEN	Kursleder: Carl Robert Christiansen
07.12.15	REDNINGSØVELSE Trenger frivillige veiledere og markører	Magne Hestem
08.12.15	JULEAVSLUTNING SAMMEN MED VINTER B	Ingeborg Runde

Våren 2016

Dato	AKTIVITET	Ansvarlig
Dato kommer	EVT. REPETISJON + FORDYPNING – SKRED INNE	Skredgruppa
Dato kommer	EVT. REPETISJON + FORDYPNING – SKRED UTE	Skredgruppa
29.- 31.01.16	HYTTETUR Hyttetur til Reindalshytta med hjelpekorpsset. Mer info kommer!	
01.02.16	SKRED OPPLÆRING UTE-VINTER BS Skredgruppa har hovedansvar for øvelsen. Personer fra Hjelpekorpsset kan være med som hjelpveiledere om de har gått veilederkurs og har kvitt kort. De som ikke har kvitt kort tar begge kveldene (teori: 25.1.16 og praksis: 1.2.16 sammen med Vinter BS).	Skredgruppa + Hjelpveiledere fra Hjelpekorpsset
Dato kommer	VEILEDERKURS	Kursleder: Lars Atle Skorpen
Dato kommer	ARCTIC TRUCK: <u>Målsetting for kvelden:</u> 1. Kjøretraining 2. Grunnleggende kjennskap til bilen. 3. Grunnleggende kjennskap til utstyret i bilen.	Jørgen eller Tore?
Dato kommer	ØVELSE M/SCOOTER, SØK I TERRENGET <u>Målsetting for kvelden:</u> 1. Repetisjon av søkemetoder og gjennomføring av søk ved hjelp av scooter. 2. Organisering og gruppeledelse ved søk i terrenget. 3. Praktisk øvelse søk i terrenget.	
Dato kommer	SPITSBERGEN UP AND DOWN	6 personer

Dato kommer	SKREDØVELSE: SAMØVELSE MED SMS OG LUFTRANSPORT Målsetting for øvelsen: Fullskalaøvelse – utkalling av hele korpset i samarbeid med SMS og Lufttransport.	Skredgruppa
Dato kommer	FERDIGHETSTRENING FØRSTEHJELP Mulighet for Hjelpekorpsset å være med som hjelpeveiledere.	
26.-28.02.16	EXAMENSHELG VINTER B	
Mandag 29.2.16	EKSAMEN KVITT KORT Tas sammen med eksamen til Vinter BS for de som ikke har kvitt kort enda.	Koordinator
Dato kommer	SKREDWORKSHOP	
06.03.16 KI 1900	ÅRSMØTE LRKH	Styret
Evt?	REDNING SNØDEKT BRE Målsetting for kvelden; 1.Snøsikkeringsmidler 2.Rigging av talje 3.Heising av person	Bregruppa
Lørdag 12.03.16	SOLLEKENE	
Dato kommer	SJØIS & REK-KJØRING Målsetting for kvelden: 1.Sikker ferdsel og redning på sjøis (Tempelfjorden) 2.Rek-kjøring med skuter	
Dato kommer	CHINESE DOWNHILL	
Mai 2015	GRILLAFTEN MED VINTER B	
Juni 2016	FORBEREDELSE BREKURS	Bregruppa

04.06.16	SPITSBERGEN MARATON	
Juni 2015	NF GRUNNKURS BRE (I LAG MED VINTER B)	Bregrupper

Andre emner som muligens kan tas opp:

- psykososial førstehjelpskurs
- flere øvelser
- andre emner dere gjerne vil ta opp i gruppen