

Hva gjør jeg hvis noe skjer i utlandet?

Rutiner for krisehåndtering for utreisende studenter

Behov for hjelp i utlandet – hvem kan jeg kontakte?

- Du kan snakke med internasjonalt kontor ved vertsuniversitetet i utlandet - de kjenner til ulike hjelpeinstanser i landet.
- Ved behov kan du ta kontakt med den offentlige helsetjenesten i landet.
- Du kan kontakte forsikringsselskapet ditt.
- Du kan kontakte Internasjonal avdeling ved Universitetet i Agder.
- Dersom du trenger noen å snakke med kan du kontakte en av Sjømannskirkens studentprester, eller psykososial helsetjeneste ved UiA. Alle disse har taushetsplikt.
- I alvorlige tilfeller, som større ulykker eller terrorangrep der du befinner deg, bør du ringe hjem for å berolige dine pårørende.
- Forhold deg til informasjon fra lokale myndigheter, lokal norsk ambassade/konsulat og [UD sine landsider](#).

Studentprestene i Sjømannskirken

Du kan kontakte Sjømannskirken dersom du har behov for samtale eller bistand i utlandet. Studentprestene har lang erfaring med krisehåndtering i utlandet og har taushetsplikt. Sjømannskirken har også en døgnbemannet beredskapstelefon som du kan ringe.

Sjømannskirkens døgnbemannede beredskapstelefon: + 47 9511 9181

www.sjomannskirken.no

Psykososialt lavterskeltilbud ved Universitetet i Agder

Dersom du trenger du noen å snakke med kan du ta kontakt med psykososial helsetjeneste for studenter ved Universitetet i Agder.

Sykepleier og gestaltterapeut Eli Stålesen
Telefon +47 38 14 13 54, mobil +47 99 50 75 59
E-post: eli.stalesen@sia.no

Hva bør jeg gjøre ved uroligheter, krigshandlinger, terroranslag eller naturkatastrofer?

- Vis aktsomhet og hold deg unna demonstrasjoner og større folkemengder.
- Følg råd fra lokale myndigheter samt informasjon i media.
- Kontakt internasjonalt kontor ved vertsuniversitetet i utlandet ved behov for assistanse. Meld fra hvor du befinner deg.

- Ta kontakt med nærmeste norske konsulat eller ambassade.
- I alvorlige tilfeller, som større ulykker eller terrorangrep der du befinner deg, bør du ringe hjem for å berolige dine pårørende.
- **Hold Internasjonal avdeling ved UiA løpende orientert om utviklingen i din situasjon slik at vi kan hjelpe deg om nødvendig!**

Hva gjør jeg hvis jeg blir...

Lagt inn på sykehus?

- Kontakte dine nærmeste pårørende hvis du er i stand til det.
- Meld fra til forsikringsselskapet ditt. Forsikringsselskapet kan stille garanti for utgiftene til sykehusopphold.
- Meld fra til internasjonalt kontor ved vertsuniversitetet i utlandet og Internasjonal avdeling ved UiA.
- Ta kontakt med nærmeste konsulat eller ambassade ved behov. Utenriktjenesten stiller garanti ved nødvendig sykehusopphold dersom du er medlem av Folketrygden. Ambassadepersonell kan besøke deg på sykehuset, formidle kontakt med pårørende og kan organisere hjemtransport dersom det er nødvendig.
- Ta gjerne kontakt med en av Sjømannskirkens studentprester eller psykososial helsetjeneste ved UiA hvis du trenger noen å snakke med.
- Ta vare på kvitteringer for alle utleggene dine. Disse kan du søke om å få refundert gjennom Folketrygden/forsikringsselskapet ditt i ettertid.

Utsatt for vold eller voldtekt?

- Kontakt lokalt politi for å anmelde forholdet. Be om hjelp fra internasjonalt kontor ved vertsuniversitetet i utlandet dersom du trenger hjelp til oversetting.
- Meld fra til internasjonalt kontor ved vertsuniversitetet i utlandet og Internasjonal avdeling ved UiA.
- Ta om nødvendig kontakt med nærmeste konsulat eller ambassade hvis du trenger juridisk assistanse.
- Ta gjerne kontakt med en av Sjømannskirkens studentprester eller psykiatrisk sykepleier ved UiA hvis du trenger noen å snakke med.

Utsatt for ran eller tyveri?

- Kontakt lokalt politi for å anmelde forholdet. Be om hjelp fra internasjonalt kontor ved vertsuniversitetet i utlandet dersom du trenger hjelp til oversetting.
- Meld tapet til forsikringsselskapet ditt.
- Ta om nødvendig kontakt med nærmeste konsulat eller ambassade hvis du trenger juridisk assistanse.

Arrestert eller mistenkt i straffesak/politisak?

- Ta kontakt med nærmeste konsulat eller ambassade så fort som mulig for å klarere forhold rundt anmeldelse, advokathjelp og rettssak.
- Be om hjelp fra internasjonalt kontor ved vertsuniversitetet i utlandet dersom du trenger hjelp til oversetting.

Får psykiske problemer?

- Ring hjem! Snakk med noen om det!
- Ta kontakt med Internasjonal avdeling ved UiA, psykososial helsetjeneste eller en av Sjømannskirkens studentprester.
- Bruk vertsuniversitetets psykiske hjelpetjenester hvis de finnes.
- Du kan også ringe Mental Helses hjelpetelefon +47 116 123

Får problemer med rusmisbruk?

- Ring hjem! Snakk med noen om det!
- Ta kontakt med Internasjonal avdeling ved UiA, psykososial helsetjeneste eller en av Sjømannskirkens studentprester.
- Kontakt vertsuniversitetets rusmisbruktjenester hvis de finnes.
- Du kan også ringe Rustelefonen +47 08588

Lengter hjem?

- Det er helt normalt å lengte hjem i blant. Kanskje kan det hjelpe å snakke med familie eller venner hjemme?
- Dersom du ønsker å reise hjem, må du snakke med internasjonalt kontor ved vertsuniversitetet i utlandet og Internasjonal avdeling ved UiA først.
(Kanskje kan vi finne løsninger som gjør at du likevel bestemmer deg for å bli?)

Kontaktliste

ANSATTE VED UiA

Navn/avdeling	E-post	Telefon	Mobiltelefon
Sentralbord		+47 38 14 10 00	
Sentralbord Campus Grimstad		+47 37 23 30 00	
Internasjonalt kontor			
Janne Strøm-Fladstad	janne.strom-fladstad@uia.no	+47 38 14 12 48	+47 93 22 90 90
Tonje Nielsen Rørly	tonje.n.rorly@uia.no	+47 38 14 11 62	+47 47 64 62 22
Aase Galteland	aase.galteland@uia.no	+47 38 14 11 78	+47 95 00 67 97
Terje Thorsdalen	terje.thorsdalen@uia.no	+47 37 23 32 32	+47 99 60 20 52
Anne Martins Bjærke	anne.m.bjarke@uia.no	+47 37 23 32 65	



<i>Psykososialt lavterskeltilbud</i>			
Eli Stålesen, Sykepleier og gestaltterapeut	eli.stalesen@sia.no	+47 38 14 13 54	+47 99 50 75 59
<i>Studentprest, UiA</i>			
Hans Jørgen Wennesland	Hans.j.wennesland@uia.no	+47 38 14 21 40	+47 915 77 621
<i>Universitetets ledelse</i>			
Frank Reichert, Rektor		+47 38 14 23 00	
Seunn Smith-Tønnessen Universitetsdirektør		+47 38 14 11 12	
Greta Hilding, Studiedirektør		+47 38 14 11 68	

UTENFOR UIA

Her finner du oversikten over [studentprestene i Sjømannskirken](#).

Sjømannskirkens døgnbemannede beredskapstelefon: + 47 9511 9181
<http://sjomannskirken.no/tjenester/beredskap/karusell/beredskap-i-utlandet>

Andre aktuelle telefonnumre:

UDs Beredskapstelefon (døgnbemanning)	+ 47 22 24 36 00
Mental helse	+ 47 116 123
Sørlandet Sykehus, Kristiansand	+47 38 07 30 00
Legevakt + psykiatrisk legevakt, Kristiansand	+47 38 07 69 00
Krisesenteret for voldtatte og mishandlede kvinner, Vest-Agder	+47 38 10 22 00
Landsforeningen for Voldsofre	+47 22 16 40 00 / +47 90 20 34 64
Rustelefonen	+47 08588
Amathea, veiledning ifbm. graviditet	+47 81 53 20 05