

Signering av Ammehjelpens årsmelding og årsregnskap 2024 v2

Dokumentet er signert digitalt av følgende undertegnere:

- Øydgard, Guro Wisth (28028640007), signert 04.04.2025 med BANKID
- Salte, Olaug Øksnevad (14059235029), signert 03.04.2025 med BANKID
- Arnesen, Stine Treider (04048745682), signert 03.04.2025 med BANKID
- Henriksen, Marianne (05028633647), signert 03.04.2025 med BANKID
- Asbjarnardottir, Malena Sif (01128915687), signert 03.04.2025 med BANKID
- Bruun, Inga Malene (14068042640), signert 03.04.2025 med BANKID
- Bekkelund, Hedda Embla Ophaug (08069145036), signert 03.04.2025 med BANKID



Det signerte dokumentet inneholder

- En forside med informasjon om signaturlene
- Alle originaldokumenter med signaturer på hver side
- Digitale signaturer



Dokumentet er forseglet av Posten Norge

Signeringen er gjort med digital signering levert av Posten Norge AS. Posten garanterer for autentisiteten og forseglingen av dette dokumentet.



Slik ser du at signaturlene er gyldige

Hvis du åpner dette dokumentet i Adobe Reader, skal det stå øverst at dokumentet er sertifisert av Posten Norge AS. Dette garanterer at innholdet i dokumentet ikke er endret etter signering.

AMMEHJELPENS ÅRSMELDING 2024



AMMEHJELPEN

Foretaksnr.
973198572

Dokumentet er signert digitalt av:

- Øydgard, Guro Wisth (28028640007), 04.04.2025
- Salte, Olaug Øksnevad (14059235029), 03.04.2025
- Arnesen, Stine Treider (04048745682), 03.04.2025
- Henriksen, Marianne (05028633647), 03.04.2025
- Asbjarnardottir, Malena Sif (01128915687), 03.04.2025
- Bruun, Inga Malene (14068042640), 03.04.2025
- Bekkelund, Hedda Embla Ophaug (08069145036), 03.04.2025

Forseglet av



Posten Norge

INNHOLD I ÅRSMELDINGEN

1. Virksomhetens art og lokalisering	side 3
2. Tillitsvalgte, ansatte og administrasjon	side 4-6
2.1. Tillitsvalgte	
2.2. Ammehjelpens ansatte og administrasjon	
3. Redegjørelse for årsregnskapet	side 7-8
4. Arbeidsmiljø og likestilling	side 9
4.1. Ytre miljø	
5. Medlemmer og ammehenvendelser	side 9-14
5.1. Medlemsoversikt 2017-2024	
5.2. Rekruttering av ammehjelpere	
5.3. Æresmedlemmer	
5.4. Statistikk over ammehenvendelser 2016-2024	
6. Landstreff, generalforsamling og fagdag	side 15-16
6.1. Fagseminar	
6.2. Landstreff	
6.3. Generalforsamling	
7. Vedtekter og retningslinjer	side 17
7.1. Vedtekter	
7.2. Retningslinjer	
8. Ammehjelpen.no	side 17-18
8.1. Nettsiden ammehjelpen.no	
8.2. Ammehjelpens digitaliseringsprosjekt	
9. Sosiale medier og nyhetsbrev	side 19-20
9.1. Nyhetsbrev	
9.2. Ammehjelpsgruppen på Facebook	
9.3. Ammehjelpens offisielle side på Facebook	
9.4. «Ammehjelpen internt mellom oss»	
9.5. Ammehjelpen på Instagram	
10. Høringer/politisk virksomhet	side 21
10.1. Høringssvar	
10.2. Politiske møter og markeringer	
11. Representasjon	side 22
12. Prosjekter	side 23-24
13. Samarbeidspartnere	side 25
14. Ammehjelpen i media	side 25

Forside: Canva

Dokumentet er signert digitalt av:

- Øydgard, Guro Wisth (28028640007), 04.04.2025
- Salte, Olaug Øksnevad (14059235029), 03.04.2025
- Arnesen, Stine Treider (04048745682), 03.04.2025
- Henriksen, Marianne (05028633647), 03.04.2025
- Asbjarnardottir, Malena Sif (01128915687), 03.04.2025
- Bruun, Inga Malene (14068042640), 03.04.2025
- Bekkelund, Hedda Embla Ophaug (08069145036), 03.04.2025

Forseglet av



Posten Norge

1. Virksomhetens art og lokalisering

Ammehjelpen er en frivillig organisasjon som arbeider for å verne og fremme amming. På landsbasis er det ca. 280 rådgivere (ammehjelpere) som stiller sin tid til disposisjon for å hjelpe og støtte mødre i ammesituasjonen. Vedtektene våre, § 1 og 2 sier:

§ 1. Formål

Ammehjelpen arbeider for å verne og fremme amming. Mødre skal få all den hjelp og støtte de trenger til å amme så lenge de selv ønsker, til beste for barnas- og mødrenes helse og samfunnet for øvrig.

§ 2. Profil og oppgaver

Ammehjelpen er en partipolitisk uavhengig frivillig humanitær organisasjon. Gjennom mor-til-mor-kontakt gir vi rådgivning og støtte knyttet til amming og brystmelk. Ammehjelpen verner og fremmer også amming gjennom å påvirke rammebetingelser, holdninger og kunnskap om amming nasjonalt og internasjonalt.

Ammehjelpens administrasjon ligger i Ås i Follo med en ansatt daglig leder i 80 prosent stilling. Fra mars 2024 gikk daglig leder ut i fødselspermisjon og det ble satt inn en vikar for de første 12 ukene. Deretter jobbet daglig leder og vikarierende daglig leder i hver sin 40 % ut året. En nettredektør arbeidet på timebasis, 10 timer pr uke frem til april 2024. Fra april 2024 ble denne stillingen gjort om til fast 50 % stilling. Det er innleide tjenester på regnskap.



2. Tillitsvalgte, ansatte og administrasjon

2.1: Tillitsvalgte

01.01.2024 – 14.04.2024

Styret

Leder: Izabella Katharina Abouradoine Sætherø, Oslo
Nestleder: Marianne Henriksen, Lørenskog

Styremedlemmer:

Hedda Embla Ophaug Bekkelund, Trondheim
Kristine Molberg Thomsen, Oslo
Anne-Britt Halonen, Stavanger (Økonomiansvarlig)
Cathrin Olaisen Myrvold, Brumunddal

Varamedlemmer:

1. vara: Benedicte Bjarstad, Follo
2. vara: Kjersti Gram Lindstad, Åsnes
3. vara: Ragnhild Fossheim, Bergen

Valgkomité

Leder: Camilla Amundsen, Bodø
Anne Sigstad, Biri/ Innlandet
Åshild Riise, Biri/Innlandet (frem til 20.02.2024)
1. vara: Kine Vestengen Vazon, Oslo (medlem fra 20.02.2024)
2. vara: Kristine Skreosen Mandelid, Porsgrunn

Revisor: Elin Ramleth Østli, Revisorsenteret, Trysil

Regnskapsfører: Hanne Martinsson, Regnskapskontoret Vekstra, Engerdal

Dokumentet er signert digitalt av:

- Øydgard, Guro Wisth (28028640007), 04.04.2025
- Salte, Olaug Øksnevad (14059235029), 03.04.2025
- Arnesen, Stine Treider (04048745682), 03.04.2025
- Henriksen, Marianne (05028633647), 03.04.2025
- Asbjarnardottir, Malena Sif (01128915687), 03.04.2025
- Bruun, Inga Malene (14068042640), 03.04.2025
- Bekkelund, Hedda Embla Ophaug (08069145036), 03.04.2025

Forseglet av



Posten Norge

14.04.2024 – 31.12.2024**Styret**

Leder: Guro Wisth Øygard, Bodø

Nestleder: Marianne Henriksen, Lørenskog

Styremedlemmer:

Hedda Embla Ophaug Bekkelund, Trondheim

Malena Sif Ásbjarnardóttir, Oslo (Økonomiansvarlig)

Inga Malene Bruun, Kvaløya

Olaug Salte, Kvernaland

Varamedlemmer:

1. vara: Kjersti Gram Lindstad, Åsnes

2. vara: Leyan Salih, Oslo

3. vara: Elfa Erlendsdóttir, Bardu

Valgkomité

Leder: Kristine Skreosen Mandelid, Porsgrunn

Nestleder: Anne Sigstad, Biri/ Innlandet

Kine Vestengen Vazon, Oslo

1. vara: Izabella Katharina Abouradoine Sætherø, Oslo

2. vara: Kristine Thomsen, Lillestrøm

Revisor: Elin Ramleth Østli, Revisorsenteret, Trysil

Regnskapsfører: Hanne Martinsson, Regnskapskontoret Vekstra, Engerdal

Sentralstyret har hatt 6 fysiske møter i 2024. Fire helgemøter i Oslo og to kort møter i Stavanger i forbindelse med landstreffet.

Det har vært 4 digitale møter med kortere saksliste. Kommunikasjonen ellers har gått pr telefon og i ulike digitale kanaler (Teams, E-post).

Dokumentet er signert digitalt av:

- Øygard, Guro Wisth (28028640007), 04.04.2025
- Salte, Olaug Øksnevad (14059235029), 03.04.2025
- Arnesen, Stine Treider (04048745682), 03.04.2025
- Henriksen, Marianne (05028633647), 03.04.2025
- Ásbjarnardóttir, Malena Sif (01128915687), 03.04.2025
- Bruun, Inga Malene (14068042640), 03.04.2025
- Bekkelund, Hedda Embla Ophaug (08069145036), 03.04.2025

Forseglet av



Posten Norge

2.2: Ammehjelpens administrasjon

Stine Treider Arnesen, daglig leder, ansatt i 80 prosent stilling. Hjemmekontor: Pukstadveien 86, 1433 ÅS

Daglig leder Stine Treider Arnesen avviklet delvis foreldrepermisjon fra 27.mars 2024. **Åshild Riise** fra Biri/Innlandet tiltrådte i en 40 % stilling som vikarierende daglig leder fra 1.mars 2024. Vikariatet varer ut juli 2025.

Camilla Krogli Hansen, har siden 2020 hatt en frilansstilling som nettredektør med 10 timer/uke med hjemmekontor. 1.mars 2024 tiltrådte Camilla i en 50 % fast stilling som nettredektør med kommunikasjonsansvar. I denne stillingen inngår også ansvaret som administrator av Ammehjelpens Facebookside og Instagramkonto.

Administratorer av epost-tjenesten:

Hilde Faret Tønnessen og Kristine Skreosen Mandelid. Annenhver måned.

Administratorer/moderatorer i Ammehjelpsgruppen på Facebook:

Camilla Amundsen, Katherine Bjugan, Helene Bratlie Opstad, Hilde Aas Nøst

Ammehjelpens adresse:

Ammehjelpen
Postboks 30, 1431 ÅS

Telefon: 45 61 67 54

E-post: ammehjelpen@ammehjelpen.no

Nettside: www.ammehjelpen.no

Organisasjonsnummer: 973 198 572

Dokumentet er signert digitalt av:

- Øydgard, Guro Wisth (28028640007), 04.04.2025
- Salte, Olaug Øksnevad (14059235029), 03.04.2025
- Arnesen, Stine Treider (04048745682), 03.04.2025
- Henriksen, Marianne (05028633647), 03.04.2025
- Asbjarnardottir, Malena Sif (01128915687), 03.04.2025
- Bruun, Inga Malene (14068042640), 03.04.2025
- Bekkelund, Hedda Embla Ophaug (08069145036), 03.04.2025

Forseglet av



Posten Norge

3. Redegjørelse for årsregnskapet

3.1: Årsregnskap for Ammehjelpen

Årsresultatet 2024 for Ammehjelpen totalt endte med et overskudd på **kr. 773.500**. I 2023 var det et underskudd på kr. 256.902. Årsaken til overskuddet i 2024 er den store økningen i tildelte midler fra kr 1.500.000 i 2023 til kr 4.070.000 i 2024.

Egenkapitalen er på kr. 5.351.357 pr 31.12.2024. Det utgjør en egenkapitalprosent på 84,12 %, noe som fortsatt er meget solid.

Nedenfor følger kommentarer til regnskapets underavdelinger:

3.2: Regnskap for avdeling drift med driftstilskudd fra Helsedirektoratet

Regnskapet for avdelingen for Ammehjelpens Drift viser et **resultat på kr. 0**. Ammehjelpen har ikke forbrukt hele tilskuddet fra Helsedirektoratet i 2024. kr. 511 670 i ubrukte midler søkes overført til bruk i 2025. Beløpet føres som kortsiktig gjeld i balanseregnskapet.

(2023: underskudd på kr 1 057 396 og 2022: underskudd på kr 1 122 230)

Driftstilskudd over Statsbudsjettet for 2024 var på kr. 4.070.000, en økning på 2.570.000 fra 2023.

Restlager etter Ammebutikken

Det er fortsatt noe igjen av restlageret som er lagret på Ås.

3.3: Regnskap for avdeling frie midler

Avdelingen frie midler

Avdeling frie midler viser et overskudd på kr **773 492** mot et overskudd på kr 800 494 i 2023

Kontingenter har sunket noe i 2024: **kr 277 492** (kr 289 489 i 2023). Nedgangen skyldes at vi har fått noen færre betalende medlemmer. Regnskapet viser at færre har bestilt Ammehjelperoppgaven enn tidligere.



Gaver

10. mai 2023 lanserte vi muligheten for å bli fastgiver til Ammehjelpen. Dette har per 31.12.2024 generert 195 fastgivere og en totalsum per måned på 24 074 kr. Totalt i 2024 kom det inn 163 405 kr via fastgiversystemet. Det kommer også en del direkte inn på konto.

Generelle gaver Cornerstone:	75 456
Gaver via Vipps:	13 120
<u>Andre innbetalinger:</u>	<u>6402,96</u>
til sammen kr	94978,96

Summert med alt over og fastgiversystemet er summen på gaver totalt kr 258 383,96

Til sammenligning ble det inntektsført totalt kr 383 954 i gaver i 2023 og kr 4 048 204 i gaver i 2022. Den store summen i 2022 har grunnlag i spleisen som ble opprettet i juni grunnet økonomisk krise.

Momskompensasjonen fra staten

2024: **kr 270 896** (2023: kr. 245 769). Fra og med 2021 har kompensasjonen vært 100 %.

3.4: Fremtidsutsikter med utfordringer

Ammehjelpens bevilgning har frem til 2024 vært på kr 1.500.000. Dette ble økt i 2024 til kr 4.070.000. Et svært kjærkomment tilskudd som bidro til at Ammehjelpen kunne snu seg om svært raskt og iverksette tiltak som tidligere har vært ønsket. Samtidig ser vi at bevilgningen ikke opprettholdes for 2025, som igjen gjør at fremtidsutsiktene for Ammehjelpen blir mer usikre. Med at tilskuddet for 2025 blir 2,8 millioner, ser vi likevel en gledelig forbedring fra før – 2024- nivå. Det er en imidlertid utfordring for organisasjonen at tilskuddet kan variere i millionklassen. Da vi ikke med sikkerhet kan planlegge for aktiviteter de neste årene. En stor del av tilskuddet benyttes til lønnsmidler til ansatte, noe vi er helt avhengig av for å kunne opprettholde driften, tiltros for at lønnsnivået ikke er spesielt høyt hos de ansatte i Ammehjelpen.

Ammehjelpen er avhengig av forutsigbarhet i økonomien for å kunne opprettholde aktivitetene som bidrar til at mødre den hjelpen de trenger. I tillegg til å kunne opprettholde dagens nivå ser vi et økt press på oss som frivillig organisasjon da Enhet for amming ved Folkehelseinstituttet ble lagt ned 1.1.2024. Enheten hadde ansvar for etter- og videreutdanning i ammeveiledning på høgsolenivå, og en veiledningstjeneste for helsepersonell. I tillegg tilbød de Trinnkurs for amming. Samtlige tilbud forsvant med delingen av Enhet for amming mellom FHI og Helsedirektoratet og ble erstattet med e-læringskurset AmmE-læring. Med nedleggelse av overnevnte tilbud ser vi at presset på Ammehjelpen er økt og krever mer av oss som organisasjon, som igjen øker behovet for en stabil og forutsigbar økonomi. Også i statsbudsjettet omtales ikke lenger Ammehjelpen som et supplement, men som en tjeneste som avlaster primærhelsetjenesten.

Ammehjelpen har en målsetting om å gi alle ammehjelperne en gratis kurshelg i året. Med de siste års variasjon i bevilgning er det svært vanskelig for Ammehjelpen å kunne tilby gratis kurshelg da det potensielt kan bety at vi ikke har midlene allikevel.

For at Ammehjelpen skal kunne bestå og videreutvikles i tråd med endringer og behov, er det avgjørende at det statlige driftstilskuddet er stabilt og det er fortsatt ønskelig at det holdes på 3,0 millioner. Det må også tas i betraktning økte priser og utgifter for fremtiden og helst følge prisjusteringer årlig.



4. Arbeidsmiljø og likestilling

Arbeidsmiljøet er godt. Det har ikke blitt rapportert om skader eller ulykker på arbeidsplassen.

Ammehjelpen består av kvinner som driver mor-til-mor-støtte ved amming. Menn kan ikke være amnehjelpere, da det er et krav at man må ha egen ammeerfaring. Dette er ikke i strid med likestillingsloven, jfr. § 8, foreninger. Menn kan være aktive medlemmer, tillitsvalgte og ansatte i organisasjonen.

4.1: Ytre miljø

Virksomheten medfører verken forurensning eller utslipp som kan være til skade for det ytre miljøet.

5. Medlemmer og amnehenvendelser

5.1: Medlemsoversikt 2017 – 2024

Årstall	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Ammehjelpere	160	184	209	208	231	253	288	299
Støttemedlemmer	94	79	296	357	460	670	795	798
Støttemedlemmer helse	74	67	63	44	39	0	0	0
Aktive medlemmer	302	258	183	6	7	6	5	5
Æresmedlemmer	10	12	11	11	11	12	12	12
Totalt	640	600	762	626	748	941	1100	1114

Det totale medlemstallet i Amnehjelpen viser en markant nedgang fra 2019 til 2020. Det henger sammen med en opprydning i medlemssystemet, og kan tyde på at tallene fra de foregående år har vært litt for høye. I 2023 er det ført registrerte (ikke nødvendigvis *betalende*) medlemmer i kategorien støttemedlemmer, så den er nok litt høy.

Til og med 2019 har «aktive medlemmer» (350 kr/år) omfattet alle som bestilte amnehjelperpakken, men fra 2020 er disse overført til «støttemedlemmer» (300 kr/år) og er per definisjon kandidater til amnehjelperoppgaven.

«Aktive medlemmer» er de som er aktive med verv i lokalgrupper eller sentralt, men ikke driver som amnehjelpere. Kategorien «støttemedlemmer helse» er faset ut ved naturlig avgang. Det ble ikke sendt krav til de resterende for 2022. Kategorien fjernes da 2022 er første rapportere år.

I 2024 mistet vi to medlemmer av Amnehjelpen. I april gikk vårt kjære æresmedlem Hans Christian Børresen bort. Hans Christian er det eneste mannlige æresmedlemmet hos Amnehjelpen. I desember mistet vi vår kjære amnehjelper Elin Mari Fjeldheim altfor tidlig. Amnehjelpen sendte blomster til begge begravelsene.



5.2: Rekruttering av amnehjelpere

Rekruttering av amnehjelpere skjer i stor grad gjennom Amnehjelpsgruppen på Facebook, men også blant mødre som har fått hjelp av oss, og venner og bekjente.

24 nye amnehjelpere besvarte oppgaven og ble godkjent i 2024. (tallet var 52 i 2023)
Det var to rekrutteringsprosjekt i 2024, et på sensommer og et i desember.

Veiledere i 2024: Elin Sebjørnsen, Siv Helen Hansen, Torø Ingvild Lien, Heide Thorsen, Guro Øydgard, Hege Marissa Kåsbøl Ødegård, Hedda Embla Ophaug Bekkelund og Inga Malene Bruun. Hege, Hedda Embla og Inga Malene ble veiledere i 2024 etter behov for flere veiledere.

Faglig ansvarlig for amnehjelperoppgaven og veiledergruppen er jordmor, IBCLC, MNSc Ina Landau Aasen, jordmor og IBCLC Tine Greve og Amnehjelpens styre er ansvarlig for at det foreligger en egnet prøve for nye amnehjelpere.

Nye amnehjelpere får tildelt en fadder som følger dem opp med veiledning i det første halvåret.

Faddere i 2024: Kristine Skreosen Mandelid, Ingrid Graue Handeland, Inga Malene Bruun, Eileen Hauge Kjellsen, Sannija Goleva-Fjellet, Izabella Katharina A. Sætherø, Josefine Solbakken, Kjersti Gram Lindstad, Rachel Myr, Lise Himo, Cathrin Myrvold, Andrea Hanisch og Marie Sigstad Lande. Det har vært en del utskiftninger i faddergruppa, og noen har hatt permisjon deler av året.

I juli 2022 ble det opprettet en egen Facebook-gruppe for amnehjelperkandidater. Formålet er å inspirere og hjelpe kandidatene til å få levert oppgaven. Vi ser fortsatt i 2024 at gruppen har en positiv effekt, og at det engasjerer til mer aktivitet. På sikt ønsker vi at dette skal bidra til at flere gjennomfører og leverer oppgaven.

5.3: Æresmedlemmer

Elisabet Helsing, (†) Kari Paalgard Pape, Anna Strand, Eli Heiberg († oktober 2023), Hans Christofer Børresen († april 2024), Gro Nylander, Elin Liseth (†), Anne-Karin Paulsen, Mette Lawlor, Rachel Myr, Anne Bærug, Tine Greve, Else Nielsen († juni 2022), Anna-Pia Håggkvist, Vibeke Sæther og Anne Sigstad.

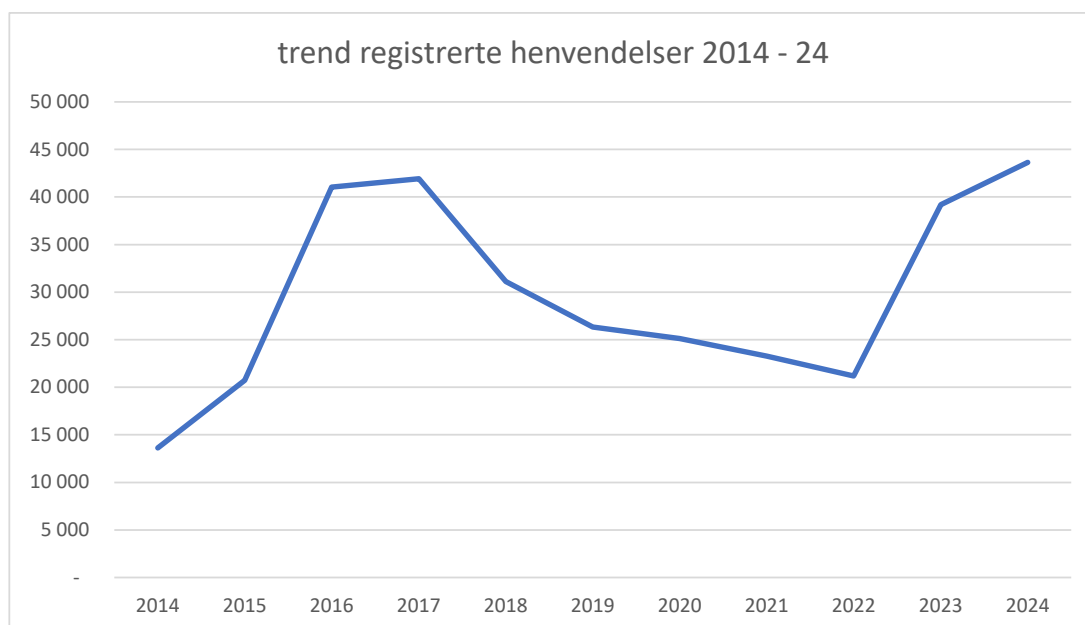


5.4: Statistikk over amnehenvendelser 2016 – 2024

Årstall	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Antall Amnehjelpere	156	160	184	200	208	231	253	288	299
Ant. Levert rapport	133	138	154	159	163	171	177	229	203
Svarprosent	85 %	86%	84 %	79 %	80 %	75 %	70 %	80 %	68 %
Rapporterte	41045	41915	31118	26330	25107	23281	21185	39197	43641
Estimerte	1977	6987	3734	2811	2693	2881	-	-	-
Totalt	22808	43022	48902	34852	29141	27800	21185	39197	43641

Antall amnehjelpere 2024: 299. Det nye systemet skiller ikke mellom dem som hadde rapportert null og dem som ikke hadde rapportert. Det er derfor ikke regnet ut estimerte henvendelser. Denne statistikken er ikke helt sammenlignbar med tidligere år. Antall henvendelser er høyt og med færre antall amnehjelpere som har rapportert betyr det mange av amnehjelperne besvarer svært mange henvendelser. Vi har brukt 2024 på å finne løsninger som gjør at flere som er registrert som amnehjelpere også er aktive som amnehjelpere. Herunder er faglig oppdatering, amnestueprat og tettere oppfølging av nye amnehjelpere tiltak.

I august 2022 gikk vi over til nytt system for mottak og registrering av amnehenvendelser. Alle amnehjelperne måtte sette opp egen epostadresse og logge seg inn på nytt for å motta henvendelser på telefon og epost. Dette førte til at vi i en periode hadde svært få amnehjelpere tilgjengelig. Det viser en tydelig nedgang i statistikken for 2022. I 2023 ser vi at de fleste er implementert i det nye systemet. Årsaken til lavere svarprosent i 2024 er trolig at vi har økt antall amnehjelpere ilt året, samtidig som færre har vært aktive i sitt verv.



Antall registrerte amnehenvendelser er en god del lavere i årene 2019-22 enn i årene 2016-18, noe som blant annet henger sammen med at vi ikke har tatt hjemmebesøk eller holdt kurs under pandemien. Se også forklaring under den forrige grafen.

Den store oppgangen i årene 2015-17 har sammenheng med økt satsing på Facebook disse årene. *Ammegruppen* ble startet i 2015 og mange amnehjelpere var aktivt med der. I 2016 startet vi vår egen gruppe, *Ammehjelpsgruppen*, og amnehjelperne bidro mye de to første årene. I tillegg var det funksjoner på Facebook som registrerte all aktivitet på personnivå, og vi kunne ta ut nøyaktig statistikk over dette. Fra 2018 forsvant den funksjonen, og amnehjelperne må selv estimere sin aktivitet.

Gruppen fungerer som opplæringsarena for gravide, ammende, helsepersonell og kommende og nåværende amnehjelpere. Den har derfor med tiden blitt mer selvgående, og amnehjelperne trenger ikke å bruke like mye tid der som i oppstartsfasen. Samtidig er det mye aktivitet.

En annen årsak til nedgang i antall henvendelser frem til 2022 er nettsiden vår, amnehjelpen.no. Vi antar at flere i større grad har funnet og finner svar på spørsmålene sine på egen hånd – noe som var ett av målene med den nye nettsiden. Samtidig ser vi at antall henvendelser har økt de siste to årene og tallene for 2024 viser at vi besvarte over 43000 henvendelser.

Ammehjelpen lanserte i juni 2019 en ny, mobilvennlig nettside. Alle artiklene ble skrevet om og oppdatert, slik at de ble enklere å lese. Det ble også enklere å finne fram.

Fra 2018 til 2024 har antall brukere av siden økt fra 382 000 til 592 000 (783 000 i 2022 mye grunnet spleisen som fant sted på høsten). De besøkende bruker mer tid på hver enkelt artikkel, og leser flere artikler mens de er innom.

Se også pkt. 8.

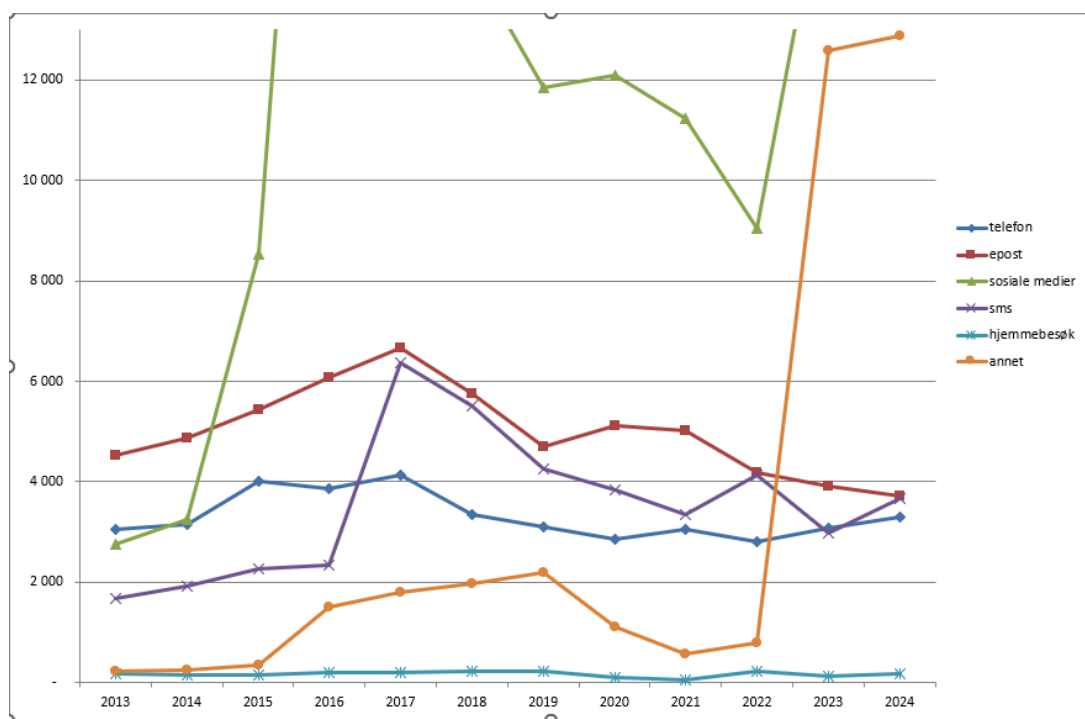
Ammehenvendelser fordelt på kommunikasjonsområde 2009 – 2024

Ammehenvendelser fordelt på kommunikasjonsområde 2009 - 2024																
	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024
Telefon	3 666	1 952	2 060	2 183	3 045	3 146	4 009	3 876	4 133	3 356	3 111	2 865	3 043	2 799	3083	3311
epost	2 340	1 920	2 203	3 415	4 525	4 880	5 426	6 073	6 669	5 749	4 696	5 111	5 016	4 189	3912	3728
sosiale medier	669	264	1 395	1 214	2 748	3 242	8 531	27 031	22 746	14 313	11 836	12 076	11 240	9 032	16520	19875
sms	-	23	393	602	1 668	1 929	2 262	2 338	6 360	5 512	4 265	3 843	3 349	4 139	2970	3675
hjemmebesøk	112	80	126	132	172	170	147	217	208	225	223	103	50	226	142	180
annet	-			215	233	256	360	1 510	1 799	1 963	2 199	1 109	583	800	331	279
Videosamtale															70	131
Intern veiledning i gruppe															207	134
Veilederaktivitet															202	45
Fadderaktivitet															387	272
Arrangøraktivitet															485	648
Lokal aktivitet															10394	310
Annen aktivitet															494	10873
Totalt	6 787	4 239	6 177	7 761	12 391	13 623	20 735	41 045	41 915	31 118	26 330	25 107	23 281	21 185	39 197	43 461

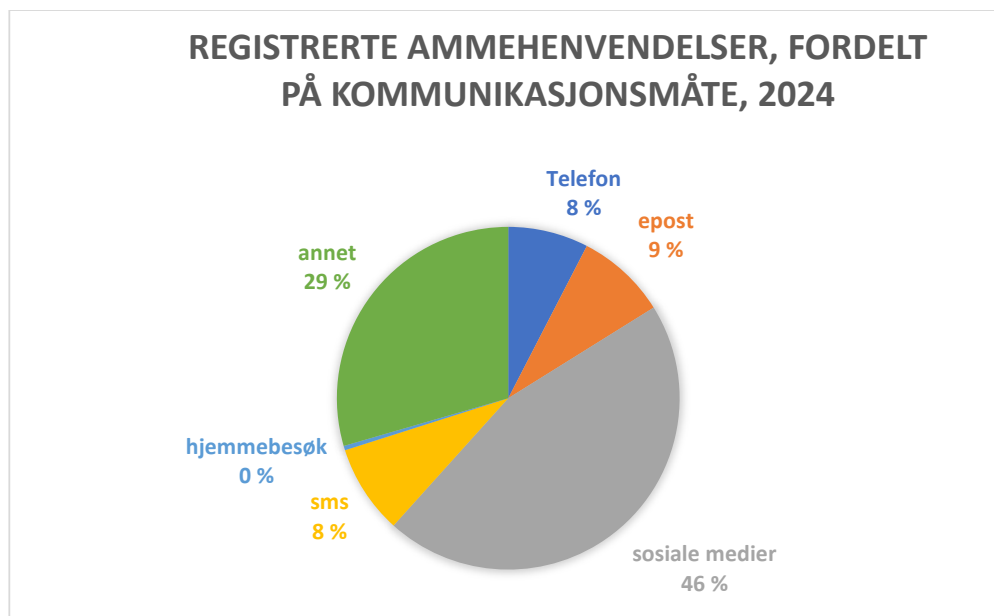
I 2023 ble det opprettet 7 nye faner for rapportering. Dette ble gjort etter at flere amnehjelpere ikke opplevde at sin arena var dekt innen rapporteringen. For at vi skulle få best mulig oversikt over hvor vi ble kontaktet og vår aktivitet lå ble det opprettet følgende nye kategorier for 2023: Videosamtale, intern veiledning 1-1, intern veiledning i gruppe, veilederaktivitet, fadderaktivitet, arrangøraktivitet og lokal aktivitet. Alle er med på å vise omfanget av den frivillige innsatsen som legges ned for å gi familier, mødre og barn best mulig informasjon og bistand da de kontakter Amnehjelpen.



Ammehenvendelser fordelt på kommunikasjonsområde 2009 – 2024



Ammehenvendelser fordelt på kommunikasjonsområde 2024

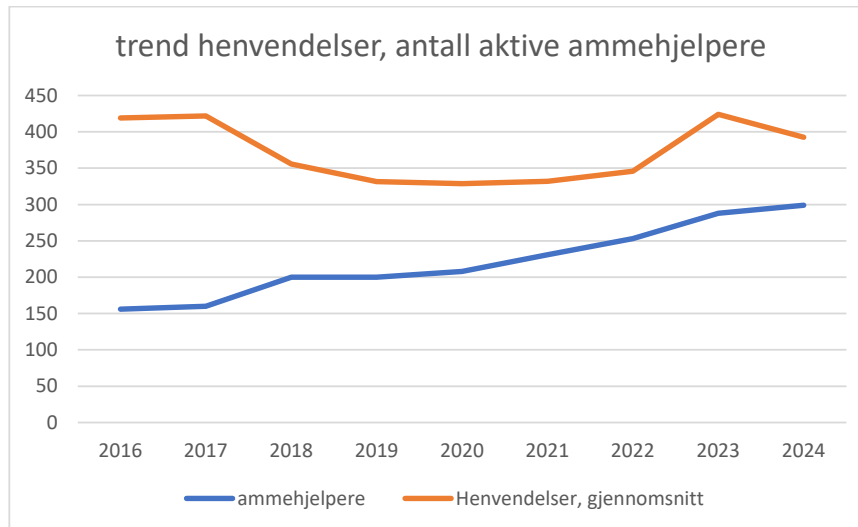


Sosiale medier står fortsatt for en svært stor delen av de registrerte henvendelsene.



Den viktigste direkte kontakten og oppfølgingen mor-til-mor foregår, også i 2024, på telefon, SMS/Messenger og epost. Hjemmebesøk har tatt seg opp etter pandemien, med 180 hjemmebesøk i 2024. Grunnet svært høye tall på henvendelser vises dette i diagrammet som 0%.

Annet dekker de nye kategoriene videosamtale, internveiledning i gruppe, veilederaktivitet, fadderaktivitet, arrangøraktivitet, lokalaktivitet, kurs, pumpeutleie og tilfeldige møter der ammehjelperen blir spurt om råd. Her ser vi at denne er høyest, trolig fordi registrering av aktivitet nå er mer forståelig for ammehjelperen.



Det har vært en målsetting for Ammehjelpen å gjøre informasjon lettere tilgjengelig for brukerne gjennom Ammehjelpsgruppen og artiklene på ammehjelpen.no.

I tillegg har vi fokusert på å verve flere ammehjelpere.

Grafen over viser at grepene vi har tatt har hatt den effekten vi ønsket en stund. Belastningen på den enkelte frivillige ammehjelper avtok en periode, men ble så større igjen. I 2024 kan vi se at gjennomsnittlig antall henvendelser har gått nedover igjen.

Trykket blir tilsvarende større på organisasjonen for å drifte og oppdatere nettsider og sosiale medier, og dette koster penger.



6. Landstreff, generalforsamling og fagdag

6.1: Fagseminar 2024

Arrangementskomiteen sto for et veldig bra faglig program og god gjennomføring. Det var lagt til rette for både digital overføring og fysisk oppmøte. Det var 149 deltagere fysisk til stede, hvorav 66 amnehjelpere og 244 deltok digitalt, hvorav 43 amnehjelpere.

Programmet hadde disse foreleserne og temaene:

Hvordan få til en god ammeforberedende samtale med gravide? **Kine Vazon:** Barnepleier, ammeveileder og fagutvikler. Har jobbet 20 år på føde og barsel. NBO-observatør. Styreleder i sykehusutvalget i Delta oppvekst. Ansvarlig for årlig barnepleierkonferanse. Amnehjelper siden 2016.

Hvordan gi god ammeveiledning? **Ina Landau Aasen:** Jordmor, MNsc, IBCLC og amnehjelper. Hun er seksjonsleder for Enhet for amming ved FHI (tidl. Nasjonal kompetansetjeneste for amming).

Hvordan veilede mødre i pumping? **Ingebjørg Finnesand:** Daglig leder i Ammeklinikken. Sykepleier. Har tidligere jobbet ved barsel + nyfødttintensiv, Stavanger Universitetssykehus. Sensor Via. Foreleser ved UiS, master i helsesykepleie. Ammeveileder NKA, 2014. IBCLC, 2018, (resertifisert 2023).

Hvordan møte kvinner med ammeutfordringer? **Lina Palmér:** Jordmor, dosent og førsteamanuensis i sykepleievitenskap ved Universitetet i Borås, Sverige. Hun ønsker å skape en dypere forståelse av eksistensielle problemstillinger i omsorgen. Slik kunnskap er viktig for å utvikle omsorg som fremmer helse, velvære og restitusjon. Forskningen hennes beveger seg mellom eksistensielle spørsmål som berører livets begynnelse til livets slutt, blant annet ved å bidra til kunnskap om amming og ammevansker.

Hvordan veilede mødre i amming av sugesvake barn? **Beth Kristin Jåtten:** Sykepleier og ammeveileder. Har jobbet 20 år på nyfødt intensiv i Stavanger. Har vært med på å utforme e-læringskurs for helseforetak om «amming av premature og diesvake barn». Hun har også undervist om amming av premature og syke nyfødte på trinkkurs (i regi av Enhet for amming) i 2 år.

Legemiddelbruk ved amming: Hva er viktige faktorer å vurdere? **Gro Havnen:** Farmasøyt siden 2002. Har legemiddelbruk hos gravide og ammende som spesialfelt. Ansatt hos RELIS Sør-Øst siden 2012. Jobber spesielt inn mot tjenesten Trygg Mammamedisin i forbindelse med spørsmål om legemiddelbehandling ved graviditet og amming, og ved formidling av risiko/sikkerhet – som er svært viktig å tenke på når man skal gi informasjon til gravide og ammende.

Hvordan gi ammeveiledning ved stramt tungebånd hos barnet? **Tine Greve:** Jordmor og IBCLC. Ansatt ved Enhet for amming og ved Bambus Famileklinikk.

Amnehjelpens BegeistRingsPris 2024 ble delt ut. Vinneren var Barsel B, OUS.



6.2: Landstreff 2024!

Det var 62 ammehjelpere som møtte fysisk til landstreff lørdag, hvor det var presentasjon av nøkkelpersoner i Ammehjelpen og utdeling av ammehjelper-armbånd og charms og faglig program fram til lunsj:

Lørdag;

08.30 Registrering

09.00 Velkommen!

09.30 Informasjon fra styreleder. Presentasjon av nøkkelpersoner i Ammehjelpen. Utdeling av ammehjelper-armbånd og charms.

10.30 Sår: Det skal vel gjøre vondt å amme i starten? (Ina L. Aasen)

10.30 Stand med IT-hjelp for den som trenger det (samtidig som forelesning)

11:00 Sår – casework

12:00 Quiz

14.00 – 16.00 Generalforsamling.

Søndag:

09.00 Tilbakeleent amming realtime med Rachel

09.00 Stand med IT-hjelp for den som trenger det

11.00 Rundbord

12:45 Avslutning v. arrangementskomiteen

Landstreffhelga avsluttet med lunsj.

6.3: Generalforsamling

Den 52. ordinære Generalforsamling i Ammehjelpen ble holdt på Quality Airport Hotel, Stavanger, lørdag 13. april. Alle ordinære generalforsamlingssaker ble behandlet. Det var samlet 63 deltagere, hvorav 60 stemmeberettigede. Generalforsamlingen ble ikke overført digitalt. Referat foreligger.

Dokumentet er signert digitalt av:

- Øydgard, Guro Wisth (28028640007), 04.04.2025
- Salte, Olaug Øksnevad (14059235029), 03.04.2025
- Arnesen, Stine Treider (04048745682), 03.04.2025
- Henriksen, Marianne (05028633647), 03.04.2025
- Asbjarnardottir, Malena Sif (01128915687), 03.04.2025
- Bruun, Inga Malene (14068042640), 03.04.2025
- Bekkelund, Hedda Embla Ophaug (08069145036), 03.04.2025

Forseglet av



Posten Norge

7. Vedtekter og retningslinjer

Det ble ikke gjort vedtektsendringer i 2024. Forslaget om å gjøre endringer i ordlyden (mødre og mødrenes) i formålspragrafen ble stemt imot og den er derfor ikke endret.

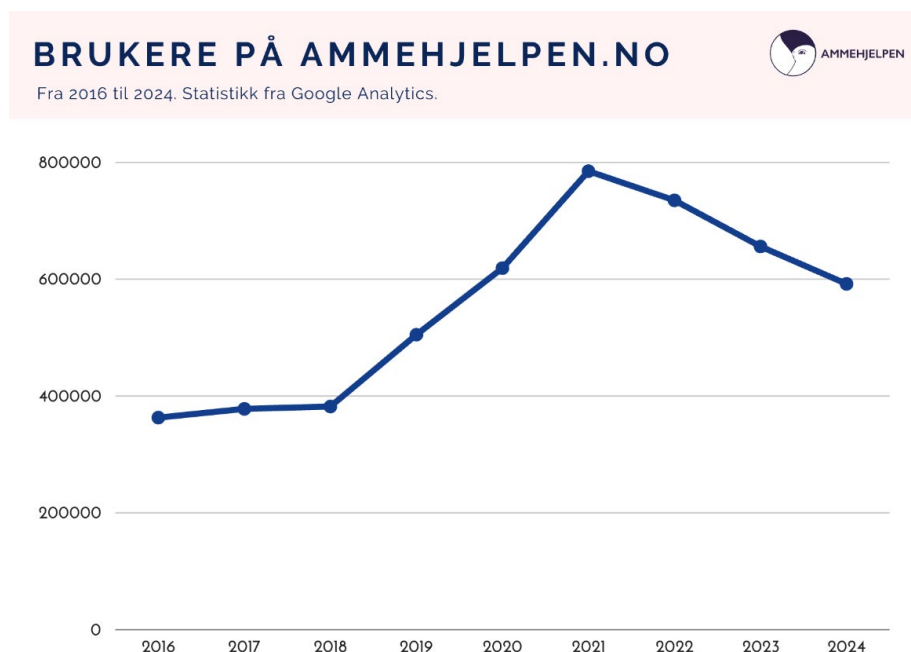
8. Ammehjelpen.no

8.1: Nettsiden ammehjelpen.no

Camilla Krogli Hansen er ansatt i en 50 % fast stilling fra 1.april 2024. Tekniske løsninger leveres av Increo. Vi bruker Google Analytics som statistikkverktøy.

I årene 2016-2018 var antall brukere relativt stabilt. Etter lansering av ny nettside i 2019 har vi hatt en markant økning i hvor mange som bruker sidene våre.

Dette skyldes i stor grad at artiklene er oppdatert og skrevet om slik at de er enklere å lese og bruke, og at den nye nettsiden er mer brukervennlig på mobil. 91,4 prosent av leserne våre var inne på nettsiden via mobilen i 2024.



Nettsiden hadde 592 000 brukere i 2024. Dette er en nedgang fra 2022 og 2023. Årsaken er sannsynligvis at brukerne på nettsiden fra og med oktober 2022 aktivt måtte godkjenne at vi bruker cookies for å hente inn statistikk. Google Analytics ble dessuten oppgradert til ny versjon våren 2023, noe som kan ha endret måten brukere telles på.



Under hver artikkel får leserne spørsmålet: «Var denne artikkelen nyttig for deg?» 94,4 prosent av de som har svart, har svart ja.

10 mest populære artikler på nettsiden i 2024:

1. Oppbevaring av morsmelk
2. Hvordan sover og oppfører en normal baby seg?
3. Alt du trenger å vite om nattamming
4. Hvor ofte skal jeg amme?
5. Hva er normal avføring hos det fullammede barnet?
6. Ammestart (kategori)
7. Urolig baby om kvelden
8. Hva kan jeg spise og drikke?
9. Gulp, reflux og rap
10. Såre og vonde brystvorter

8.2: Ammehjelpens digitaliseringsprosjekt

Nytt innloggingssystem for ammehjelpere, **ammehjelper.no**, og nytt epostsystem ble lansert i august 2022. Epostsystemet har forbedret funksjonalitet og trygghet, og innloggingssiden har nytt design samt forbedrede funksjoner for å redigere personinfo, sette seg av/på epost og telefon, rapportere ammehendelser og se fullstendig liste over ammehjelperne. Det er også lenket til viktig informasjon til ammehjelpere, som ligger som ikke-søkbare nettsider på ammehjelpen.no.

Systemet er knyttet opp mot Microsoft Office 365. Alle ammehjelpere er tildelt en «ammehjelpen.no»- epostadresse for sikker bruk i tråd med personvernreglene. Samtidig har styret og ledelsen tatt i bruk Microsoft Teams som plattform for samhandling.

Det har vært utfordringer i overgangsfasen, og styremedlemmene har lagt ned en stor innsats for å hjelpe medlemmene med å opprette bruker og logge seg på.



9. Sosiale medier og nyhetsbrev

9.1: Nyhetsbrev

Ammehjelpen bruker tjenesten Cornerstone som medlemssystem og dette innehar også nyhetsbrevfunksjon. Vi sender temanyhetsbrev som reflekterer oppdaterte og relevante artikler fra nettsiden vår til helsepersonell, ammehjelpere og mødre.

Nyhetsbrev om andre temaer er sendt ut etter behov. Det er sendt noe færre nyhetsbrev i 2024 grunnet kapasitet.

3216 (2945 i 2023) personer abonnerer på nyhetsbrev.

9.2: Ammehjelpsgruppen på Facebook

Ammehjelpsgruppen organiseres av en admingruppe på fire personer. Teamet modererer og arbeider med gruppen jevnt gjennom døgnet. Det er en egen chat der ammehjelpere som er aktive i gruppen kan melde inn rapportering av innlegg og kommentarer, samt kommunisere rundt drift av gruppen. Gruppen hadde pr 31.12.2024 rundt 48 000 medlemmer (ca 46 000 i 2023). Vi opplever at flere velger å bli igjen i gruppen etter endt ammeforløp og bidrar videre med egenerfaring og råd.

Det er et gledelig høyt antall tidligere medlemmer som melder seg inn igjen ved et nytt svangerskap. Gruppen har høy aktivitet og har et godt omdømme blant mødre. Vi ser stadig at den er anbefalt av helsepersonell på føde/ barsel, helsesykepleier, leger m.fl. Dette kommer tydelig fram i svarene ventende medlemmer gir på de spørsmålene som kreves for innmelding i gruppen.

Den har etablert seg som et positivt verktøy for mødre. Vi ser en positiv trend der mødre adopterer svar og råd fra ammehjelpere i gruppen, og svarer andre mødre med disse. Dette har bidratt til at behovet for veiledning direkte fra ammehjelperne har gått ned, jfr. statistikk over henvendelser til Ammehjelpen. Mødrene bruker også i større grad søkefunksjonen i gruppen, noe som medfører færre innlegg, da de finner svar uten å poste innlegg selv.

I tillegg til mødre er det en god del helsepersonell, blant andre leger, helsesykepleiere, jordmødre og barnepleiere, som bruker gruppen i læringsøyemed. Ammehjelpsgruppen er også viktig for rekruttering av nye ammehjelpere, og den synliggjør i stor grad jobben som ammehjelperne gjør.

I gruppen har vi lagt til rette for at masterstudenter og andre får mulighet til å bruke gruppen til innhenting av data til forskning. Det er utarbeidet egne retningslinjer for dette.



9.3: Ammehjelpens offisielle side på Facebook

Camilla Krogli Hansen har administrert denne kontoen siden 2020.

Nettsiden hadde 35 400 følgere pr 31.12.24, mot 34 240 samme dato i 2023.

Rekkevidde: 262 000 i 2024 mot 412 300 i 2023.

Det postes som regel 4-5 innlegg pr uke. Vi deler egne artikler, andre relevante og dagsaktuelle nyhetsartikler og kommentarer, i tillegg til ny forskning. Dette er en viktig kanal for å spre informasjon om amming og morsmelk til partnere, familie og helsepersonell som ikke er i den lukkede Ammehjelpsgruppen. Mange helsestasjoner følger oss og deler postene på egne sider.

9.4: «Ammehjelpen internt mellom oss»

«Ammehjelpen internt mellom oss» er en lukket/hemmelig gruppe på Facebook kun for godkjente ammehjelpere, der alle saker relatert til amming og Ammehjelpen kan postes og diskuteres. Gruppens administratorer har vært Magni Onsøien, Kristine Skreosen Mandelid, Olaug Salte, vikarierende daglig leder Åshild Riise, styreleder Guro Øydgard, Lillian Haugen og daglig leder Stine Treider Arnesen.

9.5: Ammehjelpen på Instagram

Camilla Krogli Hansen har administrert denne kontoen fra august 2020. Kontoen ble da koblet opp mot statistikkverktøy.

Vi hadde ca 33 700 følgere pr 31.12.24 mot 29 050 følgere samme dato i 2023.

Som administrator i Ammehjelpens sosiale medier kan man svare som Ammehjelpen i kommentarfelt hos andre aktører og like og dele andres innlegg som Ammehjelpen. Dette har bidratt til å gjøre oss mer synlige og tydelige i det offentlige ordskiftet.

9.6: Ammehjelperkandidater

Ved utgangen av 2024 var det 287 ammehjelperkandidater registrert i egen Facebookgruppe for de som skal ta ammehjelperprøven. Gruppen drives av styremedlem Olaug Salte som samarbeider med Rachel Myr som holder ammecafeer digitalt hvor det blir tatt opp tema som er relevante for ammehjelpere og kandidater for å få mer fagkunnskap og ta for seg reelle caser sammen. Dette medfører at flere fullfører oppgaven på sikt og at ammehjelperne sammen kan finne oppdatere seg faglig innen feltet.



10. Høringer/politisk virksomhet

10.1: Høringssvar

30.juni. Ammehjelpen sendte skriftlig innspill om forsterket innsats for sosial utjevning og mobilitet.

16.oktober. Ammehjelpen hadde muntlig innspill til Statsbudsjettet, og fra Ammehjelpen deltok Camilla Krogli Hansen og Stine Treider Arnesen. Det ble også sendt skriftlig innspill i etterkant.

10.2: Politiske møter og markeringer

8.februar. Ammehjelpen møter KRF. Mathea Fjukstad Hansen representerte KRF, og fra Ammehjelpen deltok Camilla Krogli Hansen, Izabella Katharina Abourdouine og Stine Treider Arnesen

13.februar. Ammehjelpen deltok på innspillsmøte i Trondheim om barnets 1000 første dager i regi av Helse- og omsorgsminister Ingvild Kjerkol og barne- og familieminister Kjersti Toppe for Helse- og omsorgsdepartementets kartlegging av tjenestene og systemene som skal fange opp utfordringene og manglene i helsesystemet. Det ble videre sendt inn innspill fra Ammehjelpen. Fra Ammehjelpen deltok Izabella Katharina Abourdouine og Stine Treider Arnesen

12.september. Ammehjelpen deltok på innspillsmøte på Stortinget om kvinnehelse i regi av SVs nestleder Marian Abdi Hussein. Det ble sendt inn innspill fra Ammehjelpen i etterkant. Fra Ammehjelpen deltok Camilla Krogli Hansen og Stine Treider Arnesen

10.3: Andre møter

27. februar Samarbeidsmøte mellom Ammehjelpen og Helsedirektoratet. – Gry Hay, Sølvi Holmgren, Tine Greve, Anne Bærug, Solveig Torp og Ann-Magrit Lona representerte Helsedirektoratet, Stine Treider Arnesen, Izabella Katharina Abourdouine Sætherø og Camilla Krogli Hansen representerte Ammehjelpen.

30. april og 8. november: Møte om referansegruppe for revidering av nasjonalfaglig retningslinje for svangerskap, fødsel- og barsel. Marianne Henriksen og Izabella Katharina Abourdouine Sætherø presenterte Ammehjelpen 30. april, Camilla Krogli Hansen og Marianne Henriksen 8. november.

12. juni: Ammehjelpen presenterer organisasjonen for Barselambassadørene på et av deres to årlige møter. Stine Treider Arnesen presenterte digitalt for Ammehjelpen.

6. september Samarbeidsmøte mellom Ammehjelpen og Helsedirektoratet – Gry Hay, Ann-Magrit Lona, Anne Bærug representerte Helsedirektoratet, Stine Treider Arnesen og Camilla Krogli Hansen representerte Ammehjelpen.



17. september og 19. november Helsedirektoratet inviterer til samarbeid mellom partene i arbeidslivet og brukerorganisasjonene med mål om å gjøre regelverket om ammefri bedre kjent og praktisert i arbeidslivet. Magni Onsøien, Marianne Henriksen, Camilla Krogli Hansen og Åshild Riise deltar.

11. Representasjon

06-07.februar. Stand på barnepleierkonferansen. Stine Treider Arnesen representerte Ammehjelpen på stand.

20-21.februar. Stand på LaHs Fagdag i Oppland. Stine Treider Arnesen representerte Ammehjelpen på stand.

27.februar. Ammehjelpen deltar på LilleLabs arrangement for å veilede og støtte mødre omkring amming. Ammehjelper Dina Heiberg og Malin Holm representerte Ammehjelpen

05. mars. Stand på LaHs Fagdag i Akershus. Stine Treider Arnesen representerte Ammehjelpen på stand.

07. mars. Stand på LaHs Fagdag i Vestfold. Stine Treider Arnesen representerte Ammehjelpen på stand.

08.mars. Ammekafe på Hamar Helsestasjon. Ammehjelpen Innlandet ved Kjersti Gram Lindstad og Marie Sigstad Lande representerte Ammehjelpen.

04.April. Stand på LaHs Fagdag i Innlandet. Åshild Riise representerte Ammehjelpen på stand.

08-10.April. Barsel- og barnepleierkonferansen, Storefjell/Gol. Izabella Katharina Abouradoine Sætherø og Christine Lystad representere Ammehjelpen med et innlegg og stand begge dager.

25.April. Barseltreff på Bø helsestasjon. Martine Hagen representere Ammehjelpen med informasjon om organisasjonen og tilbudet om ammeveiledning.

26.April. Stand på Kvinnehelsekonferansen 2024 – Mors Helse. Eileen Hauge Kjellsen, Lilly Koppen Mjanger og Jenny Høgberg Wiik fra Ammehjelpen i Bergen representerte Ammehjelpen på stand.

22.mai. Ammecafe i Asker. Ammehjelper Denise Øksendal arrangerte treffet og Andrea Lid Pereira og Kine Vestengen Vazon bidro.

22.mai. Rachel Myr og Ingvild Matre Stølen holdt faglig innlegg om amming i regi av Ammehjelpen på Arendal helsestasjons ammefagdag.

12-16. august. Rachel Myr, Inger Heilien, Kristine Skreosen, Malena Sif Ásbjarnardóttir Olofsson, Anita Sjøblom Schrøder og Ingvild Matre Stølen representerte Ammehjelpen Arendalsuka. Det var



satt opp eget telt for å dele informasjon og gi ammehjelp ved behov. Ammehjelpen var tilstede fra mandag til fredag.

9.september: Ammehjelpen ble invitert av Bufdir til felles møte med sentrale kvinneorganisasjoner og organisasjoner som jobber med kjønnslikestillingspolitiske problemstillinger med særlig vekt på kvinner i Norge. Dina Heiberg representerte Ammehjelpen.

13.september: Ammecafe på Ville Ting i Stavanger. Marie Lea, Anne-Britt Halonen og Olaug Salte representerte Ammehjelpen.

13-14.september: Åshild Riise deltok på stand på Kiddieverse i Kristiansand og representerte Ammehjelpen.

17-19. september. Hedda Embla Ophaug Bekkelund, Hanne Olsen, Oda Marie Husbyn, Stine Hanssen Brattland og Camilla Krogli Hansen representerte Ammehjelpen på Helsepsykepleierkongressen i Trondheim.

20-21. september. Landsmøte og jordmordagene i Bodø. Andrea Hanisch representerte Ammehjelpen på stand.

19-20. oktober. Nasjonalt bæretreff i Oslo. Åshild Riise representerte Ammehjelpen på stand.

1. november. Ammekafe på Elverum Helsestasjon. Ammehjelpen Innlandet ved Kjersti Gram Lindstad, Åshild Riise og Marie Sigstad Lande representerte Ammehjelpen.

12. Prosjekter

Brosjyrer

På høsten 2024 utarbeidet Ammehjelpen en ny brosjyre for helsestasjoner, barselavdelinger og annet helsepersonell. Målet er at helsepersonell kan benytte brosjyren i samtale med foreldre omkring amming og barseltid og slik bidra til en best mulig start. Innholdet er i stor grad hentet fra våre artikler om ammestart og barseltid og basert på Ammehjelpens erfaring med å hjelpe ferske foreldre ved spørsmål omkring amming og morsmelk – og alt annet som kan knyttes til dette. Brosjyren har 20 sider og er trykket i A5-format. Brosjyren kan bestilles gratis via Ammehjelpens nettside. I 2024 ble det sendt ut over 40.000 eksemplarer av brosjyren. En engelsk versjon er også påbegynt og planlagt ferdigstilt i 2025.

Ammestue

Våren 2023 opprettet Ammehjelpen konseptet «ammestue» hvor ammehjelpere inviteres annenhver uke til et Teams-møte med IBCLC og ammehjelper Rachel Myr som ordstyrer og mentor. Det tas opp ulike tema for informasjon og diskusjon samt at alle deltagere kan stille spørsmål eller presentere caser eller tema de trenger mer kunnskap om. Konseptet er tatt godt imot og det er godt digitalt oppmøte. Hensikten med ammestue å ha en lavterskel arena for å stille spørsmål, lytte og snakke sammen samt bidra til økt kunnskap blant ammehjelpere. Samtidig senker det terskelen for å be om bistand og de frivillige blir tryggere i møte med de varierende casene som ammehjelpere mottar. Det er alltid en fra styret som bistår. Det har vært Cathrin Myrvold 23-24 og Olaug Salte 24-25.



Opprettelse av Historisk råd.

Høsten 2023 besluttet Ammehjelpens sentralstyre å opprette en egen intern gruppe med personer som har et historisk perspektiv til Ammehjelpen. Dette er personer som har utmerket seg i Ammehjelpen via mange tiår, har bred fagkompetanse og er svært engasjerte. Ammehjelpens sentralstyre så det som hensiktsmessig å etablere et slik råd hvor sentralstyret kan rådføre seg med flere når det gjelder saker som omgår organisasjonen på et høyere nivå. Dette for å sikre en god gjennomgang av viktige saker og vedlikeholde Ammehjelpens historiske perspektiv. Ammehjelpens sentralstyre så at ved inngangen av nytt styre og ny daglig ledere i 2023 behovet for å hente historisk styrke fra Ammehjelpens egne. Det har etter opprettelse blitt tatt viktige saker til rådet hvor de har kommet med viktige og kunnskapsrike tilbakemeldinger som har gjort avgjørelser for Ammehjelpens sentralstyre enklere å gjennomføre.

Flyers i Babybox

Høsten 2023 skrev Ammehjelpens administrasjon ved sentralstyret, daglig leder og nettedaktør kontrakt med Babybox for å følge opp muligheten for å ilegge en flyer i deres utgivelser til kommende foreldre via Apotek 1 i Norge. Vi avtale å ilegge 40.000 flyers i deres babyboxer for 2024 slik at Ammehjelpen er representert og tilgangen for nye foreldre økes for å finne informasjon om spørsmål omkring amming. Prosjektet ble gjennomført med støtte fra Stiftelsen Sat Sapientis på 100.000 nok. Hensikten med prosjektet er å gi tilgang til informasjon om amming og morsmelk til alle foreldre som ikke er styrt av industrien. Ammehjelpen ser det som hensiktsmessig å være på arenaer hvor flere aktører møter kommende foreldre.

Ammehjelpens historieprosjekter

Ammehjelpens arkivprosjekt

Ammehjelpen har levert alt av skriftlig materiale til Arkivverket. En harddisk med film der tidligere ammehjelpere og andre støttespillere er intervjuet, er også levert. Disse filmene er i tillegg publisert på Ammehjelpens youtube-kanal og på ammehjelpen.no. Det gjenstår å levere en del digitale dokumenter fra etter 2000.

«**Månedens laktosaur**» - fast spalte på ammehjelpen.no. «Laktosaur» er en betegnelse på en «ammehjelper fra fortida». Et begrep som Elisabeth Helsing lanserte ved Ammehjelpens 30-års jubileum i 1998. Sidsel Pape har vært redaktør og hver måned presentert en laktosaur, med bilde, CV og en tekst de har skrevet selv. Sidsel avsluttet sitt arbeid i februar 2023, og leverte stafettspinnen videre til Anna-Pia Hågvitst og Anne Sigstad. Arbeidet er under gjennomgang og fortsetter i 2025.

Podkast

Våren 2024 bidro Ammehjelpen til at det ble laget 4 episoder om amming via podkasten Foreldrerådet. Det ble laget episoder om: Ammepress, hva partner kan gjøre for den som ammer, ammesorg og amming for nybegynnere. Deltagere på de nevnte podcastene var Guro Wisth Øydgard, Kine Vazon, Camilla Krogli Hansen, Izabella Katharina Abourdoine Sætherø og Stine Treider Arnesen

Camilla Krogli Hansen deltok også i en episode i podcasten Femihelse og Kine Vestengen Vazon deltok i to episoder i podcasten Fødselspodden.



13. Samarbeidspartnere

Helsedirektoratet. Ammehjelpen samarbeider med Helsedirektoratet i saker som angår amming.

Helsestasjoner, barselavdelinger og andre som ønsker det, kan ha samarbeid med Ammehjelpen lokalt.

Sykepleierforbundet. Ammehjelpen har startet et samarbeid med Sykepleierforbundet. Camilla Krogli Hansen og Stine Treider Arnesen var på møtet der i desember.

14. Ammehjelpen i media

Her er en oversikt over innlegg i media i 2024 der Ammehjelpen er omtalt og/eller ammehjelpere har uttalt seg:

09.09.2024: Vi forbereder oss til ammestart med Camilla Krogli Hansen (Femihelse podcast)

19.08.2024: Ammepress med sosiolog Guro Øydgard fra Ammehjelpen (Foreldrerådet podkast)

15.07.2024: Hjelp fra Ammehjelpen – hvordan få til en god ammestart. Kine Vestengen Vazon fra Ammehjelpen (Fødselspodden podkast)

03.06.2024: Barselplan – hvordan bør den se ut? Barnepleier og ammehjelper Kine Vestengen Vazon hjelper oss med mange gode tips og triks! (Fødselspodden podkast)

17.06.2024: Hva kan du som partner gjøre for den som ammer? Med Stine og Izabella fra Ammehjelpen (Foreldrerådet podkast)

27.05.24: [Fikk nei til å amme ved bassengkanten: – Norge har ingen lov som forbyr amming i offentligheten](#) (Aftenposten)

27.05.2024: Hva er ammesorg? Med Camilla Krogli Hansen fra Ammehjelpen (Foreldrerådet podkast)

22.04.2024: Amming for nybegynnere med Christine Lystad fra Ammehjelpen (Foreldrerådet podkast)

22.04.24: [Fikk beskjed om å dekke seg til da hun ammet sønnen på flyet](#) (NRK Vestland)

