

PLIVO kurs (Pågående livstruende vold) - Halden

Datum 13.10.2026
Subjekt Høgskolen i Østfold
Region Norsko
Kategorie Školství, Další vzdělávání, Bezpečnost

Vet du hva du skal gjøre dersom en alvorlig voldshendelse oppstår på campus? Gjennom dette kurset får studenter og ansatte praktisk kunnskap om hvordan de kan handle i en PLIVO-situasjon (pågående livstruende vold), og hvordan gode forberedelser kan bidra til økt trygghet når det virkelig gjelder. Bildet er generert av KI basert på prompt for tema på aktivitet.

I forbindelse med Nasjonal sikkerhetsmåned 2026 tilbyr Høgskolen i Østfold kurs i håndtering av pågående livstruende vold (PLIVO). Kurset er åpent for både studenter og ansatte og gir deltakerne innføring i hvordan man kan opptre dersom en alvorlig voldshendelse oppstår.

PLIVO-hendelser er sjeldne, men kan få alvorlige konsekvenser. Å kjenne til handlingsalternativer og være mentalt forberedt kan bidra til at du tar bedre beslutninger under stress og øker muligheten for å komme deg selv og andre trygt gjennom situasjonen.

Kurset er spesielt tilpasset universitets- og høyskolesektoren og kombinerer kunnskap om risikoforståelse, mental beredskap og konkrete handlingsalternativer.

Hva lærer du?

Kurset gir innsikt i hvordan du kan forberede deg på og håndtere en PLIVO-situasjon.

Temaer som gjennomgås:

- Forståelse av PLIVO-hendelser og risikobildet
- Hvordan utvikle mental beredskap
- Stressmestring og handlingsorientert tenkning
- Riktig bruk av prinsippet Løp - Skjul - Kjemp
- Hvordan opptre i møte med politiet
- Beslutningstaking i krevende situasjoner

Tid og sted

Kurset gjennomføres fysisk med mulighet for digital deltakelse. Det tilbys på begge campus samme uke.

Vi anbefaler fysisk deltakelse.

Påmelding

Velg datoen som passer best for deg:

- 13. oktober (Halden): <https://nettskjema.no/a/647204>
- 15. oktober (Fredrikstad): <https://nettskjema.no/a/647061>

Anbefalt forberedelse

Før kurset anbefaler vi at du gjennomfører et kort e-læringskurs om PLIVO. Dette gir et godt grunnlag og gjør det enklere å få fullt utbytte av den fysiske eller digitale undervisningen.

E-læringskurs (ansatte): <https://viewer.nanolearning.com/links/7pgSNFYOGyBDR1aJ/1274707>

Lenke til e-læringskurs for studenter publiseres senere.

[https://www.hiof.no/om/hms-sikkerhet-beredskap/sikkerhet-og-beredskap/sikkerhetsmaneden/arrangementer/plivo-kurs-\(pagaende-livstruende-vold\)---halden.html](https://www.hiof.no/om/hms-sikkerhet-beredskap/sikkerhet-og-beredskap/sikkerhetsmaneden/arrangementer/plivo-kurs-(pagaende-livstruende-vold)---halden.html)