

2021/2022

Informasjons hefte for Lokallag i NSF Student



NORSK
SYKEPLEIERFORBUND

©Norsk Sykepleierforbund, Oslo 2021
www.nsfstudent.no

Trykket i Innlandet
Flisa Trykkeri AS

Dette heftet oppdateres hvert år og vi setter alltid pris
på tilbakemeldinger.

Dersom du ser at det er noe som mangler i heftet, eller
noe du ønsker å endre på må du ikke nøle med å ta
kontakt. Send studentkontoret i Norsk
Sykepleierforbund en henvendelse så oppdaterer vi
heftet for å gjøre det enda bedre for deg som tillitsvalgt.



**NORSK
SYKEPLEIERFORBUND**

Innholdsfortegnelse

TIL ALLE LOKALLAG I NSF STUDENT	5
1.0 LITT OM NSF STUDENT	6
1.1 ORGANISASJONSKART	7
1.2 VERV I NSF STUDENT	9
1.2.1 Studentledelsen	9
1.2.2 Studentstyret	10
1.2.3 Fylkesrepresentanter	11
1.2.4 Lokallag	12
2.0 HVA ER ET LOKALLAG?	13
2.1 RETNINGSLINJER FOR ETABLERING AV LOKALLAG	14
2.2 ETABLERING/OPPRETTELSE AV LOKALLAG	14
2.2.1 Allmøter	14
2.2.2 Konstituering av lokallag og valg av ledelse	14
2.3 RUTINER FOR NSF STUDENT LOKALLAG	15
2.4 ANDRE ROLLER I LOKALLAGET	15
3.0 ØKONOMI	16
3.1 SØKNAD OM ØKONOMISKE MIDLER	16
3.2 MAT TIL ARRANGEMENTER	17
3.3 BESTILLING AV STRØARTIKLER OG ANNET	17
3.4 REISEREGNINGER	18
3.5 LOKALLAGSRAPPORTERING	19
4.0 HVA KAN ET LOKALLAG GJØRE	20
4.1 LOKALLAGSMØTER	21
4.2 FORSLAG TIL AKTIVITETER	23
4.2.1 Medikamentregningskurs	23
4.2.2 Rettigheter i praksis	23
4.2.3 Kurs i smittevern	24
4.2.4 Zoom møter og Kahoot	24
4.2.5 Anatomiquiz	24
4.2.6 Fagdager	25
4.2.7 Arbeidsforberedende kurs	26
4.2.8 Konkurranser	26

4.3 HVORDAN LAGE ARRANGEMENTER 101	26
5.0 AKTIV VERVING GJENNOM ÅRET	28
6.0 MARKEDSFØRING	30
6.1 NETTSIDE.....	30
6.2 SOSIALE MEDIER	30
6.2.1 Facebook	32
6.2.2 Instagram	33
6.3 BILDER TIL MARKEDSFØRING.....	34
6.4 CAMPUS	37
7.0 HVA SKJER I NSF STUDENT FOR DEG SOM LOKALLAGSLEDER	38
7.1 HVA ER ÅRSMØTET?	38
7.2 HØSTKONFERANSEN	40
7.3 VÅRKONFERANSEN	41
8.0 BISTAND FRA NSF STUDENT/KONTAKTINFORMASJON	42
8.1 STUDENTKONTORET	42
8.1.1 Hva kan studentkontoret bistå med?	42
8.2 STUDENTSTYRET	43
8.3 FYLKESREPRESENTANTER	45
8.4 FYLKESKONTORENE	47
8.4.1 Bistand fra fylkeskontorene	47
9.0 VEDLEGG.....	48
9.1 VEDLEGG 1 – SØKNADSKJEMA FOR ETABLERING AV LOKALLAG.....	48
9.2 VEDLEGG 2 – LOKALLAGSRAPPORT	49
9.3 VEDLEGG 3 – SØKNAD OM MIDLER.....	52
9.4 VEDLEGG 4 - RUTINER FOR NSF STUDENTS LOKALLAG	54
9.5 VEDLEGG 5 - RETNINGSLINJER FOR ETABLERING AV LOKALLAG.....	56
9.6 VEDLEGG 6 - Årshjul	57
9. 8 VEDLEGG 8 – VEILEDER FOR ANSVARSFYLKER.....	61

TIL ALLE LOKALLAG I NSF STUDENT

Tusen takk for at du har lyst å være med i «NSF Student familien» med å drive et lokallag. Vi er veldig glade for å ha dere med på laget! Dere gjør en utrolig viktig jobb med å være både synlig for medlemmene og sykepleierstudentene, ved å blant annet arrangere faglige og sosiale arrangementer på vegne av NSF Student. Dette er vi veldig takknemlige for!

For å gjøre jobben deres litt enklere har vi laget dette informasjonsheftet, med all informasjon du måtte trenge. Her ligger både de formelle retningslinjene for hva et lokallag er og skal gjøre. Tips og triks, praktisk informasjon og kontaktinformasjon. I tillegg ligger det informasjon om rapporten dere **skal** levere på slutten av skoleåret og en haug med tips og triks.



Under ser dere kontaktinformasjon til studentkontoret. Øvrig kontaktinformasjon finner dere i kapittel 9.

Kontaktinformasjon:

Studentledelsen:

Edel, studentleder: edetar@nsf.no

Sigrid, studentnestleder: siglar@nsf.no

Rådgivere:

Trine Skaar: triska@nsf.no

Nina Tollehaug: nintol@nsf.no

Telefon:

994 02409

(Be om å bli satt over til NSF Student)



1.0 LITT OM NSF STUDENT

NSF Student er studentorganisasjonen i Norsk Sykepleierforbund. Det betyr at vi jobber kun rettet mot sykepleierstudentene i landet, som er medlem av NSF. Vi jobber selvsagt sammen med NSF og samarbeider på alle relevante områder og vice versa.

- *Per 2021 representerer vi over 14.400 sykepleierstudenter, og er med det hele 12% av organisasjonen!*

Som et forbund for dere, jobber vi både for deres rettigheter, men også som en profesjonsorganisasjon. Det betyr at vi også jobber mye med faget. Både når det kommer til praksis og hvordan den best mulig skal løses, samt utdanningen generelt.

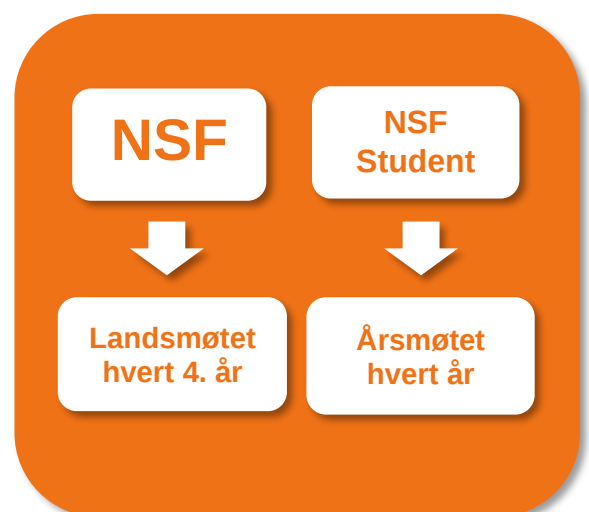
Ett eksempel på det er den nye sykepleierutdanningen som kom i 2019:

Lang historie kort, så bestemte Kunnskapsdepartementet (KD) seg for å oppdatere alle helse- og sosialfagutdanningene i Norge, deriblant sykepleierutdanningen. Her ble både formålet med utdanningen, hvordan praksis skal legges opp og alle læringsutbyttene i utdanningen oppdatert. Dette var NSF Student med på å bestemme og vi ble hørt! Dette betyr er at å engasjere seg i NSF Student betyr noe og dere er med på å gjøre endringer for sykepleierstudentene i landet.

Det finnes **mange** måter å engasjere seg på. Én måte er gjennom NSF Students lokallag. Vi har skrevet en del om alle typer verv i NSF Student i dette heftet, for å gi en bedre forståelse av hvordan NSF Student jobber.

Vi håper at det å engasjere seg i NSF Student vil føre til at du føler en større trygghet på hva som er viktig for sykepleierstudenter, men også at det kan gi deg en kickstart på hva som er viktig å tenke på når du blir ferdig utdannet sykepleier. Én ting som er viktig å huske på, er at NSF Student **ikke** er de som er ansatt og politisk valgt.

NSF Student er alle oss. Alle sykepleierstudentene, alle tillitsvalgte, alle valgte og alle ansatte. Sammen utgjør vi NSF Student. Det er derfor det er så viktig at vi jobber sammen som et talerør for studentene, for det er da vi kan si at vi representerer over 14.400 sykepleierstudenter og det gjør at vi får større påvirkningskraft.



Siden NSF Student er en del av organisasjonen NSF, må alt vi gjør følge NSF's vedtekter. Det er kort fortalt fordi NSF ikke kun er de ansatte og politisk valgte, men alle medlemmene sammen. For at NSF da skal kunne si vi jobber for medlemmene, må det være medlemmene som bestemmer.

Dette gjøres ved at vedtekter, politikk og områder NSF skal jobbe med revideres og bestemmes på NSF's landsmøte. Landsmøtet til NSF er det samme som årsmøte er for NSF Student, men til forskjell fra oss som har vårt årsmøte hvert år, har NSF sitt landsmøte hvert fjerde år. Grunnen til at vi skriver litt om dette, er fordi NSF Student ikke er en egen organisasjon, men en «under gren» i NSF. Vi må derfor følge NSF sine vedtekter.

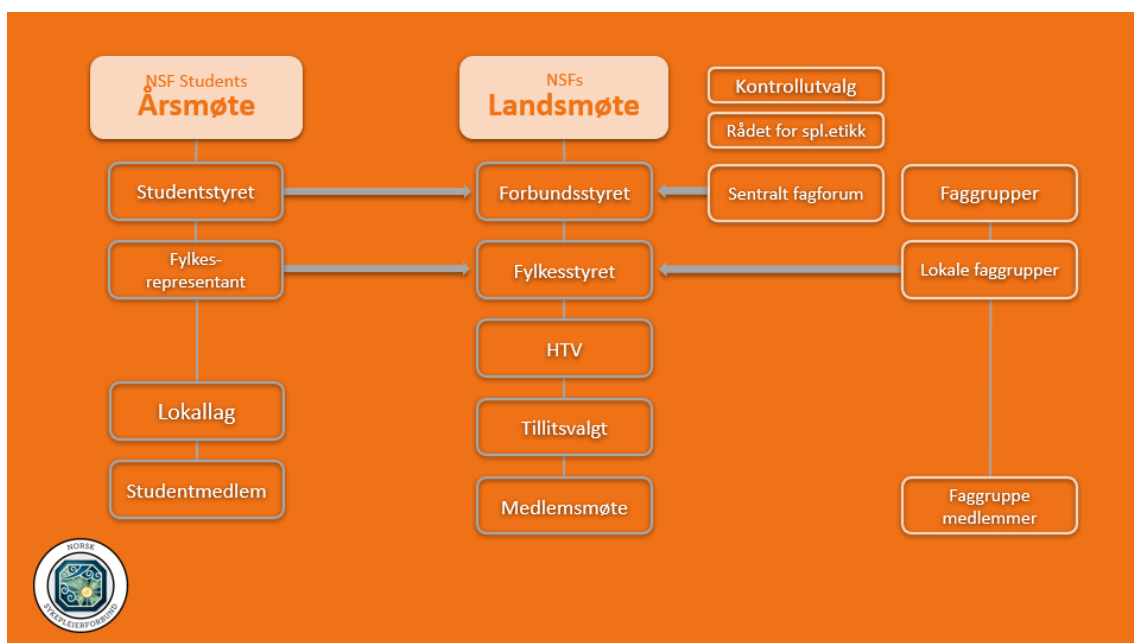
1.1 ORGANISASJONSKART

Norsk Sykepleierforbund har et eget organisasjonskart som forklarer inndelingen i organisasjonen. Dette tenker vi kan være greit for deg å se, da det på en enkel måte forklarer forskjellen på NSF Student og NSF, og hvordan vi er koblet sammen.

Som dere ser under, har NSF Student sitt årsmøte (som arrangeres hvert eneste år), på lik linje som NSF har sitt landsmøte (som arrangeres hvert 4. år). På årsmøtet velges studentstyret, med studentleder som sitter som et fullverdig medlem i forbundsstyret. Forbundsstyret blir valgt på NSF's landsmøte.

NSF Student sine fylkesrepresentanter sitter som fullverdige medlemmer i NSF sine fylkesstyret.

Og så har NSF lokale tillitsvalgte og hovedtillitsvalgte (HTV), litt på samme måte som vi har lokallag på skolene.



I tillegg har vi noen andre grupper som dere ser:

- **Kontrollutvalg**

Kontrollutvalget skal holde oversikt og kontroll på mengdebruken mellom landsmøtene og sikre at midlene blir brukt på en fornuftig måte i forhold til NSF sine strategiske mål. Én representant fra kontrollutvalget skal delta på forbundsstyremøtene og særlig i møter som har med økonomi å gjøre.

- **Rådet for sykepleieetikk**

Rådet for sykepleieetikk ønsker å være en adresse for sykepleiere, sykepleiestudenter og andre om etiske spørsmål knyttet til sykepleie, og delta aktivt i den offentlige debatt om pleie og omsorgstjenestens vilkår og utfordringer. Leder av etisk råd sitter også i forbundsstyret, men har kun tale og forslagsrett, ikke stemmerett.

- **Sentralt fagforum**

NSF har i dag 35 faggrupper som utgjør Sentralt fagforum (SF). SF skal bidra til å fremme Norsk Sykepleierforbunds overordnede formål, prinsipper og prioriteringer, med særlig fokus på fag, utdanning og helsepolitikk. Arbeidet til faggruppene er et viktig bidrag for sykepleiefagets identitet og det bidrar til å videreutvikle og formidle forskning og erfaring. Også lederen av Sentralt fagforum sitter i forbundsstyret med tale og forslagsrett. Faggruppene er ofte svært samarbeidsvillige på lokale arrangementer! De stiller gjerne opp på stand og kan på den måten få vist frem ulike videre- og masterutdanninger innen sykepleie!

1.2 VERV I NSF STUDENT

Det å ha et verv i NSF Student betyr også at du må følge vedtektene. Det er ikke så skummet som det kanskje høres ut. Vi kan gi deg noen eksempler ved å sitere det som angår NSF Students ulike verv i vedtektene til hvert av underpunktene.

I tillegg kan det være fint å merke seg at du kan ha et verv i NSF Student, selv om du er ferdig utdannet i løpet av perioden. Kort forklart betyr det at du kan ha verv selv om du er sisteårsstudent og er ferdig utdannet august dette året, fordi du fremdeles er student når du stiller til valg i mars/april. Du kan altså sitte med verv det første året du er nyutdannet. Du ser også at studentledelsen kan stille til gjenvalg opp til én gang. Men de må stille på nytt på lik linje med alle andre som stiller, og sitter ikke automatisk i to år.

1.2.1 Studentledelsen

NSF Student har en studentleder og en studentnestleder som blir valgt på årsmøte. Disse sitter ett år av gangen og er de øverste representantene for NSF Student. Disse sitter som valgt på fulltid, som betyr at de for ett år har som jobb å representere studentmedlemmene i NSF. Dette lønnes de også for av NSF. De har begge kontor på NSFs hovedkontor i Oslo og sitter her sammen med to studentrådgivere.

Studentledelsens viktigste jobb er å få studentstyret til å jobbe sammen med dem om å få gjennomslag for det dere bestemmer på årsmøtet. De kan ikke jobbe for andre meninger eller ytringer enn det sykepleierstudentene bestemmer på årsmøtet. De skal også avholde studentstyremøter, jobbe for dere som er tillitsvalgte og påvirke beslutningstakere med den politikken som ble vedtatt på årsmøtet.

NSFS VEDTEKTER 2019-2023

§ 6 STUDENTORGANISERING

A. Organisatorisk struktur

Studentmedlemmer i NSF inngår i en organisatorisk struktur bestående av:

- fylkesrepresentanter
- årsmøtet
- studentstyret

E. Valg til studentmedlemsverv

Valg av fylkesrepresentanter og delegater til årsmøtet gjennomføres ordinært innen utløpet av april, med virkning for ett år, regnet fra 1. juni etter at valget fant sted.

Studentmedlemmenes delegater til NSFs landsmøte velges samtidig, det året landsmøtet finner sted. For øvrig gjennomføres valg etter eget valgreglement som fastsettes av forbundsstyret.

NSFS VEDTEKTER 2019-2023

E. Valg til studentmedlemsverv

Et studentmedlemsverv kan opprettholdes til valgperiodens utløp, selv om innehaveren av vervet fullfører sin utdanning i løpet av perioden.

Avtroppende leder og nestleder av studentstyret kan stille til gjenvalg som leder eller nestleder én ytterligere valgperiode opptil ett år etter endt studentmedlemskap.

1.2.2 Studentstyret

Studentstyret blir også valgt på årsmøtet og sitter i vervet ett år av gangen. Studentledelsen er også en del av studentstyret som helhet. Den største forskjellen er at studentledelsen jobber fulltid på ett år, mens styremedlemmene kan studere og jobbe ved siden av. Alle sykepleierstudenter som er medlem av NSF kan stille til alle typer verv, også som studentstyremedlem. Du kan også ha flere verv samtidig.

Å sitte i studentstyret er en stor rolle og er det øverste organet til sykepleierstudentene i NSF mellom årsmøtene. Det betyr at det er de som tar bestemmelser for NSF Student ut fra politikken som blir bestemt på årsmøtet. I tillegg fordeles ansvar innad i studentstyret. Blant annet ansvar for ulike fylker. Du kan lese mer om dette under punkt 9.2 - Studentstyret. Her vil du se at du har en kontaktperson i studentstyret som kan hjelpe det med det du måtte trenge i vervet. Men det er også viktig å huske på at du overhodet ikke trenger noen spesiell erfaring for å sitte i studentstyret! Bare det at du er sykepleierstudent, gjør deg ekspert på nettopp det å være sykepleierstudent. Et studentstyret er tross alt best dersom man har ulike erfaringer. Studentstyret er gjerne en god blanding av 1., 2., 3. og 4. årsstudenter, både heltid og deltidsstudenter. I studentstyret for 2019-2020 hadde vi også en stor andel som var ferdig utdannet. Dette kan man også gjøre fordi vedtektene sier følgende:

► «Et studentmedlemsverv kan opprettholdes til valgperiodens utløp, selv om innehaveren av vervet fullfører sin utdanning i løpet av perioden.»

Valget av studentstyret foregår i juni, og du er dermed fortsatt student under dette valget selv om du er sisteårsstudent. Det betyr at du kan sitte som både fylkesrepresentant og studentstyremedlem selv om du er ferdig utdannet.

§ 6 STUDENTORGANISERING

D. Studentstyret

Studentstyret velges på fritt grunnlag blant medlemmene og består av leder, nestleder, 5 medlemmer og 3 varamedlemmer. Studentstyret er det utøvende studentmedlemsorgan mellom årsmøtene i henhold til mandat som fastsettes av forbundsstyret.

Leder og nestleder av studentstyret er heltidsverv med godtgjørelse fra NSF.

1.2.3 Fylkesrepresentanter

Fylkesrepresentanter og varaer blir valgt i perioden mars – april. En kan stille til valg i mars og så blir stemmer fra medstudenter i sitt respektive fylke avgitt i april. Varaene utgjør de som fikk nest flest stemmer.

Som du ser i vedtektene på høyre side, har hvert fylkesledd to fylkesrepresentanter. Dette betyr at de sitter som fullverdige medlemmer i fylkesstyret. Kort forklart betyr det at de har tale-, forslags- og stemmerett. De kan altså snakke på disse møtene og tale studentene sak, men de kan også involvere seg i sakene styret diskuterer for øvrig. De kan også foreslå ting de som studentenes representanter, mener fylkesstyret bør ta stilling til.

§ 6 STUDENTORGANISERING

B. Fylkesrepresentanter

I hvert fylkesledd velger studentmedlemmene to fylkesrepresentanter, i tillegg til mulighet for inntil to varafylkesrepresentanter der geografiske eller øvrige hensyn nødvendiggjør dette.

Fylkesrepresentantene ivaretar studentmedlemmenes representasjon og interesser, og fordeler disse oppgavene seg imellom.

- *I tillegg har de stemmerett, som betyr at de er med på å avgjøre hva styret skal vedta og jobbe for.*

Deres primære oppgave er å representere studentmedlemmene i fylket, men det er som sagt et fullverdig medlem og kan dermed engasjere seg også i de saker som interesserer dem og som de har meninger rundt.



Fylkesrepresentanter 19/20 og studentstyret 18/19 under fylkesrepresentantsamlingen dagen før årsmøtet 2019.

1.2.4 Lokallag

Slik som du ser i vedtektene sendes det en søknad til NSF's studentstyre for opprettelse av lokallag. Dette er bare en formell prosess hvor studentstyret trenger to personer som ønsker å opprette et lokallag og noen tanker om hvilke arrangementer og planer dere har for lokallaget.

Videre er hensikten med et lokallag å arrangere lokale aktiviteter for sykepleierstudentene lokalt. Dette kan være alt fra quizer, til fagdager, fagkvelder og andre. Her er det kun kreativiteten som stanser dere!

Men **alle** arrangementer arrangert gjennom NSF Student skal ha et faglig utbytte. Dere kan alltid kombinere arrangementene med sosial aktivitet også, men hovedfokuset skal ligge på det faglige.

Vi skal skrive mye mer om lokallag gjennom heftet og tips til hva dere kan gjøre!

§ 6 STUDENTORGANISERING

F. Lokallag

Lokallag kan opprettes etter søknad til studentstyret. Lokallagets avgrensning, formål og øvrige forhold reguleres av retningslinjer som fastsettes av forbundsstyret.

RUTINER FOR NSF STUDENTS LOKALLAG

Lokallag kan opprettes etter søknad til studentstyret. Lokallagets avgrensning, formål og øvrige forhold reguleres av retningslinjer som fastsettes av forbundsstyret.

Hensikten med lokalaktiviteter er å støtte opp om NSF Students formål, mål og innsatsområder. Dette inkluderer også sosiale aktiviteter, men det er i hovedsak ønskelig at aktivitetene er knyttet til sykepleiefaglige forhold.

2.0 HVA ER ET LOKALLAG?

Et lokallag er altså en gruppe som arrangerer faglige og sosiale arrangementer for sykepleierstudenter. Her er det rett og slett kun kreativiteten og fantasien som stopper dere! Lokallag kan opprettes ved **alle** studiesteder. Alle studentmedlemmer ved lokallagets studiested tilhører lokallaget. Det betyr egentlig bare det at alle sykepleierstudenter som er medlem av NSF, kan være med i lokallaget. Lokallag kan arrangere faglige tilbud til studentene, og alle studentmedlemmer tilknyttet studiestedet tilhører lokallaget. Å inneha roller i lokallag er frivillig.



- ▶ *Å ha en rolle i lokallag er ikke et formelt verv gjennom NSF Student. Likevel er dette noe av det **gøyeste og mest lærerike** du kan gjøre! Det er også en av de viktigste rollene i NSF Student!*

Her lærer du å arrangere store og små arrangementer, hvordan du skal få dette interessant for medstudentene. Hvordan du skal få folk til å delta, med både promotering og markedsføring. Du lærer organisering rundt det å booke lokaler, foredragsholdere, konferansierer, matbestilling og økonomi.



- ▶ *Å være med i et lokallag gjør at du har frihet til mye. Et lokallag kan fritt arrangere ting i regi av NSF Student til inntil 2.500 kr. Dere kan også arrangere ting som koster mer, men da **må dette søkes** om til studentleder, som er budsjettansvarlig for NSF Student. Les mer om økonomirutiner i kapittel 3.0.*

Det står litt om økonomi over her, men det finner du mer om i kapittel 3.0. Disse er det særdeles viktig at lokallaget, og spesielt økonomiansvarlig setter seg inn i.

På små studiesteder faller det også naturlig at fylkesrepresentanten bistår lokallaget da det ikke vil være mange som er tillitsvalgte gjennom NSF Student. Noen ganger er også fylkesrepresentanten lokallagsleder. Men det står ikke i fylkesrepresentantens mandat og de er derfor ikke pålagt å drive lokallag eller ha en rolle der. Vi håper likevel de også ønsker å engasjere seg i et lokallag, i tillegg til å hjelpe NSF Student med å opprette lokallag dersom det ikke finnes lokallag i deres fylker.

2.1 RETNINGSLINJER FOR ETABLERING AV LOKALLAG

Les retningslinjene i sin helhet i vedlegg 5 – «Retningslinjer for etablering av lokallag». Disse er det **veldig viktig** at alle i lokallaget leser, spesielt lokallagsleder. Under kan dere se en oppsummert liste for hvordan man etablerer lokallag.

2.2 ETABLERING/OPPRETTELSE AV LOKALLAG

For å opprette et lokallag, sender dere inn et utfylt skjema for etablering av lokallag, som dere ser i vedlegg 1 – «Søknadsskjema for etablering av lokallag». Dette skjemaet skal sendes inn til studentnestleder eller studentrådgiverne, og godkjennes av studentstyret. Da må det navngis to personer som skal **konstituere**, altså opprette lokallaget. Først da kan man holde møte for å velge leder og økonomiansvarlig.

2.2.1 Allmøter

Etter at en søknad om opprettelse av lokallag er sendt inn til studentstyret, og blitt godkjent, må det innkalles til et *allmøte* for å etablere lokallaget. Et allmøte betyr at alle sykepleierstudentene ved ditt studiested skal være kjent med at dere arrangerer et allmøte, og det skal gjøres senest 3 uker på forhånd! Dette kan dere få hjelp av studentkontoret til å gjøre. De har et system for å sende ut SMS til alle sykepleierstudentene som er medlem på din skole. Ytterligere informasjon, kan gis og deles på ulike Facebooksider til kullene på studiestedet eller så kan dere ha stand på campus! Det viktigste er bare å huske på at alle sykepleierstudentene ved deres campus som er medlem av NSF skal vite at dere holder et allmøte og at dere skal opprette et lokallag.

2.2.2 Konstituering av lokallag og valg av ledelse

På allmøtet skal det velges:

- En lokallagsleder
- En økonomiansvarlig

Disse to er ansvarlige for å følge retningslinjene og rutinene til NSF Student.

Lokallagsleder plikter også å sette seg inn i NSF's vedtekter. Alt dette er ting dere også får opplæring i under NSF Students tillitsvalgtkonferanser, som du kan lese mer om i kapittel 8.2 Høstkonferansen og 8.3 Vårkonferansen.

2.3 RUTINER FOR NSF STUDENT LOKALLAG

Denne finner dere også som vedlegg 4 – «Rutiner for NSF Students lokallag», i sin helhet. Her står blant annet de økonomiske kravene til et lokallag, noe vi går dypere inn på i kapittel 3.0. Det som er viktig å tenke på uansett, er at **alle NSF Students arrangementer skal være gratis** for medlemmer. Ikke-medlemmer kan melde seg inn på stedet. Ser man på kostnaden for kontingent sammenliknet med påmelding for ulike arrangementer, vil kontingenten som regel være lavere og det lønner seg derfor å være medlem.

Det er også viktig å nevne at arrangement gjennom NSF Student ikke skal inneholde alkohol. Dette gjelder både servering og innkjøp av alkohol.

2.4 ANDRE ROLLER I LOKALLAGET

For at lokallagets medlemmer også skal ha et ansvarsforhold til lokallaget, har flere lokallag de siste årene også fordelt andre roller. Dette kan eksempelvis være:

- **Nestleder i lokallaget**
Flere lokallag har delt denne rollen slik at nestleder også er økonomiansvarlig. Det er **ingen** regler som sier at en **må** ha en nestleder, men det kan være veldig fint å hjelpe lokallagsleder i sin rolle ved å fungere som nestleder og økonomiansvarlig.
- **Sosiale medier (SoMe) ansvarlig/media ansvarlig**
Sosiale medier er noe som alle bruker. Ved å bruke sosiale medier vil dere enklere kunne annonsere arrangementer dere holder og la deres medstudenter vite at dere finnes! Vi anbefaler derfor bruk av sosiale medier, fortrinnsvis Facebook og Instagram. NSF Student holder kurs i sosiale medier og kan bistå dere med dette. Uansett er det her viktig å tenke over at dere da driver en konto på vegne av NSF og må derfor også opptre både profesjonelt og fremstå profesjonelt. Tips og triks om sosiale medier ser dere mer om i kapittel 6.0 – Markedsføring.
- **Arrangementsansvarlig**
Dette er også en rolle enkelte lokallag har fordelt. Hvor personen har ansvaret for å holde kontakt med foredragsholdere, booking av lokaler og ting relatert til arrangement.

Dersom dere har forslag eller ideer til andre roller innad i lokallaget, kan dere fordele ansvar dere mellom. Men dere kan også bare bruke lokallagsmøter til å fordele ansvar på ting dere skal gjøre eller oppgaver.

3.0 ØKONOMI

Studentleder har det overordnede ansvaret for NSF Student sin økonomi. Det betyr at det er h*n som skal fordele de økonomiske midlene NSF Student har på alle arrangementer og aktiviteter NSF Student har gjennom året. Her har vi blant annet styremøter, kurs- og konferanser, høst- og vårkonferansene, årsmøtet og lokallagene.



Alle lokallag må som nevnt i kapittel 2.3.2 ha en økonomiansvarlig, som holder styr på utgiftene til lokallaget. **Vårt aller beste tips her**, er at dere fyller ut budskjettskjemaet dere finner som vedlegg 2 – «Lokallagsrapport», etter hvert som dere holder arrangementer eller har utgifter. På denne måten vil du enklere holde en oversikt over alle midler dere bruker. Så hver gang dere bestiller noe eller arrangerer noe, fører dere på skjemaet. Dette skjemaet skal dere nemlig levere inn til studentnestleder på våren før årsmøtet. Og det kan være vanskelig å huske hva dere gjorde i september, når dere kommer til april.

Hvert lokallag kan fritt bruke inntil 2.500 kroner for hvert arrangement, uten å søke om dette til studentledelsen. Men det **må** likevel føres opp i rapporten og dere må holde jevnlig dialog med studentnestleder som har ansvaret for oppfølgingen av lokallagene. Det vil si at selv om dere arrangerer arrangementer til under 2.500 kroner, **må dette gjøres kjent for studentnestleder**.

3.1 SØKNAD OM ØKONOMISKE MIDLER

Dersom dere holder arrangementer som overskrider 2.500 kroner, **må dette søkes om** til studentleder. Da sender dere inn en søknad.

I søknaden må dere fylle ut følgende:

- Hvilket lokallag det gjelder, med ansvarlige og kontaktinformasjon
- Dato og tidspunkt for arrangementet
- Type arrangement
- Hva arrangementet skal inneholde
- Økonomi

I vedlegg 4 – «Søknad om midler», kan dere se en mal for hvordan en slik søknad skal se ut.

3.2 MAT TIL ARRANGEMENTER

Det er ingenting i veien for at lokallag kan stille med mat på arrangementer. Dette vil naturligvis være der hvor arrangementene er av lengre varighet. Enkel servering som kaffe, te, vann, drops og sjokolade etc. vil være naturlig på mindre arrangementer.

NSFs fordelsbutikk har drops, karameller og sjokolade som kan bestilles til slikt!

NSF Student har kundeavtaler hos både Pizzabakeren og Peppes Pizza. Dersom du ønsker å benytte deg av disse, ta kontakt med studentnestleder.

Dersom det avholdes lokallagsmøter som er av lengre varighet, kan det søkes om å få dekket utgifter til mat. Slike møter kan være i forbindelse med planlegging av større arrangementer. Møtemat tilbys kun dersom lokallagsmøtene er lange og etter skoletid, som en erstatning til middag. Men dette **skal alltid søkes om** i forkant.

VIKTIG:

Likevel må også vi ta hensyn til situasjonen som preger oss alle i disse tider. Koronapandemien har gjort at ulike arrangementer ikke er gjennomførbare på et fysisk nivå, og det bør også vises varsomhet ved å tilby noe spiselig under arrangementer. Er dere usikker på hva dere kan tilby eller gjøre, kontakt studentnestleder.



3.3 BESTILLING AV STRØARTIKLER OG ANNET

Vi nevnte NSFs fordelsbutikk i kapittelet over. Her finner dere mange ulike ting dere kan bestille som både gaver og premier, og andre strøartikler dere kan dele ut på arrangementer. Under ser dere noen eksempler som er brukt på gaver og premier:

- Sekk
- Tursekk
- Førstehjelpsmappe
- Fritidsbag
- Drikkeflaske
- Notatbøker, da gjerne med penner eller tilbehør
- Powerbank
- Stoffnett
- Termkopp
- Og mye mer!



Under ser dere eksempler på hva som er brukt som strøartikler:

- Penner
- Reflekser
- Nøkkelbånd
- Jojo til adgangskort
- Munn-til-munn maske
- Og mye mer!



Også bestilling av dette er noe dere må føre opp som økonomiske utgifter for lokallaget. Studentnestleder kan også hjelpe dere med bestilling av dette!

3.4 REISEREGNINGER

Utgifter tilknyttet arrangementer som dere selv legger ut for, er selvsagt noe dere skal få refundert av NSF. De som har formelle verv gjennom NSF Student har tilgang til det elektroniske reiseregningssystemet vårt som heter Visma Expense, men dette har dessverre ikke lokallagsledere eller andre i lokallaget. Derfor må de som ikke har tilgang til Visma benytte seg av papirversjonen. Denne kan dere få tilsendt av nestleder.



Noen lokallag har også fylkesrepresentanter og varaer som har tilgang til Visma. Da kan kanskje de legge ut for det lokallaget kjøper, da det går mye raskere å få tilbakebetalt elektronisk.

3.5 LOKALLAGSRAPPORTERING

Vi nevnte en rapport dere skal levere inn, i kapittel 3.0. Denne kaller vi **lokallagsrapportering**, og det er noe alle lokallag må levere inn i forkant av NSF Students årsmøte. Dersom lokallaget ikke leverer lokallagsrapporten vil lokallaget legges ned, og man må starte hele søknadsprosessen på nytt for å få opprettet et lokallag. Når tiden er inne for å levere rapporten vil nestleder sende ut informasjon om dette til alle lokallagsledere, men dere kan ha de i bakhodet hele tiden og det vil være rundt mars-april hvert år. Dere ser rapporten i vedlegg 2 – Lokallagsrapport.

Det har vært lokallag som ikke har arrangert noe på ett år, men da har de levert en rapport og skrevet nettopp det, for at lokallaget skal bestå. Dette er spesielt lurt dersom dere har planer for arrangementer fremover og har noen til å drive det videre.



Fylkesrepresentanter, lokallagsrepresentanter og studentstyret under NSF Students høstkonferanse 2019.

4.0 HVA KAN ET LOKALLAG GJØRE

Som nevnt flere ganger er det som kun fantasien og kreativiteten som kan stoppe et lokallag! Så lenge det har et faglig innhold og sykepleierstudentene får faglig utbytte av det dere arrangerer, kan dere nærmest arrangere alt mulig!

Dere vil også bli invitert til en felles Facebook-gruppe for alle engasjerte i NSF Student. Denne er en superenkel og fin måte å kommunisere med alle andre engasjerte på! Her vil du finne både fylkesrepresentanter, vara-fylkesrepresentanter, studentstyret, rådgivere og nominasjonskomiteen. NSF Students nominasjonskomité består av 5 personer som velges på NSF Students årsmøte. Disse skal bruke perioden til å bli kjent med dere som er engasjerte, for å finne kandidater til sentrale verv.

- *Gruppen kan benyttes til å dele nyttig informasjon som både kan komme fra dere, fra studentstyret, ledelsen, rådgiverne eller andre. Her kan dere utveksle erfaringer og dele relevante ting som oppstår lokalt, samt lokallagsarrangementer og politikk.*

Dere vil også her få oppdateringer fra studentstyret. Så denne gruppen er for dere alle og alle kan bruke den! Det er en fin måte å både holde kontakt på, men også diskutere sammen. Det kan være det oppstår en situasjon ved deres studiested, og så trenger dere litt råd fra de andre på hvordan dere skal løse situasjonen. Eller kanskje dere har en idé til et lokallagsarrangement, og trenger inspirasjon fra de andre!

Vi anbefaler dere å bruke denne gruppen som inspirasjon! Her er det ingen regler, og dere kan både spørre, tipse og anbefale! Kanskje dere lurer litt på hva andre lokallag har arrangert tidligere eller planlegger å arrangere? Kanskje dere har en studierelatert sak dere ønsker å diskutere med andre? Eller kanskje dere har kommet over en lokal, eller nasjonal nyhetssak som er relevant for sykepleierstudenter? Bruk gruppen!



4.1 LOKALLAGSMØTER

Et lokallagsmøte er et møte hvor alle engasjerte i lokallaget samles for å diskutere og planlegge hva lokallaget skal gjøre.

- *Det kan være lurt å lage en **plan** i starten av perioden, over hvilke arrangementer dere ønsker å gjennomføre og deretter planlegge hvor ofte dere bør møtes.*

Det er ingen formelle frister på innkalling til lokallagsmøter, men det anbefales å innkalle i god tid før. Dersom dere har flere ting å ta opp, kan det være greit å sende ut en «saksliste», for dere ramser opp de ulike temaene.

Et annet tips vi kan gi dere her, er å lage dere et årshjul. Det vil si sette opp alle månedene i året, og planlegge hva dere skal gjøre når. For eksempel:

- September: Stand på campus med vaffelservering og informasjon om lokallaget
- September: Informasjonskveld med pizza «Hvem og hva er NSF Student, og hva gjør lokallaget?»
- Oktober/november: Konkurransen, kurs
- November/desember: Anatomiquiz
- Desember: Julekalender
- Februar: Stand for å informere om, og rekruttere til årsmøtet i NSF Student



Eller se eksempel 2 på neste side:

MÅNED	AKTUELT	ARRANGEMENT
JANUAR		Arrangere medikamentregningskurs
FEBRUAR	15. februar 1. klasse – eksamen i medikamentregning	
MARS	1. mars Studentvalget til årsmøtet åpner	
APRIL	15. april 1. klassen går ut i praksis	Arrangere kurs «sykepleierstudenters rettigheter i praksis» Holde stand om studentvalget. Informere om årsmøtet, verv og delegatplasser
MAI	Uke 20: 1. og 2. årsstudenter – praktiske pleieprosedyrer	Arrangere kurs «ny i arbeidslivet» - med fylkeskontoret
JUNI	15. juni 3. årsstudenter ferdigutdannet	Arrangere kurs i PVK/Blodprøve
JULI		
AUGUST	15. august Skolestart	Stand i foajeen med informasjon om NSF Student og konkurranse m/premier Arrangere valgmøte med valg av ny lokallagsleder og økonomiansvarlig
SEPTEMBER		Arrangere fagkveld i somatisk sykdommer m/innleid foredragsholder
OKTOBER	5. oktober 2. klassen – eksamen i sykdomslære	
NOVEMBER		Arrangere anatomiquiz
DESEMBER	18. desember 1. klasse – eksamen i anatomi, fysiolog og biokjemi	Arrangere digital adventskalender med premier

I vedlegg 6 – Årshjul, ser dere en mal på oppsett på et årshjul.

For å få til et så godt samarbeid som mulig, er det viktig at alle engasjerte i lokallaget har lest rutinen og retningslinjen for lokallag. I tillegg til dette heftet.

4.2 FORSLAG TIL AKTIVITETER

Det er mange ting dere i lokallaget kan gjøre og arrangere! Som oftest er det kun deres egen kreativitet som stanser dere. Er dere usikre på hva som kan gjennomføres, kan dere alltid kontakte studentkontoret eller din kontaktperson i studentstyret!

Under ser dere ulike arrangementer NSF Student har arrangert ved flere anledninger, og ulike kursholdere vi har avtaler med.

4.2.1 Medikamentregningskurs

NSF Student har en formell samarbeidsavtale med Bare Grøndahl Bedrift, som leverer kurs i medikamentregning. Kursholder Øystein Grøndahl er utdannet ingeniør, lærer og fysiker og har undervist i matematikk og fysikk på HVL Haugesund. Nå jobber han som arkitekt.

I flere år har Grøndahl og NSF Student samarbeidet om å arrangere medikamentregningskurs for sykepleierstudenter. Ønsker dere et medikamentregningskurs kan dere kontakte studentnestleder.



Øystein Grøndahl

4.2.2 Rettigheter i praksis

I 2018 inngikk NSF Student en formell samarbeidsavtale med sykepleier, jurist entusiast og tidligere NSF Student tillitsvalgt Peter Nyrud Øverlie. Øverlie tok også i 2019 studiepoeng i helserett. Både Øverlies tidligere engasjement i NSF Student og hans entusiasme for juss, har ført til at han nå holder kurs om «Sykepleierstudenters rettigheter i praksis».

Her snakker Øverlie om ulike lovverk det er viktig at sykepleierstudenter kjenner til, både for at de selv skal utøve forsvarlighet, men også får å gi en innsikt i hvordan lovverket fungerer slik at du som sykepleierstudent, skal få en best mulig praksis. Også her kan dere kontakte studentnestleder for å booke et slikt kurs.



Peter Nyrud Øverlie

4.2.3 Kurs i smittevern

Høsten 2020 inngikk vi også en formell samarbeidsavtale med spesialsykepleierne Marthe og Elin, også kjent som «Smittevernsherdene» på Instagram. Disse kan holde kurs i smittevern. Eksempler på temaer de kan kurse om er basale smittevernsrutiner, isolering, antibiotika, infeksjonssykepleie, smittevern i vanskelige situasjoner og andre relevante tema innenfor smittevern. Dette er bare eksempler på noe av det de kan kurse om. Kontakt studentnestleder om dette kan være aktuelt!



4.2.4 Zoom møter og Kahoot

Koronapandemien har gjort det utfordrende å arrangere fysiske arrangement. Men i lys av det ser vi stor oppblomstring på digitale arrangementer! Allerede har flere lokallag gjennomført både allmøter, informasjonsmøter og quizer via Zoom! NSF Student har en egen Zoomkonto som kan benyttes for slike møter. Da kontakter dere bare studentnestleder.



Å arrangere arrangement digitalt er nytt for de fleste av oss, men vi ser at det går! NSF Student har også gjennomført både opplæringskurs, webinar og et helt årsmøte digitalt! Så dette er absolutt noe lokallagene også kan bruke, og vi håper det kan gjøre at dere fremdeles kan holde faglige, sosiale og spennende arrangementer for deres medstudenter.

Her kan det kanskje være lurt å bruke tillitsvalgtgruppen på Facebook! Hør hva andre lokallag tenker og bli klokere sammen. Kanskje det også blir et tema på høstkonferansen 2020?

4.2.5 Anatomiquiz

Dette er et veldig populært arrangement i NSF Student og ble enda mer populært etter at anatomieksamen ble en nasjonal eksamen. Siden så mange lokallag har arrangert dette før, er også dette noe dere kan bruke hverandre til, deriblant Facebookgruppen! I tillegg finnes det et arbeidsrom for lokallag og fylkesrepresentanter på NSF sine nettsider. Dette skal vi snakke mer om i kapittel 6. Men her kan dere blant annet finne spørsmål og svar som er brukt tidligere.

Her kan dere dele inn i grupper eller ha quizen hvor én og én svarer. Og så kan dere trekke eksempelvis 1., 2. og 3. plass.

4.2.6 Fagdager

Fagdager er også noe NSF Student har arrangert i flere år. Fagdager er ofte det største arrangementet et lokallag arrangerer. Da holdes det av hel dag, gjerne fra 9-15 som er spekket med faglig innhold. Ofte har det kommet både kjente, og mindre kjente foredragsholdere som holder foredrag om ulike temaer. Ofte har også fagdagene hatt et spesifikt tema, gjerne tema som kanskje ikke lite ofte blir belyst under studiet. Populære tema har vært både seksualitet, og sykepleiernes møte med døden.

Lokallaget i Oslo og i Trondheim har de siste årene vært de eneste lokallagene som har arrangert en slik fagdag. Så her kan vi jo anbefale dere å snakke litt med de lokallagene om dette er av interesse!

Dette blir også som regel en relativt stor kostnad, så her er det viktig å ha god dialog med både studentnestleder og studentleder. Det skal bookes både lokaler, foredragsholdere og mat.

Et annet tips er også at disse har hatt såpass høyt faglig innhold, at lokallagene har klart å ordne en avtale med skolen sin, hvor studentene kan få dekket én dag i praksis for å være med. Da gjerne mot et bevis på at de har vært der, som de får når de ankommer. I tillegg har også NSF sine faggrupper brukt å stå på stand på disse dagene. Her får studentene snakke med ulike spesialsykepleiere og hva deres jobb går ut på. Noen har også loddet ut flotte premier! Deriblant både en hel dag på fødeavdelingen, operasjon og på intensiv avdeling med veiledning fra en sykepleier.

Fagdagene har også hatt ulike konkurranser, hvor man kan få sponsede premier fra eksempelvis MedEasy og Cappelen Damm. I tillegg til for eksempel goodebags til de 50 første som ankommer!



4.2.7 Arbeidsforberedende kurs

Fylkeskontorene til NSF er også en kjempegod ressurs! Flere holder blant annet arbeidsforberedende kurs hvor de blant annet går gjennom hva som er vanlig å snakke om i jobbintervju, hva arbeidsgiver har lov og ikke lov til å spørre om. Hvordan man forhandler lønn og mye mer! Hør med ditt fylkeskontor om dette er noe de kan tilby, så kan dere bistå med å arrangere dette! Dette vil spesielt være interessant for 2. års studenter på siste semester og 3. års studenter på første semester. Eller selvsagt om man går 4 år deltid.



4.2.8 Konkurranser

Det finnes mange ulike konkurranser man kan holde. Men her er det viktig å følge litt ulike regler. På sosiale medier for eksempel, er det faktisk ikke lovlig å be om å tagge en medstudent i kommentarfeltet. Men å kjøre spørsmålsrunder er lov! Her er det viktig at trekning av vinnere blir gjort profesjonelt.

4.2.8.1 Adventskalender

Dette er ett eksempel på konkurranse som kan arrangeres. Her kan dere kjøre en advents- eller julekalender på sosiale medier med spørsmål studentene må besvare for å være med i trekning av flotte premier. Her kan dere velge om dere skal ha spørsmål alle 24 dagene, eller eksempelvis hver søndag i advent.



4.3 HVORDAN LAGE ARRANGEMENTER 101

Steg 1:

Det første dere må gjøre er å holde et lokallagsmøte hvor dere planlegger hva dere skal gjøre og hvordan det skal gjøres. Her kan dere fordele ansvar på ulike medlemmer i lokallaget og hvilke oppgaver som skal gjøres. Dette er lurt for at alle skal føle et eierskap og ansvar for de arrangementene dere har.

Steg 2:

Finn ut om dere skal ha noe ekstra til arrangementet.

- Skal dere ha premier eller strøartikler?
- Skal dere dele ut noe annet på stand, som mat, drikke etc.

Da må dere huske å **bestille i god** tid i forveien! Husk at det kan ta litt tid å bestille diverse utstyr og alt skal også gjøres kjent for studentnестleder. Så start planleggingen i god tid, slik at dere rekker å bestille alt dere skal!

Steg 3:

Gjør arrangementene kjente for deres medstudenter! Markedsfør så godt dere kan, både på sosiale medier og gjerne på campus om det lar seg gjøre. Dere kan godt starte noen uker i forveien, og så nevne det hyppigere når det nærmer seg. Dere kan lese mer om bruken av sosiale medier og tips og triks i kapittel 6!

- *Et annet godt tips er å legge ut informasjon om arrangementene dere skal holde og litt om hvem dere er på de ulike kullgruppene på campus! Be gjerne om å få tilgang til disse gruppene, slik at dere kan dele relevant informasjon til medstudentene deres.*

Her kan også studentkontoret bidra med SMS utsending til studentmedlemmene på campus.

Steg 4:

Om dere skal ha lokaler til arrangementet må også dette fikses i god nok tid i forveien. Her kan dere booke eksterne lokaler eller høre om skolen har lokaler dere kan bruke.

5.0 AKTIV VERVING GJENNOM ÅRET

NSF Student er ingenting uten medlemmene. Det er derfor også viktig at dere gjør litt medlemsarbeid i deres rolle, altså rekruttering. Hvordan kan du som lokallagsengasjert verve og rekruttere gjennom hele året? Vi har valgt å lage en liten bolk for å si noe om hvordan man strategisk kan arbeide for å verve medlemmer.

► *Som lokallagsengasjert vil du for mange studenter bli et av NSF Students ansikt utad.*

Det første du bør gjøre for å bedrive aktiv verving er å alltid framsnakke NSF og de fordelene det gir å være medlem og det å være engasjert. Ved stadig påminnelser om de positive sidene ved å være medlem og engasjert øker sjansen for at folk ønsker å være med på laget.

Synlighet er kanskje det viktigste virkemiddelet for å skaffe medlemmer. En måte flere lokallag gjør dette på er ved å holde en stand. Da avtaler man med skolen et tidsrom og sted man får stå å holde stand. *Planlegg gjerne tidspunkt ut fra timeplanene til de forskjellige kullene*, slik at dere vet at det er mange studenter på campus denne dagen. Det er flere måter å gjøre standen interessant på, men generelt er stand en fin måte å fronte NSF Student, NSF og dere som lokale engasjerte. Under følger noen tips til hva en stand kan inneholde:

- Ekstra synlighet når man avholder en stand kommer godt med. Studentkontoret kan være behjelpelig med å lage plakater og flyers som dere kan printe ut, henge opp og dele ut. (OBS dette kan variere ut fra situasjonen til pandemien).
- På <https://webshop.nsf.no/> finnes mye strøartikler som dere kan få kjøpt. Send inn ei liste til studentnestleder så kan h*n bestille dette til dere. *Husk at hvis summen overstiger 2500 kr per arrangement må dere i tillegg sende inn en søknad (vedlegg 3).*
- Man kan avholde konkurranser mens man står på stand (premier kan også bestilles fra fordelsbutikken). For eksempel:
 - En liten miniquiz, hvor man svarer på et skjema og leverer inn med navn og telefonnummer.
 - En krukke fylt med noe, som forbipasserende må gjette antallet til. Nærmeste antall vinner en premie.
- Steke vafler og del ut (OBS dette kan variere ut fra situasjonen til pandemien).
- En infostand hvor man informerer om for eksempel lokallaget eller årsmøtet. Gjerne i kombinasjon til punktene over.

Det er kun fantasien som setter grenser!

► *Bruk Facebook gruppa for engasjerte i NSF Student aktivt, be om tips, eller del deres gode idéer der.*

Ved å aktivt bruke sosiale medier (SoMe) øker man synligheten til NSF Student. Ved å ha jevnlig poster skaper man en forutsigbarhet, man er synlig og bidrar med interessante fakta og lesestoff for sykepleierstudentene. Du kan lese mer om sosiale medier i neste kapittel!

Planlegging av lokallagsarrangement kan også være en del av deres strategiske verving. *Lag et årshjul og planlegg ut fra dette*, dere ser forslag på årshjul i vedlegg 6. Få en oversikt over når de forskjellige kullene er i praksis og på skolen, samt en oversikt over de forskjellige fagene. Dersom dere vet når et kull har eksamen i for eksempel sykdomslære, kan dere planlegge en fagkveld i sykdomslære noen uker før dette. Forhør dere med studentene, hva syntes de mangler om i undervisningen og hva er viktig for dem. Ved bruk av et årshjul får man en visuell oversikt over når det er mest gunstig å arrangere forskjellige arrangement, og er derfor et godt verktøy for strategisk verving.

6.0 MARKEDSFØRING

Som vi snakket om i kapittelet over er det viktig å rekruttere medlemmer for å få dem engasjert. Og så handler det om å aktivisere dem, nettopp for å klare å beholde dem. Her kommer det inn både arrangementer, kurs, konkurranser og ikke minst sosiale medier. Vær aktiv selv, for å klare å holde medlemmene aktive!

Ofte får både vi og dere henvendelser fra kommersielle aktører.

Dette kan for eksempel være leverandører, produsenter, sponsorer eller andre som leverer varer eller tjenester. De ønsker ofte gjerne at dere deler informasjon fra dem, på deres nettsider.

Her har NSF ganske klare retningslinjer, og vi kan kun dele ting dersom:

- *De er medarrangører på noe dere arrangerer*
- *Dersom de faktisk har en formell samarbeidsavtale med NSF Student*

Hvis dere lurer, ta kontakt med studentkontoret, så kan vi også vurdere sak til sak. Det er ikke sikkert de alltid trenger en avtale, men det må vi vurdere. Så spør studentkontoret!

6.1 NETTSIDE

Fredag 18. september 2020 lanserte Norsk Sykepleierforbund nye nettsider. Bruk nettsiden som en informasjonskanal! Link inn dit så ofte du kan. Her finner du både egne sider for lokallagene vi har og oversikt over både fylkesrepresentanter og studentstyret.



I tillegg til at ulike arrangementer kan annonseres her og relevante nyhetssaker for sykepleierstudenter.

6.2 SOSIALE MEDIER

Det er nesten ikke til å unngå, i dag er **alle** på sosiale mener. På en eller annen måte. Uansett hvilken bransje eller på hvilken arene du er i, så er sosiale medier en arena du bør utnytte maksimalt. Det gir resultater og det er målbart!

Sosiale medier er en direkte kobling til våre medlemmer. Det betyr at du kan få og gi umiddelbare tilbakemeldinger på temaer som måtte dukke opp. Et misfornøyd medlem kan snus til en positiv talsperson dersom vedkomne behandles riktig. Jeg skal gå gjennom flere tips til hvordan dere kan bruke tiden godt. Det er jo et valg dere selv må ta, men om dere bruker litt ekstra tid på å sette dere inn i ulike funksjoner, kan dere nå ut til mange flere!

En generell tommelfingerregel er at du skal strebe etter å publisere dine innlegg når din målgruppe er online. Dette finner dere enkelt ut av ved å bruke ulike «innsiktsverktøy» som både Facebook og Instagram har. Dette er noe NSF Student lærer dere gjennom kurs og foredrag i sosiale medier. Det kan vi gjøre på både webinar og på høst- og vårkonferansene.

Vårt tips, lag en mediaplan! En mediaplan bør være et dynamisk dokument, men det finnes også flere tinger man vet kommer. For eksempel:

- Introduksjon av nye lokale engasjerte
 - Fylkesrepresentanter
 - Lokallagsleder, -nestleder, -økonomiansvarlig og andre lokallagsengasjerte.
- Sykepleierdagen 12. mai
- Verdensdag for psykisk helse 10. oktober, eller andre merkedager.
- Skoleferier
- Skolevalget til årsmøtet (mars)
- Årsmøtet (mai/juni)

Under ser dere en delvis oppdiktet mediaplan bare for å vise et eksempel.

UKE 20						
Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
IG Story:	IG Story:	IG Story:	IG Story:	IG Story:	IG Story:	IG Story:
Kjøre spørsmålsrunde om hvilke arrangementer studentene ønsker - Ola	Ingenting i dag	Dele anatomiquizen vår! - Kari	Ingenting i dag	Dele nytt bilde om anatomiquizen vår, husk å minne om påmeldingsfrist - Kari		
IG innlegg:	IG innlegg:	IG innlegg:	IG innlegg:	IG innlegg:	IG innlegg:	IG innlegg:
Introdusere fortløpende denne og neste uke alle nye i lokallaget - Kari	Legge ut om konkurransen vår - Kari	Ingenting i dag	Ønske lykke til på hjemmeeksamen - Ola	Legge ut bilde om anatomiquizen - Ola		
FB innlegg:	FB innlegg:	FB innlegg:	FB innlegg:	FB innlegg:	FB innlegg:	FB innlegg:
Ingenting i dag	Dele den nye saken til studentleder fra Sykepleien - Ola	Ingenting i dag	Dele anatomiquizen vår - Ola	Ingenting i dag		
Nettsiden:	Nettsiden:	Nettsiden:	Nettsiden:	Nettsiden:	Nettsiden:	Nettsiden:
Ingenting i dag	Ingenting i dag	Få studentkontoret til å dele en nyhetssak om anatomiquizen vår - Ola	Ingenting i dag	Ingenting i dag		



Dette kan hjelpe dere med å holde kontoer i sosiale medier aktive. I tillegg kan dere legge inn viktige merkedatoer, noen eksempler på det ser du i listen over. Dere kan også her fordele ansvar og planlegge hvordan dere skal bruke sosiale medier fremover!

6.2.1 Facebook

Nå til dags blir man nærmest sjokkert om man ikke finner en Facebooks side til en bedrift eller organisasjon. Når det gjelder de andre plattformer har alle sine formål, og det trenger ikke bety at man må være til stede på alle. Det er bedre å gjøre noe bra, enn alt litt halvveis.

Facebook er det største sosiale mediet i Norge, og ideelt for både direkte kommunikasjon og kostnadseffektiv annonsering. Det er også som regel hit folk drar for å finne åpningstider eller beliggenhet. Samt kontakt for å få svar på eventuelle spørsmål.



Noe av det Facebook vil fungere best til er:

- Dele relevante saker – om det er noe som angår sykepleierstudentene enten politisk eller gjennom NSF Student
- Dele arrangementer – enkel måte å dele et lokallagsarrangement på eller informere folk om noe
- Komme i kontakt med relevante personer – du kan nå ut til mange, tenk litt tilbake på målgrupper
- Hvis dere skal dele videoer på Facebook, så anbefaler de selv at de ikke skal være lengre enn 15 sekunder. Dere kan fint også dele videoer opp til maks 1 minutt, men da må dere fange oppmerksomheten deres de første 15 sekundene.
- **Det er også viktig, dersom dere deler videoer med lyd, at dere tekster alt!** På den måten unngår dere at de blir videregitt fordi det bare er lyd og ingen tekst. Da kan de se på videoene hvor som helst!

6.2.2 Instagram

Instagram har ofte større fokus på det visuelle sammenliknet med Facebook og har ofte som mål å inspirere. Instagram er også eid av Facebook, noe som blant annet gjør at du kan dele innhold på IG story, også på Facebook ved et enkelt tastetrykk.



Dere kan også bruke Instagram på samme måte som Facebook, ved å dele relevante arrangementer. Bruk gjerne både IG og FB for å nå ut til flest mulig. Det er også en fin plattform for å dele relevant informasjon på. I tillegg gjør det, det også mye lettere for oss å være synlige for medlemmene. Instagram er derfor mest brukt til å dele arrangement, fremme ting som skjer eller fange oppmerksomhet.

I og med at Instagram er mest brukt av studentkontoret, gir vi dere litt flere konkrete tips:

- Hvorfor skal vi følge deg? Gi dem en kort og konkret beskrivelse av hvem dere er, som også gjør at de vil ønske å følge deg.
- Bruk gjerne også hashtags og emoji'er i bioen, kanskje med link til neste arrangement eller NSF Students nettside
- Relevante følgere: dersom dere får «riktig» medlemsgruppe til å følge dere, vil det også gi mersmak og de vil dele profilen videre til andre relevante personer!
- Følg gjerne enten de
 - du ønsker skal følge deg tilbake
 - de som kanskje kan hjelpe dere fremme deres poster og innhold

Istastories blir mer og mer populært, og det publiseres mer i stories enn i vanlig feed. Derfor anbefaler vi også å bruke disse hyppig.

Noen konkrete tips:

- Unngå flere enn 3 stories per gang
- Bruk – og lek dere med de funksjonene som finnes!
 - Geosticks – altså steds plassering på hvor du er
 - Meningsmålinger – enten ja nei spørsmål, eller andre, du velger hva som skal stå
 - Spørsmål: Enten direkte til dere, dersom de lurte på noe. Eller kanskje dere stiller et spørsmål dere ønsker svar på?
 - Quiz – for eksempel: hvilket type arrangement skal dere arrangere neste gang? Eller hva er viktigst for dere når det kommer til praksis?
 - Nedtelling til for eksempel deres neste arrangement! Eller til årsmøtet!
- Tagg gjerne andre kontoer om det er relevant, spesielt om dere har kurs eller samarbeid

Ting å tenke over:

La det være visuelt fint å se på, la det være oversiktlig. Ikke ha for mye tekst. Pass på å fremhev det du vil de skal legge merke til. Den største skriften eller mest uthevede skriften leser man først. Tenk selv over, hvilke bilder stopper du opp på? Hva fanger din oppmerksomhet, hva synes du er fint?

6.3 BILDER TIL MARKEDSFØRING

Siden dere er en undergruppe i NSF er det viktig at man fremstår profesjonelt, også i sosiale medier og når dere driver med markedsføring. Derfor har vi noen enkle regler dere må følge.

Når dere deler ting i sosiale medier er det viktig at dere bruker fargene til NSF. Dette er blant annet fordi det som legges ut skal være gjenkjennelig og at medstudentene enkelt skal forstå at dette kommer fra NSF, og da NSF Student. Under ser dere hvilke fargekoder NSF har. Dette er primærfargene til NSF, vi har også sekundærfarger. Men om dere skal ha farge på ting dere legger ut er det hovedsakelig disse dere skal bruke.



Sort
PMS Black C
#020202
CMYK 65 / 66 / 68 / 82



Blå
PMS 308
#1E6AFF
CMYK 100 / 0 / 0 / 52



Oransje
PMS 165
#F07216
CMYK 0 / 68 / 96 / 0



Mørk blå
PMS 3035
#003A51
CMYK 100 / 25 / 13 / 72

Disse fargene kan dere for eksempel bruke til ulike bakgrunner, eller bak tekst på bilder. Om dere ikke finner nøyaktig fargekoder, så bør dere tilstrebe å bruke de fargene som likner mest.

I mars 2021 ble en helt ny designmanual vedtatt for NSF, deriblant fargene dere ser over. Dere finner mer informasjon om denne her på nettsiden vår.

Link til designmanualen: <https://www.nsf.no/designmanual-norsk-sykepleierforbund>

Gode fargekombinasjoner**Dårlige fargekombinasjoner**

Her kan også studentkontoret bistå! Det kan være dere trenger en banner til et arrangement på Facebook arrangementer, kanskje bilder til promotering på ulike sosiale medier eller plakater. På neste side ser dere noen eksempler på hva studentkontoret har laget til tidligere arrangementer.

NSF Students lokallag USN Vestfold

FÅ MED DEG ALT SOM SKJER FREMOVER VED Å

— FØLGE OSS PÅ —



@NSFStudentVestfold



@NSF Student Vestfold



NSF STUDENT
STUDIER FOR LIVET

Lokallaget i Elverum NSF Student



Lokallaget i Elverum inviterer til:

FAGKVELD:

Praksisrettigheter for sykepleierstudenter

Når: 25. februar kl. 17:00

Sted: HiNN Elverum

Servering av kaffe, saft og vafler

*Gratis for alle medlemmer.
Påmelding skjer på www.nsfstudent.no.
Påmeldingsfrist 16. februar*



FOR MER INFO, FØLG OSS PÅ:



Facebook:
NSF Student Elverum

NSF Students lokallag i Kristiansand og fylkesleder Ragne Q. inviterer til:

Snart ferdig utdannet sykepleier? Arbeidsforberedende kurs

Når: 18. februar kl. 16:00

Hvor: Dronningens gate 12, 2 etasje, 4608 Kristiansand

*Påmeldingsfrist 14. februar kl. 23:59 (60 plasser)
Servering av pizza!*



NSF STUDENT
STUDIER FOR LIVET

Lokallag i Drammen
inviterer til:

Legemiddelregningskurs med Øystein Grøndahl

Når: 13. januar 2020

Sted: USN, Drammen rom Å2503



NSF STUDENT
STUDIER FOR LIVET



ANATOMISK HELAFTEN

Tid: 3. Desember kl. 18:00

Sted: Dronningens gate 12
(Fylkeskontoret til NSF Vest-Agder)



NSF STUDENT
STUDIER FOR LIVET



med MedEasy!
(Tidligere SykepleiePluss)

NSF Students lokallag i Drammen inviterer til: Anatomiquiz

Når: 10. desember kl. 18:00

Hvor: Peppes Pizza, Drammen



NSF STUDENT
STUDIER FOR LIVET



**NORSK
SYKEPLEIERFORBUND**

Bilde dere ser over, er eksempler på slike bilder dere kan bruke til å promotere arrangementene deres. Disse er faktisk laget i PowerPoint og Publisher! Disse er programvarer som er tilgjengelig i alle Officepakker. Dette er veldig enkle verktøy for å lage bilder. Her kan dere enkelt legge inn bakgrunner med riktig farge og sette inn figurer og logo. Dere kan også leke dere med de funksjonene som ligger inne, ved å dele opp bilder med symboler og figurer.

► *Siste ting som er viktig å huske på, er at NSF sin logo ikke skal brukes som dekor. Den skal kun være én av på bilder og nede i høyre hjørne (nytt fra mars 2021, derfor følges ikke det på bildene over).*

NSF har også en egen skrifttype i NSF, denne er dessverre ikke tilgjengelig i PowerPoint eller Word, men da kan dere bruke skrifttypen: Arial.

6.4 CAMPUS

Bruk også campus som markeds plass! Men her er det ofte viktig å spørre om tillatelse først. Dette er fordi det er skolens lokaler og man kan ikke alltid bruke disse fritt. Det er også på enkelte campus strenge regler for hvem som kan stå på stand. Ofte kan det være mer utfordrende for kommersielle aktører. Selv om NSF Student ikke direkte er en kommersiell aktør, kan man ofte bli sett på som at vi ønsker å «selge medlemskap». Men vi ønsker jo bare å fremme viktigheten av å være organisert og ikke minst promotere de faglige arrangementene dere skal arrangere! Da kan det hende dere må forklare dette for skolen og si hvorfor dette vil være til nytte for studentene.

Det kan være om dere ønsker å sette opp stand eller bare det å henge opp en plakat.

Det er uansett veldig fint å ha et godt samarbeid med skolene. Husk at vi også kommer rundt og besøker skolene hver eneste høst, og igjen, dere representerer NSF så her er det viktig å bare være ryddig og profesjonelle også overfor skolen.

Noen punkter:

- Spør om tillatelse
- Ikke blokker nødutganger eller stå i hinder for passasje
- Vær høflig og hyggelig og spill på lag med skolen
- Dersom dere deler ut strøartikler eller noe spiselig, tilby gjerne en vaffel eller refleks også til vaktmester/sentralbord/servicetorg.
- Rydd alltid opp etter dere! La det være slik det var når dere kom, når dere forlater.

7.0 HVA SKJER I NSF STUDENT FOR DEG SOM LOKALLAGSLEDER

Det skjer mer enn bare årsmøtet i NSF Student. Her har du en oversikt:

7.1 HVA ER ÅRSMØTET?

Vi velger også å ta med litt informasjon om årsmøtet.

Årsmøtet er et formelt møte, og vi kaller det for NSF Students høyeste organ. Det betyr at alt NSF Student jobber for gjennom hele året, er det nettopp årsmøtet som bestemmer, altså *deg*. For eksempel:

- ▶ *Hvis årsmøtet bestemmer at NSF Student skal jobbe for at medikamentregningseksamen blir en nasjonal eksamen, altså at alle skolene skal ha samme type eksamen, må NSF Student jobbe for det neste året.*

Her har nemlig **du** mulighet å si nettopp det **du** mener om alt som er relevant for sykepleierstudenter. Det kan være utdanningen og hvordan den skal gjøres bedre. Det kan være praksis og hvordan det skal bli bedre eller andre forslag til endringer.

- ▶ *Ønsker dere for eksempel at NSF Student skal fokusere på klima, folkehelse, krav til forelesere eller praksisveiledere, så er det her dere kan si det.*



Årsmøtet 2019

Ikke tenk for smått! Her er det lov å sikte høyt! Dere kan foreslå alt hva dere mener NSF Student bør fokusere på, eller rett og slett ha politikk på. For politikken til NSF Student er meningene til Norges sykepleierstudenters.



På årsmøtet vil du ikke være alene. Du vil være sammen med representanter fra både din skole, skolene i ditt fylke, studentstyret og alle andre skoler som tilbyr sykepleierutdanning i landet. Hvor mange representanter hver skole har kommer an på antall studenter per skole. Disse representantene kalles **skoledelegater**. De har samme rolle som fylkesrepresentanter på årsmøtet, men deres verv er kun på selve årsmøtet og ikke resten av året slik som fylkesrepresentantvervet er. Her kan du både snakke med studenter som har hatt ulike verv før og de som er helt ny! Dere kan dele erfaringer, bli kjent ikke minst møte medstudenter fra hele landet! Fylkesrepresentant-varaene har dessverre ikke en automatisk plass på årsmøtene. For å delta må de være valgt som skoledelegat. Det lønner seg derfor å stille til begge deler!

Det som er fint, og som også er veldig viktig for NSF Student at du vet, er at her blir du hørt! Her kan du snakke fritt og dine meninger som sykepleierstudent teller.

Fordi hvem andre enn dere som faktisk går utdanningen, er eksperter på å være sykepleierstudenter?

7.2 HØSTKONFERANSEN

Til høst- og vårkonferansene samler vi fylkesrepresentanter, fylkesrepresentant varaene, lokallagsledere (ikke andre roller fra lokallaget, med mindre lokallagsleder melder frafall), noen enkelte studentmedlemmer og studentstyret! I tillegg deltar studentrådgiverne og to stykker fra NSF Students Nominasjonskomité.



Høstkonferansen 2019

Høstkonferansen skjer som regel i september. I årene som har vært, har vi først samlet alle til en opplæring eller kursing i Oslo. Før vi i samlet tropp har kjørt buss opp til en hytte på Geilo! Høstkonferansen handler om å få en større innsikt og opplæring i din rolle. Samtidig som du blir kjent med medstudenter fra hele landet, som sitter med samme rolle og kan dele erfaringer. Her det en god miks av vante og nye personer, med en haugevis av tips og triks.

På høstkonferansen bor vi på en hytte som gjør alt veldig lite høytidelig. Her lager vi mat sammen, bor sammen og har det gøy sammen. Det vil være flere ulike workshops og for det meste læring via aktivitet og lek. Siden dette er første samling etter årsmøte vil det også være en teambuildingsaktivitet. Høstkonferansen arrangeres av studentstyret og det vil være de som holder de ulike postene.

Vi må likevel komme tilbake med mer info om hvordan høstkonferansen 2021 vil bli gjennomført, grunnet covid-19 pandemien. Høstkonferansen 2020 ble arrangert som 2 arrangementer hvor vi delte de engasjerte 50/50 på hotell.

7.3 VÅRKONFERANSEN

Vårkonferansen har de siste årene funnet sted i Oslo, på NSF's hovedkontor. Men NSF Student vokser, og under vårkonferansen 2019, måtte vi holde konferansen på et konferansehotell. Dette gjorde vi også under vårkonferansen 2020.

Også på vårkonferansen er det opplæring, men denne er mer rettet mot årsmøtet. I tillegg er begge konferansene en gylden arena for å diskutere sykepleierutdanningen og hva studentene, dere, mener! NSF Student tar alltid med seg tilbakemeldingene fra konferansene året før, for å gjøre neste enda bedre.



Også på vårkonferansen legges det opp til workshops og læring via aktivitet og lek.

For oss er det viktige at dere blir aktive deltakere og ikke passive lyttere. Dette er også med på å gjøre ting gøy. Som regel stiller studentstyret i gang sosiale aktiviteter på kveldstid, og det er ikke noe du vil gå glipp av!

8.0 BISTAND FRA NSF STUDENT/KONTAKTINFORMASJON

Her finner du en liste over relevante kontaktpersoner for dere som lokallag.

8.1 STUDENTKONTORET

Dette er gjerne en fellesbetegnelse som brukes for studentledelsen og studentrådgiverne som sitter sammen på kontor i Oslo. De fire deler kontor ved NSF's hovedkontor i Tollbugata 22 i Oslo, ofte kalt «T22». Her er det ofte viktig å skille mellom politisk valgte, altså studentledelsen, og rådgiverne som er ansatte.

8.1.1 Hva kan studentkontoret bistå med?

På studentkontoret finner du studentleder, studentnestleder og to studentrådgivere. Studentleder vil normalt sett være ansiktet til NSF Student utad, mens studentnestleder som regel vil være deres kontaktperson, i tillegg til ett av styremedlemmene. Når ny ledelse velges på årsmøtet, må de sammen finne ut hvordan de ønsker å fordele ansvaret seg imellom for det kommende året. Det vanlige har vært at studentleder jobber «oppover i systemet» og er den som har dialog med beslutningstakere og deltar på slike møter. Nestleder har som regel ansvaret innad i organisasjonen, deriblant oppfølging av de tillitsvalgte og arrangementer som arrangeres gjennom NSF Student.



Det kan hende at du som lokal tillitsvalgt for NSF Student blir kontaktet av media når det kommer til saker relatert til sykepleierstudenter. Da kan du alltid kontakte studentledelsen for bistand. De vil kunne hjelpe med det politiske og litt tips og triks til hvordan håndtere media. Du vil i neste punkt også se at ett av styremedlemmene kan bistå deg i slike situasjoner.

Rådgiverne er også der for deres bistand. De er ansatt i NSF for å bistå alle tillitsvalgte og medlemmer i NSF Student, samt være rådgivere på studierelaterte saker. De kan også bistå med å lage plakater, det tekniske rundt arrangementer, bilder, sosiale medier og annet. Dere må ikke nøle med å ta kontakt med dem dersom du har spørsmål! Disse er fulltidsansatte og jobber for NSF. Det betyr at disse skiftes ikke ut etter hvert årsmøte slik som politisk valgte. Det betyr også at rådgiverne har faste arbeidstider og jobber normalt 08:00 – 16:00 på hverdager. De bistår likevel studentstyret på deres styremøter, deltar på konferanser arrangert av NSF Student og på årsmøtet. Rådgiverne er ansvarlige for driften av NSF Student, deriblant reiseregninger. Kontaktinformasjonen finner dere på første side i heftet.



8.2 STUDENTSTYRET

For å sikre et bedre samarbeid, bruker studentstyret på første styremøte etter årsmøte å fordele ansvarsfylker mellom seg. Hvert enkelt styremedlem har da ansvar for å følge opp de tillitsvalgte i sine fylker. Alt fra lokale arrangementer, til debatter, taler og møter dere skal i og annet. De kan også bistå med allmøter for lokallag, delegasjonsmøter, planlegging og koordinering av arrangementer.

Styremedlemmene skal også oppdatere hverandre på hva som har skjedd i mellomtiden mellom hvert styremøte, og vil derfor følge opp dere og deres arbeid. Dette betyr at de fungerer som et kommunikasjonsledd mellom studentene og ledelsen.

- *Det er derfor viktig med kontinuerlig kommunikasjon mellom studentstyremedlemmene og fylkesrepresentantene, det vil si at en jevnlig oppdaterer hverandre via e-post eller liknende.*

Styremedlemmene er også veldig gode å ha til spørsmål eller hva NSF Student gjør. Dere kan også komme med tilbakemeldinger til dem, som de tar videre til ledelsen. Dette betyr selvsagt ikke, at dere ikke kan ta direkte kontakt med de fire som sitter på studentkontoret selv. Dere kan for eksempel sende inn et spørsmål dere ønsker at studentstyret skal diskutere som en sak i sine styremøter. Her er ingenting hverken for lite eller for stort. Dere har her en viktig rolle for å bidra til at NSF Student skal bli bedre på alle nivå, spesielt for dere som er lokalt engasjerte.



Styremedlemmer	Ansvarsfylker	E-post	Telefon
Leder: Edel Marlèn Taraldsen	Ingen	edel.marlen.taraldsen@nsf.no	924 99 051
Nestleder: Sigrid Husøy Larsen	Ingen	Sigrid.husoy.larsen@nsf.no	908 37 306
Daniel Tørresvoll Stabu	Oslo	danielst94@hotmail.com	938 50 801
Ellinor Elvrum Evensen	Trøndelag	ell_evensen@hotmail.com	417 29 986
Ida Charlotte Brox-Pedersen	Troms og Finnmark, Nordland	iclovli@gmail.com	455 14 407
Jakob Hummelsund Grung	Rogaland, Møre og Romsdal	jakob.grung@hotmail.com	481 38 740
Regine Starup	Vestfold og Telemark	regine_starup@hotmail.com	902 45 198
1. vara: Anne Kløve Humlestøl	Viken	anne.k.humlestol@hotmail.com	412 25 006
2. vara: Jon Sverre Langaker	Innlandet	jon.sverre.langaker@gmail.com	478 79 561
3. vara: Benedicte Henriksen	Vestland, Agder	benedicte@henriksen.no	467 89 790

Studentstyret bruker også å fordele arbeidsoppgavene på ulike arbeidsgrupper. En av disse arbeidsgruppene har ansvaret for de tillitsvalgte, og er her for å bistå fylkesrepresentanter og lokallag. Deres arbeidsoppgaver går ut på å bistå ved allmøter og andre arrangementer. I tillegg til å hjelpe fylkesrepresentantene med å opprettholde sitt engasjement, og bistå fylkesrepresentantene ved å holde delegasjonsmøter.



Studentstyret 2021/2022

*Styremedlem Ida mangler dessverre på bildet

Dette er de som er engasjertgruppen for 2021/2022:

Navn	E-post	Telefon
Benedicte Henriksen	benedicte@henriksen.no	467 89 790
Daniel Tørresvoll Stabu	danielst94@hotmail.com	938 50 801
Sigrid Husøy Larsen	Sigrid.husoy.larsen@nsf.no	908 37 306

8.3 FYLKESREPRESENTANTER

Her har du en liste over alle fylkesrepresentantene for NSF Student 2021/2022. Du kan alltid samarbeide med fylkesrepresentanter, dele erfaringer og utfordringer. I tillegg vet vi jo alltid at nye øyne bidrar til nye ideer, så dere må mer enn gjerne dele hva dere tenker også.

Under studentstyremøte 2 i 2022/2021 behandlet studentstyret en veileder for fylkesansvar for studentstyret. Denne veilederen sier noe om hvordan studentstyret kan bistå lokale representanter. Denne kan dere finne i vedlegg 8.

AGDER		
Navn	Rolle	Studiested
Aurora Lien Frøyna	Fylkesrepresentant	UIA Kristiansand
Nora Tønnesøl Blom	Fylkesrepresentant	UIA Grimstad
Natthakan Changhong	Varafylkesrepresentant	UIA Kristiansand
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
INNLANDET		
Navn	Rolle	Studiested
Marthe Killi	Fylkesrepresentant	INN Campus Elverum
<i>Mangler representant</i>	Fylkesrepresentant	
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
MØRE OG ROMSDAL		
Navn	Rolle	Studiested
Vegard Røen	Fylkesrepresentant	HIM Campus Molde
<i>Mangler representant</i>	Fylkesrepresentant	
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
NORDLAND		
Navn	Rolle	Studiested
Magnus Nybakk Pettersen	Fylkesrepresentant	Nord Universitet Bodø
<i>Mangler representant</i>	Fylkesrepresentant	
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	

OSLO		
Navn	Rolle	Studiested
Daniel Tørresvoll Stabu	Fylkesrepresentant	Lovisenberg Diakonale Høgskole
Victoria Schmidt	Fylkesrepresentant	VID Oslo
Julia Søderstrøm Jørstad	Varafylkesrepresentant	VID Oslo
Anne Kløve Humlestøl	Varafylkesrepresentant	Lovisenberg Diakonale Høgskole
ROGALAND		
Navn	Rolle	Studiested
Jakob Hummelsund Grung	Fylkesrepresentant	Universitetet i Stavanger
Eli Sophie Groeggen	Fylkesrepresentant	Universitetet i Stavanger
Nathalie Solveig Andresen	Varafylkesrepresentant	Universitetet i Stavanger
Carina Jacobsen	Varafylkesrepresentant	Universitetet i Stavanger
TROMS OG FINNMARK		
Navn	Rolle	Studiested
Ida Charlotte Brox-Pedersen	Fylkesrepresentant	UIT Narvik
Irene Thomassen	Fylkesrepresentant	UIT Hammerfest
Kaja Eline Langvand Hole	Varafylkesrepresentant	UIT Narvik
Madeleine Jacoby Johannesen	Varafylkesrepresentant	UIT Tromsø
TRØNDELAG		
Navn	Rolle	Studiested
Nora Pettersen Daldorff	Fylkesrepresentant	NTNU Trondheim
Mia Ulsund	Fylkesrepresentant	Nord Universitet Levanger
Katharina Falstad	Varafylkesrepresentant	Nord Universitet Levanger
Kine Alterskjær	Varafylkesrepresentant	Nord Universitet Namsos
VESTFOLD OG TELEMARK		
Navn	Rolle	Studiested
Regine Starup	Fylkesrepresentant	USN Vestfold
Lea Eikanger	Fylkesrepresentant	USN Vestfold
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
VESTLAND		
Navn	Rolle	Studiested
Julie Marriott	Fylkesrepresentant	HVL Førde
Celine Helene Røyeng	Fylkesrepresentant	HVL Førde
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
VIKEN		
Navn	Rolle	Studiested
Thea Walgren	Fylkesrepresentant	USN Drammen
Leah Marie Rygg Hovland	Fylkesrepresentant	Høgskolen i Østfold
Oda Randby Steinskog	Fylkesrepresentant	OsloMet Sandvika
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	
<i>Mangler representant</i>	Varafylkesrepresentant	

8.4 FYLKESKONTORENE

Etter NSF's landsmøte som vi så vidt nevnte i starten av heftet, ble det vedtatt at NSF skal slå sammen sine fylkeskontor etter Norges 11 nye fylker. Det betyr at NSF har 11 fylkeskontor, men 23 fylkesrepresentanter og 23 vara fylkesrepresentanter. Det tilsvarer 2 i hvert fylke foruten Viken som har tre. Her ser du en oversikt over fylkeslederne ved alle fylkeskontorene, med både e-post og telefonnummer.

Fylke	Navn	Telefon	E-post
Troms og Finnmark	Lena Røsæg Olsen	926 45 808	Lena.Rosaeg.Olsen@nsf.no
Nordland	Gjertrud Krokaa	995 64 857	Gjertrud.helene.krokaa@nsf.no
Trøndelag	Kenneth Sandmo Grip	917 77 340	kenneth.sandmo.grip@nsf.no
Møre og Romsdal	Trine Bruseth Sevaldsen	977 55 812	trisev@nsf.no
Vestland	Reidun Stavland	913 65 901	Reidun.Stavland@nsf.no
Rogaland	Aud Hølland Riise	951 55 326	aud.holland.riise@nsf.no
Vestfold og Telemark	Randi Askjer	464 23 489	Randi.Askjer@nsf.no
Innlandet	Ida Høiby	906 37 763	Ida.Hoiby@nsf.no
Viken	Linda Lavik	954 40 453	Linda.lavik@nsf.no
Oslo	Bård Eirik Ruud	930 39 049	Bard.Eirik.Ruud@nsf.no
Agder	Ragne Quinteros	414 98 709	Ragne.quinteros@nsf.no

8.4.1 Bistand fra fylkeskontorene

Vi nevnte i kapittel 4.2.7 at fylkeskontorene kan holde arbeidsforberedende kurs. I tillegg til de er som regel fylkeskontorene alltid interessert i å få både engasjement opp og gå hos sykepleierstudentene, samt gjøre NSF synlig for også studenter!

Noe de konkret kan bistå med er blant annet å låne stand til dere eller roll-ups.

I veldig mange byer arrangeres det karrieredager. Her bruker alltid NSF å være tilstede, og da gjerne i regi av fylkeskontorene. Undersøk derfor med deres fylkeskontor om de har planer rundt dette og hvordan dere som lokallag kan bidra. Husk at her får dere sjansen til å overtale videregående elever til å velge nettopp sykepleie og allerede da vise at NSF Student er aktive! Dere kan også snakke litt om at dere har lokallag som arrangerer faglige og sosiale arrangementer og at NSF Student har et fellesskap de kan bli en del av!

TIPS: Ville anbefalt dere å kontakte fylkeskontorene for å høre om det er noen som har et spesielt ansvar for å ivareta studentrepresentanter eller sykepleierstudenter generelt!

9.0 VEDLEGG

9.1 VEDLEGG 1 – SØKNADSKJEMA FOR ETABLERING AV LOKALLAG

Søknadskjema for etablering av lokallag

Gjennom NSF Student

Utdanningsinstitusjon: _____

Campus: _____

Ansvarlige personer:

Navn på person 1	Navn på person 2
Telefon	Telefon
E-post	E-post

Aktiviteter dere ønsker/planlegger å gjennomføre:

1	
2	
3	
4	
5	
6	

Signatur: _____

Dato: _____

Sted: _____

Signatur kontaktperson 1

Signatur kontaktperson 2



9.2 VEDLEGG 2 – LOKALLAGSRAPPORT

Lokallagsrapport

År:	
Stuedsted/avn på lokallag:	
Lokallagsleder:	
Økonomiansvarlig:	
Øvrige medlemmer av lokallaget:	

Aktivitetsrapport/gjennomførte aktiviteter:

Konklusjon:

- *Hvordan har lokallaget fungert i år?*
- *Hva kunne fungert bedre?*
- *Tips til hva som kan gjøres fra NSF Student sentralt for å forenkle jobben?*
- *Tips til forbedringer eller annet?*

Plan for neste år:**Ansvarlige personer for neste studieår:**

For å kunne føre lokallaget videre og at studentkontoret skal ha personer å kontakte. Er det viktig at dere skriver hvem som fører lokallaget videre. Enten dere har valgt ny eller skal velge ny lokallagsleder og økonomiansvarlig. Det er fint om dere også fører på øvrige aktive medlemmer i lokallaget.

Lokallagsleder:	
Økonomiansvarlig:	
Øvrige:	

9.3 VEDLEGG 3 – SØKNAD OM MIDLER

Søknad om midler til lokallagsaktiviteter*For NSF Students lokallag***Hvilket lokallag:**

Studiested	Lokallagsleder/økonomiansvarlig	Telefon	E-post

Dato og tidspunkt:

Type arrangement:*Foredrag, quiz, møte, fagdag etc.*

Hva skal arrangementet inneholde:*Foredragsholdere, konferansier, quizoppgaver, konkurranser, matservering, stand etc.*

Økonomi:

Hva	Hvem/hvor	Budsjett
SUM		

9.4 VEDLEGG 4 - RUTINER FOR NSF STUDENTS LOKALLAG

Rutiner for NSF Students lokallag

1. Hensikten med lokalaktiviteter

Hensikten med lokalaktiviteter er å støtte opp om NSF Students formål, mål og innsatsområder. Dette inkluderer også sosiale aktiviteter, men det er i hovedsak ønskelig at aktivitetene er knyttet til sykepleiefaglige forhold. Identitetsbygging og tilhørighet til yrkesgruppen er ønskelig. Kjøp av alkohol tillates ikke.

2. Retningslinjer for etablering av lokallag

Ifølge NSF's vedtekter § 6, punkt F så fastsettes lokallagets avgrensning, formål og øvrige forhold av NSF's forbundsstyre. I «retningslinjer for etablering av lokallag» § 3 «konstituering og drift» heter det at NSF's studentstyre avgjør hvilke ytterligere krav som stilles til lokallaget. Som leder for lokallaget plikter man å sette seg inn i NSF's vedtekter, retningslinjene for etablering av lokallag, samt disse rutinene.

3. Økonomiske retningslinjer for NSF Student lokalt

3.1 Overordnede økonomiske forhold

- Disse retningslinjene har til hensikt å gi lokallaget handlefrihet til å gjennomføre aktiviteter innenfor gitt økonomisk ramme, og som definert i disse retningslinjene.
- Det er studentleder som er økonomisk ansvarlig for alle økonomiske forhold som gjøres i NSF Student.
- Lokallagene kan kun foreta økonomiske disposisjoner på vegne av studentleder dersom de er gjort i henhold til disse retningslinjene, og innenfor de økonomiske rammer som er gitt
- NSF Student påtar seg ikke ansvar for å innfri økonomiske forpliktelser som er avtalt med mindre de er inngått i tråd med retningslinjene.
- Hvert enkelt lokallag står fritt til å holde arrangementer opp til 2.500 kr per arrangement. Dersom arrangementet overstiger 2.500 kr skal det føres budsjett og arrangementet skal godkjennes av studentledelsen. Alle utgifter i forbindelse med lokale arrangementer skal synliggjøres i milepæl i arbeidsrommet «arbeidsrom for fylkesrepresentanter og lokallag NSF Student»
- Alle NSF Student arrangementer skal være gratis for medlemmer. Ikke-medlemmer kan melde seg inn på stedet.

3.2 Økonomiansvarlig lokalt

Lokallagene plikter selv å oppnevne en økonomiansvarlig som har ansvar for budsjettering og innsending av regnskap

3.3 Budsjett og regnskap

- Økonomiansvarlig har ansvar for å budsjettere planlagte aktiviteter og få disse godkjent av studentledelsen dersom det enkelte arrangement overstiger 2.500 kr før man inngår økonomisk forpliktende avtaler.
- Budsjettering gjøres på eget skjema (vedlegg).
- Økonomiansvarlig er ansvarlig for å føre regnskap fortløpende på eget skjema (vedlegg) og sende inn dette 1 gang per år. Frist for innsending av regnskapet er 1. juni.
- Regnskapet skal være en del av den årlige rapporten som sendes inn til NSF's studentstyret.
- Ubenyttede midler ved årets slutt overføres ikke til neste budsjettår

4. Gjennomføring av lokale aktiviteter

- Alle arrangementer, uansett størrelse, som arrangeres i regi av lokallagene skal føres inn som milepæl i arbeidsrommet «arbeidsrom for fylkesrepresentanter og lokallag NSF Student»
- Ved planlegging og gjennomføring av lokale aktiviteter skal studentledelse og studentrådgiver alltid informeres i god tid i forkant.
- Bestilling av strøartikler og annet materiell skal avtales med studentkontoret.
- De ansvarlige studentene i lokallaget plikter å sende en årlig rapport over de utførte aktiviteter til NSF's studentstyre innen 1.juni, jf. «retningslinjer for etablering av lokallag» § 4. Dersom den årlige rapporten ikke innkommer innen fristen satt av NSF's studentstyre anses lokallaget som avviklet, jf. «retningslinjer for etablering av lokallag» § 5. Regnskapet skal følge med den årlige rapporten. Alle lokallag som er tilstedeværende under NSF students årsmøte presenterer lokallaget og årsrapporten for årsmøtet.

5. Vedlegg

- Retningslinjer for etablering av lokallag (vedlegg 1)
- Søknadsskjema for etablering av lokallag (vedlegg 2)
- Tips og triks ved etablering av lokallag (vedlegg 3)
- Lokallagsrapport mal (vedlegg 4)

9.5 VEDLEGG 5 - RETNINGSLINJER FOR ETABLERING AV LOKALLAG

§ 1 Formål

Lokallagene skal ha til formål å fremme studentmedlemmenes interesser lokalt. Lokallagene bidrar til kontakten mellom NSF's studentstyre og studentmedlemmene lokalt.

§ 2 Etablering

Studentmedlemmer ved alle sykepleierutdanninger kan søke NSF's studentstyre om å etablere et lokallag. På høyskoler/universiteter med flere studiesteder, avgjør NSF's studentstyre om det kan opprettes flere lokallag. I søknader om etablering av lokallag må minimum to navngitte studentmedlemmer i NSF oppgis som ansvarlige for konstituering av lokallaget.

§ 3 Konstituering

Konstituering av lokallag skal foregå på et allmøte blant studentmedlemmer ved det/de aktuelle studiested/studiesteder. Innkalling til allmøte bekjentgjøres medlemmene senest 3 uker på forhånd. NSF's studentstyre avgjør hvilke krav som stilles til organisatorisk struktur i lokallaget, basert på lokale behov og ønsker fra studentene.

NSF's studentstyre avgjør hvilke ytterligere krav som stilles til lokallaget.

§ 4 Drift

Det skal minimum være to navngitte studentmedlemmer som er ansvarlig for lokallagets aktiviteter. De ansvarlige studentene plikter å sende en årlig rapport over de utførte aktiviteter til NSF's studentstyre.

Fylkesrepresentanten

Lokallagene og fylkesrepresentanten er gjensidig forpliktet til å informere hverandre om planlagte aktiviteter.

§ 5 Avvikling

Lokallaget avvikles dersom minst 2/3-dels flertall av de fremmøtte på et allmøte på det aktuelle studiested stemmer for avvikling. Lokallaget er også å anse som avviklet dersom den årlige rapporten ikke innkommer innen fristen satt av NSF's studentstyre.

Studentstyret kan etter søknad fra lokallaget gi dispensasjon fra avvikling selv om den årlige rapporten ikke er innkommet innen fristen.

9.6 VEDLEGG 6 - Årshjul

Årshjul NSF Student

2021 – 2022

JUNI – DESEMBER 2020

Juni 2021

Juli 2021

August 2021

September 2021

Oktober 2021

November 2021

Desember 2021

JANUAR – JUNI 2021**Januar 2022**

Februar 2022

Mars 2022

April 2022

Mai 2022

Juni 2022

9. 8 VEDLEGG 8 – VEILEDER FOR ANSVARSFYLKER

Innholdet i dette dokumentet er ment som en veileder for hvordan hvert enkelt styremedlem skal kunne arbeide med sitt ansvarsfylke. Dette er ikke ment som en bestilling eller en liste over ansvarsoppgavene, men heller en anbefaling eller inspirasjon til hva du kan bruke denne rollen til. Behovet er forskjellige lokalt, slik at tilpasninger er nødvendige. Dokumentet er derfor åpent egen for tolkning.

Hva vil det si å ha et ansvarsfylke?

Å ha et ansvarsfylke vil grovt sett bety at du som studentstyremedlem skal holde kontakten med de tillitsvalgte i fylket. Dette bør i første omgang, og minimum være fylkesrepresentantene, men lokallagsledere kan også inkluderes i dette om ønskelig. Det er fint om denne kontakten skjer som en kontinuerlig dialog, og at dere blir enige om når dere skal oppdatere hverandre. Husk at du som ansvarlig for ditt aktuelle fylke skal fungere som bindeleddet mellom studentstyret/studentledelsen og de tillitsvalgte.

Forslag/veiledning til hva du kan bruke din rolle som fylkesansvarlig til:

- Send mail for å introdusere deg og din rolle - etter inndeling av ansvarsfylker.
- Ta for eksempel med:
 - Introduksjon av deg selv
 - Din rolle i NSF student og hvilke ansvarsområder du har.
 - Hva du kan bistå med
 - Hva kan lokale tillitsvalgte kontakte deg for?
 - F.eks spørsmål knyttet til:
 - Lokallag
 - Fylkesrepresentantvervet
 - NSF Students politikk
 - Utfordringer i studiet eller på studietstedet osv.
 - Forventninger
 - Hvordan ønsker de kommunikasjon? (Mail, tlf, sms, messenger, etc.?)
 - Viktigheten av å svare hverandre og holde kontakten
- Opprette facebookchat med de lokale tillitsvalgte. På denne måten har du et lavterskeltilbud for kontakt, i tillegg til at de kan bruke hverandre som hjelp, på tvers av de ulike studiestedene/fylkene du har ansvar for.
- Ta gjerne kontakt med fylkesrepresentant før hvert styremøte for å høre hva som skjer:
 - I fylkesstyret
 - Evt. i lokallagene rundt om i fylket/fylkene (denne kontakten er det i hovedsak fylkesrepresentantene som har ansvar for)
 - Blant studentene på de ulike studiestedene
 - Er det for eksempel utfordringer i praksis, underveis i studiet eller på studietstedet som skaper problemer?
 - Hva er viktig for lokale studenter for tiden?
 - På skolen

- Bistå fylkesrepresentanten med å arrangere delegasjonsmøter før årsmøtet.
- Være med å publisere på lokale Facebookgrupper, eventuelt k 517 om med forslag til hva som kan publiseres.
 - Nyhetssaker
 - Hva NSF sentralt eller studentkontoret jobber med
 - Lokale eller nasjonale arrangementer (det arrangeres flere digitale lokallagsarrangement, kanskje dette er noe som er aktuelt for flere lokallag å delta på, evt. for de studiestedene som ikke har lokallag)
 - Synliggjøring av de lokale engasjerte (slik at studentene vet hvem de skal kontakte)
- Bistå lokallagene ved behov, og hvis mulig
- Bistå med å legge til nye engasjerte tillitsvalgte i tillitsvalgtgruppa på facebook
- Hold deg oppdatert på hva som skjer i ditt fylke
 - Via fylkesrepresentanter. Disse kan du også oppfordre til å holde seg oppdatert på hva som skjer.
 - Lokallagsledere
 - Sosiale medier
 - Studentparlamentet/politikken på skolen kan her også være veldig nyttig

Husk at dersom du får spørsmål som du er usikker på, henvis videre eller finn ut av det før du svarer. Du representerer Norsk Sykepleierforbund og er et forbilde for mange :) Derfor er det også alltid viktig å signere mer rolle og navn, på henvendelser på eksempelvis Facebook eller Instagram.



NORSK
SYKEPLEIERFORBUND