

## Hjelp og bistand fra Norsk Landbruksrådgiving, Innlandet

### HMS



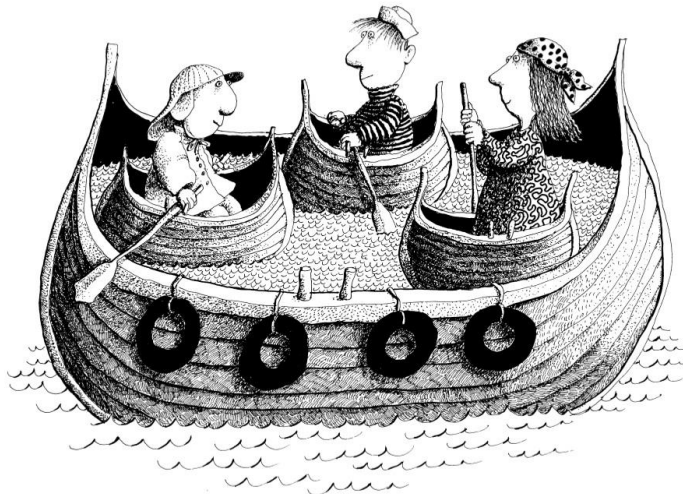
**Norsk  
Landbruksrådgiving**

[www.nlrinnlandet.no](http://www.nlrinnlandet.no)

## Hvordan påvirker tørken oss, på kort sikt?

- ” Situasjonen blir altoppslukende, det blir vanskelig å tenke på noe annet.
- ” Søvmangel.
- ” Daglig frustrasjon og fortvilelse over dyrkingsarealene tilstand.
- ” Oppslag i media (negative kommentarfelt)
- ” Det blir stadig nye utfordringer som må løses.
- ” Vannmangel hjemme, setra og på beiter.
- ” Dårlige beiter på innmark og utmark fører til beitedyr på avveie, må sankes og flyttes på nytt.
- ” Arbeidsmengden og stressnivået øker.

**Da er det viktig å huske at vi er mange i samme båt ... og at vi støtter hverandre.**



## Hvordan påvirker tørken oss, på lang sikt?

- “ Ut å kjøpe for og fore på en ny måte, nøye med forplanlegging og oppfølging, ut å søke råd. Bygge ny silo/lager for andre kraftforslag? Ta tidlig kontakt med dine rådgivere og få en plan for din drift.
- “ Tilpasse dyretall etter tilgjengelig forlager. Viktig å starte den mentale bearbeidelsen rundt utslaktning av produksjonsdyr og eventuell full avvikling av enkeltproduksjoner, mange gruer seg for en slik avgjørelse.
- “ Driftsøkonomien vil bli påvirket i minst 2-3 år fram i tid, avhengig av hvor hardt man blir rammet. Viktig å koble inn bank/regnskapsfører tidlig og få starta økonomiplanlegging for din drift for åra framover.

## Hjelp og bistand i kriser

- “ Med store utfordringer og personlig belastning for mange produsenter er det viktig å ha et tilbud om mer enn jordbruksfaglig bistand. NLR tilbyr derfor HMS-tjenester overfor produsenter som møter vanskeligheter.
- “ Vi gir råd og veiledning i krisesituasjoner gratis innenfor gitte rammer til alle i landbruket.
- “ Vår hjelp og bistand vil alltid blir behandlet nøytralt og i fortrolighet.
- “ Vi HMS-rådgivere er alle underlagt full taushetsplikt.

## Hjelp og bistand i kriser

- “ Viktig å huske at vi er alle forskjellige når det gjelder å takle kriser og vanskelige situasjoner.
- “ HMS-rådgiverne i NLR Innlandet er tilgjengelige, også i sommer og vi kan hjelpe til med å sortere noen tanker. Vi kan trekke i noen tråder, koble kontakter og være en støtte/samtalepartner. Vi kan også formidle kontakt dersom det er behov for hjelp fra andre fagmiljø.

HMS-rådgiverne er tilgjengelige på hverdager mellom 0800-1530.  
Ved behov for akutt hjelp ring legevakta: 116 117

Tabellen viser oversikt over hvilken HMS-rådgiver som kan kontaktes i sommer

<b>Uke</b>	<b>HMS-rådgiver</b>	<b>Telefon</b>	<b>E-post</b>
28	Linn Thorud	977 45 586	linn.thorud@nlr.no
29	Frank Juul Christiansen	481 45 121	fjc@nlr.no
30	Tore Jevnaker	468 62 915	tore.jevnaker@nlr.no
31	Jens Christian Lied	975 19 820	jens.chr.lied@nlr.no
32	Elisabeth Onsager	907 65 798	elisabeth.onsager@nlr.no