

Vandringsinstruks for Natteravnene



på Lambertseter

Før vandring:

- Oppmøtested: Lambertseter Fritidsklubb (Langbølgen 2)
- Her oppbevares refleksevester, førstehjelpstasker, loggbok, telefon m.m.
- Kveldens vandrere skriver seg inn i loggboken før vandringen starter, og da er vandrerne forsikret gjennom Gjensidige forsikring under vandringene.
- Les gjennom de siste vandringene i loggboken for å se om det er viktig informasjon.
- Alle skal ha på seg gul refleksevest og hver gruppe tar med seg en førstehjelpstaske. Ta en rask kikk i tasken for å bli kjent med innholdet i den.
- Innhold i førstehjelpstasken:
 - Enkelt førstehjelpsutstyr
 - Mobiltelefon
 - Lommelykt
 - Notatblokk og penn
 - Viktige telefonnumre er lagret på mobilene
- Mangler det noe i førstehjelpstasken, skriv det opp i loggboken/ta kontakt med natteravnansvarlig for den lokale gruppen.
(e-post: lambertseterfau.natteravnene@gmail.com)

Under vandring:

- Alle natteravngrupper skal bestå av minimum 2 personer og aller helst 3-5 personer. Husk at ingen skal gå alene som natteravn.
- Vær hyggelig og høflig. Natteravnene skal fremstå som rolige og trygge voksne mennesker. Snakk med dem man møter og vær imøtekommende. Spør om hvor de har vært, hva de skal, hva de pleier å gjøre, hvem de er sammen med osv. De aller fleste ungdommer synes det er veldig hyggelig når voksne er interessert i hvem de er og hva de driver med. Vårt formål er å hjelpe ungdom og skape trygge omgivelser for alle, spesielt de under 18 år. Vi ønsker å forebygge negative og uønskede episoder blant ungdom og andre som ferdes ute.
- Beruset ungdom
 - Observer og følg med på det som skjer. Bruk fornuft og vurder situasjonen.
 - Spør om de har det bra. Ønsker de hjelp til å komme seg hjem, ringe foreldre eller andre, kan vi prøve å hjelpe til med det.

-Offentlig drikking er ikke ønskelig, men Natteravnene har ingen moralsk plikt til å rydde opp i dette selv om det gjelder mindreårige. Notér det i loggboken og gi beskjed til politiet ved gjentakende aktivitet.

-Er det vanskelig å få kontakt med vedkommende, han/hun svarer dårlig på spørsmål, klarer ikke å gjøre rede for seg? Kontakt politiet/ambulanse, forklar situasjonen og spør om hjelp.

-Sørg for at vedkommende får puste og vent på hjelp.

- Ved skader/behov for førstehjelp

-Vurdér situasjonen og tilkall hjelp ved behov.

Hvis personen er våken:

-Si hvem du er og spør om det går bra, og om han/hun trenger hjelp.

-Gi førstehjelp hvis nødvendig.

-Hjelp etter beste evne vedkommende med å komme seg hjem, kontakte foreldre/venner.

Hvis man ikke oppnår kontakt:

-Sjekk at vedkommende puster og forsøk å få kontakt ved tilsnakk og berøring.

-Tilkall hjelp og gi førstehjelp om nødvendig.

- Natteravnene griper aldri inn i konflikter eller situasjoner som er uoversiktlige og potensielt farlige. Vi skal ikke utsette oss selv for fare eller unødvendige ubehageligheter.

-Ved krangling: Hold avstand, observér og ring politiet hvis det eskalerer til fysisk vold. I de aller fleste tilfellene vil Natteravnens tilstedeværelse være nok til at kranglingen avtar. Det er ikke like gøy når synlige voksne følger med på det man driver med.

-Fysisk vold, dvs. slåssing, dytting, fysisk plaging, overgrep: Hold avstand, observér og ring politiet umiddelbart!

Ved behov for å ringe politiet, ambulanse eller andre hjelpeinstanser:

- Si **hvem** du er: "Hei, dette er fra Natteravnene Lambertseter"
- Forklar **hvor** du er og **hva** som skjer.
- Følg politiets (eller andres) instruksjoner.

Politi: 112 nødnummer – ved f.eks. alvorlige voldshendelser

Politi: 02800 – ved behov for hjelp som ikke er akutt, f. eks. store ansamlinger av ungdom med mye uro, hærverk, behov for hjemkjøring av beruset ungdom.

Ambulanse: 113 – ved alvorlig skade eller tilnærmet bevisstløs beruselse.

Etter vandring:

- Skriv en liten kommentar om kveldens vandring. Husk at "Alt ok" eller "Rolig kveld" også er nyttig informasjon.
- Vester, førstehjelpstasker og loggbok legges tilbake til oppbevaringsplass før man går hjem.
- **Ved alvorlige hendelser, ubehagelige situasjoner eller situasjoner hvor man var usikker på hvordan man skulle håndtere**
-ta kontakt med natteravnansvarlig/natteravnadministrasjonen på tlf 23 00 21 20.