
Peer Support
– One Team One Company
HURTIGRUTEN

Kort intro

-Hvem er Hurtigruten?



HURTIGRUTEN

2,137
ALLE ANSATTE

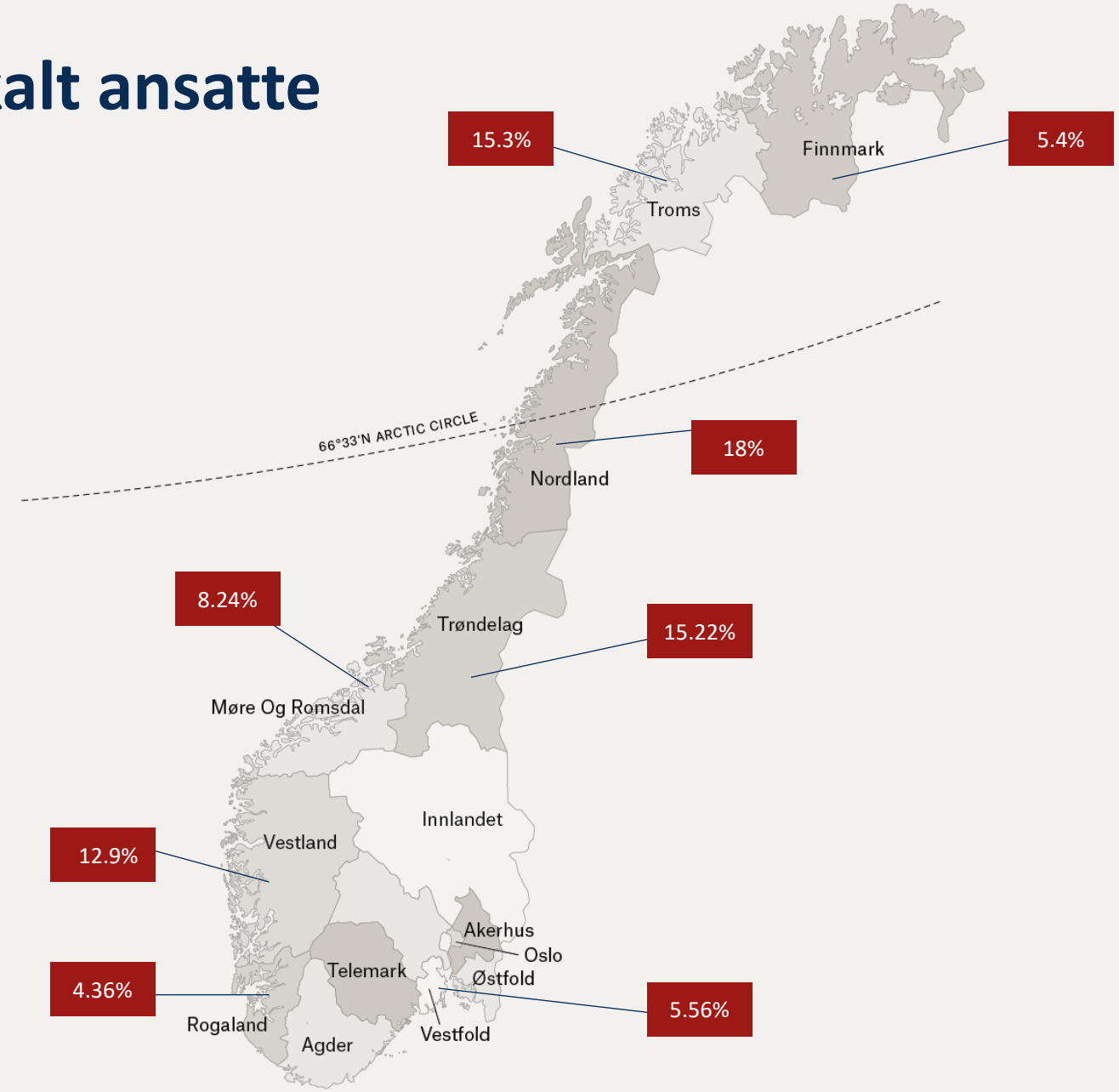
71%
ANSATTE PÅ SJØ

173
LÆRLINGER

61
NASJONALITETER



Lokalt ansatte





Våre kontorer



Vårt fokus er Norskekysten og Svalbard



- Hurtigruten seiler året rundt mellom 34 havner langs Norges kyst.
- Fleksible reiseruter hvor du kommer tett på hverdagslivet slik det utfolder seg langs kysten.
- Seiler fra Bergen i sør til Kirkenes i nord
- Lokale råvarer fra områdene vi seiler forbi danner grunnlaget for Norway's Coastal Kitchen



- Lengre opphold i utvalgte havner gir muligheten til å oppleve mer av Norge
- Omfattende aktivitetsprogram om bord ledet av vårt kunnskapsrike eksedisjonsteam.
- Det prisvinnende konseptet Norway's Coastal Kitchen leverer utsøkt mat i tre restauranter
- All-inclusive mat og drikke - med et bredt utvalg både med og uten alcohol.



- Driver Svalbards største reiselivsvirksomhet, inkludert tre hotel og fem restauranter, samt guidede aktiviteter og ekspedisjoner.
- Tilbyr sesongbasert ekspedisjonscruise med MS Serenissima, tidligere MS Harald Jarl
- Helårs tilbyder av arktiske opplevelser inkludert snøscooter og hundekjøring.
- Styrker Hurtigruten som markedsleder i arktisk reiseliv.

% Andel av estimert omsetning for 2025, eksklusive øvrige inntekter.

Antall skip


HURTIGR

Kollegastøtte i Hurtigruten

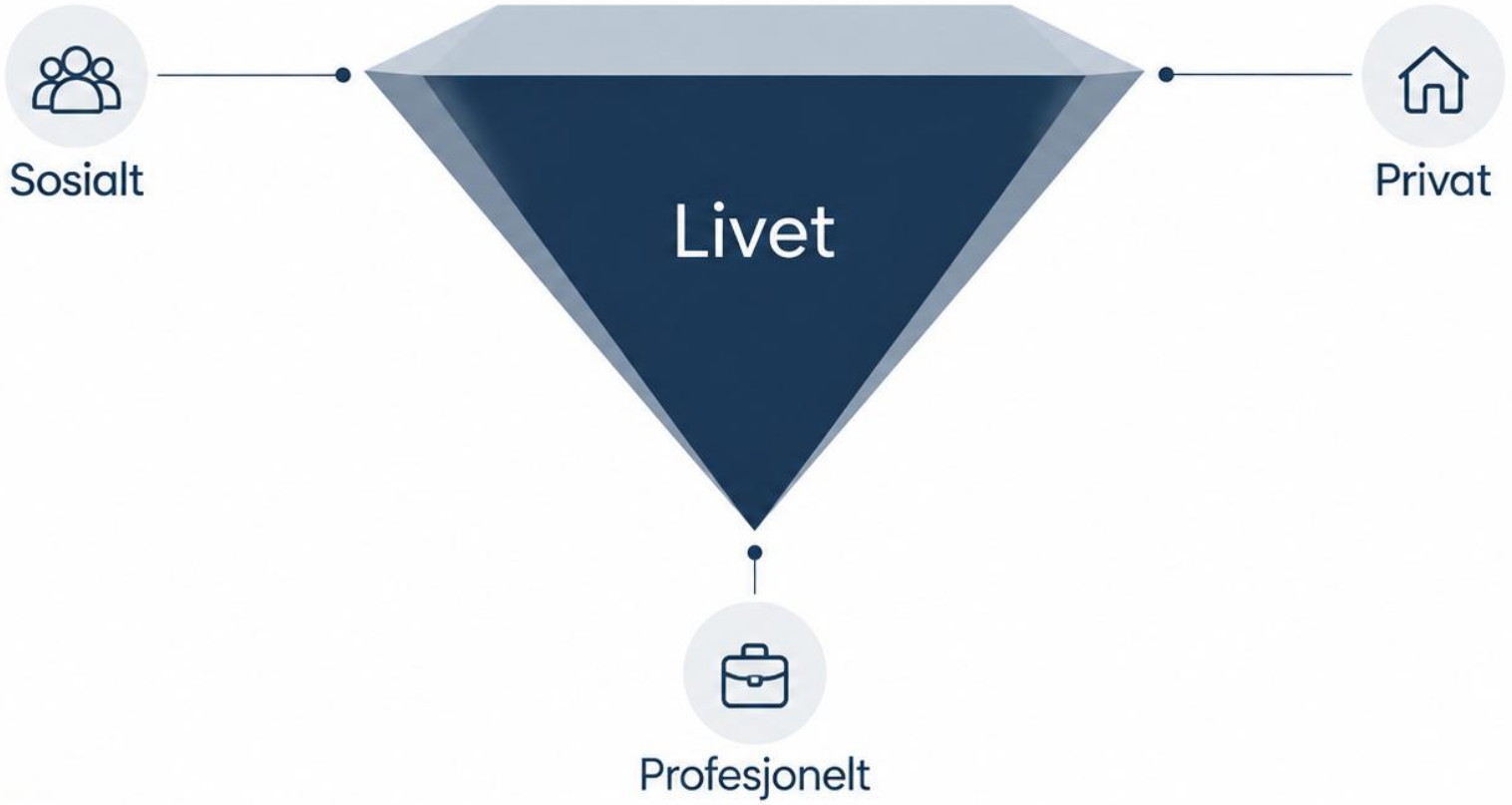
Kollegastøtte handler om at kolleger støtter kolleger i krevende situasjoner.

Kollegastøttespillere er ikke terapeuter, men trygge, tilgjengelige medmennesker som er:

- Et medmeneske som har tid
- Bidrar til tidlig dialog
- Likepersonsprinsipp – ingen ekspert
- En støtteordning som er ledelsesforankret
- En guide til videre hjelp



LIVSDIAMANTEN



Arbeidsmiljø og risiko for ulykker

Miljø/faktor	Konsekvens
Mobbing og trakassering	Økt ulykkesrisiko og svekket trygghet
Dårlige holdninger	Svekket sikkerhetskultur
Manglende opplæring	Feilhandlinger i risikofylte situasjoner
Konflikter og stress	Lav konsentrasjon og flere feil



Integrert modell – som reflekterer kollegastøtte

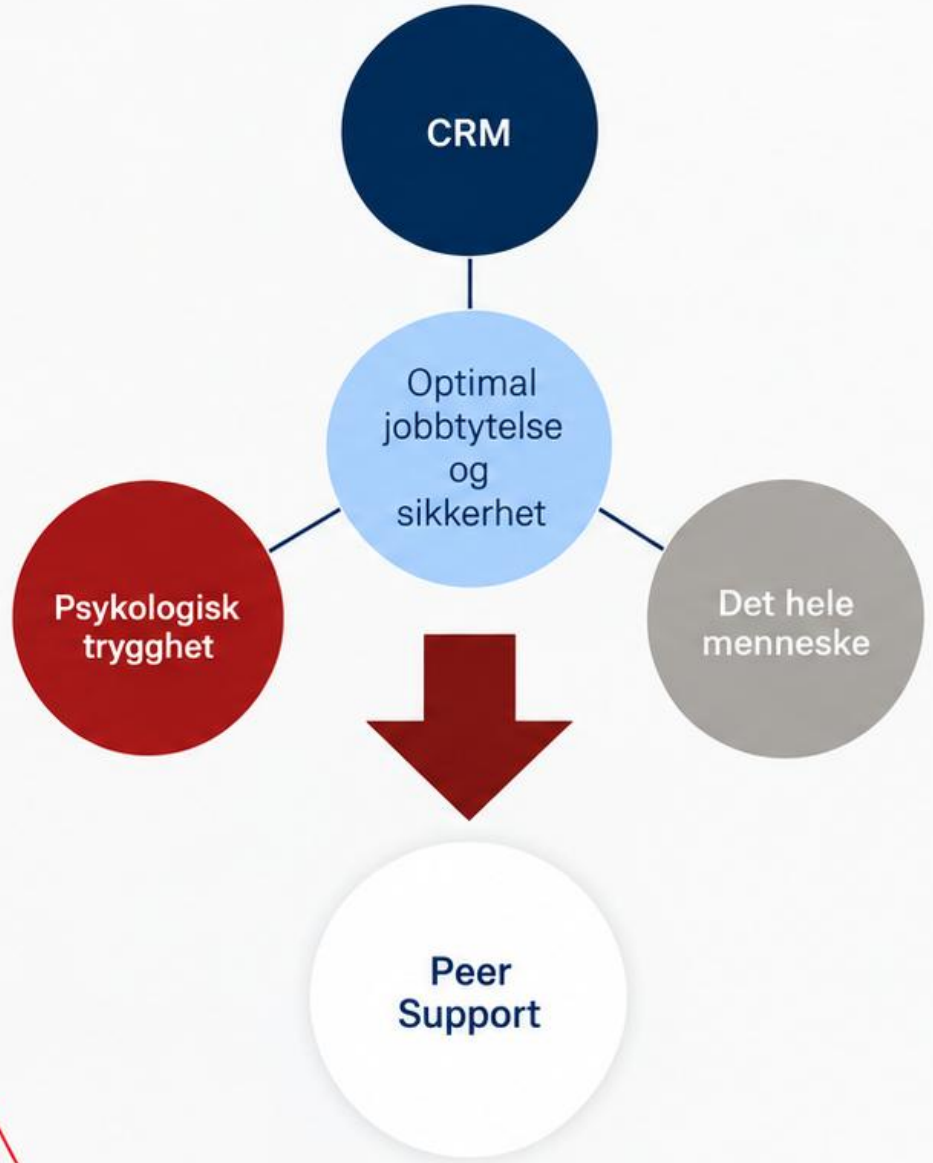
Når ansatte rapporterer risiko tidlig og reiser bekymringer uten frykt (psykologisk trygghet)

Når Crew Resource Management er effektivt, sikrer det at teamet forblir årvåkent og støttende i stressende situasjoner

Når man ivaretar hele menneskets fysiske og mentale velvære, inkludert privatlivet.

Resultat:

En kultur der støtte fra kolleger naturlig blomstrer – mannskapet passer på hverandre, deler kunnskap, hjelper i stressende situasjoner og forebygger feil.



Historisk bakgrunn

- Utviklet i USA på 1950-tallet
- En del av grunnopplæringen innen "Blå-lys" nødetater
- Kollega til kollega
- Arbeidsfokusert: Alvorlige og traumatiske hendelser opplevd under tjeneste



Obligatorisk for alle kommersielle flyselskap i Europa

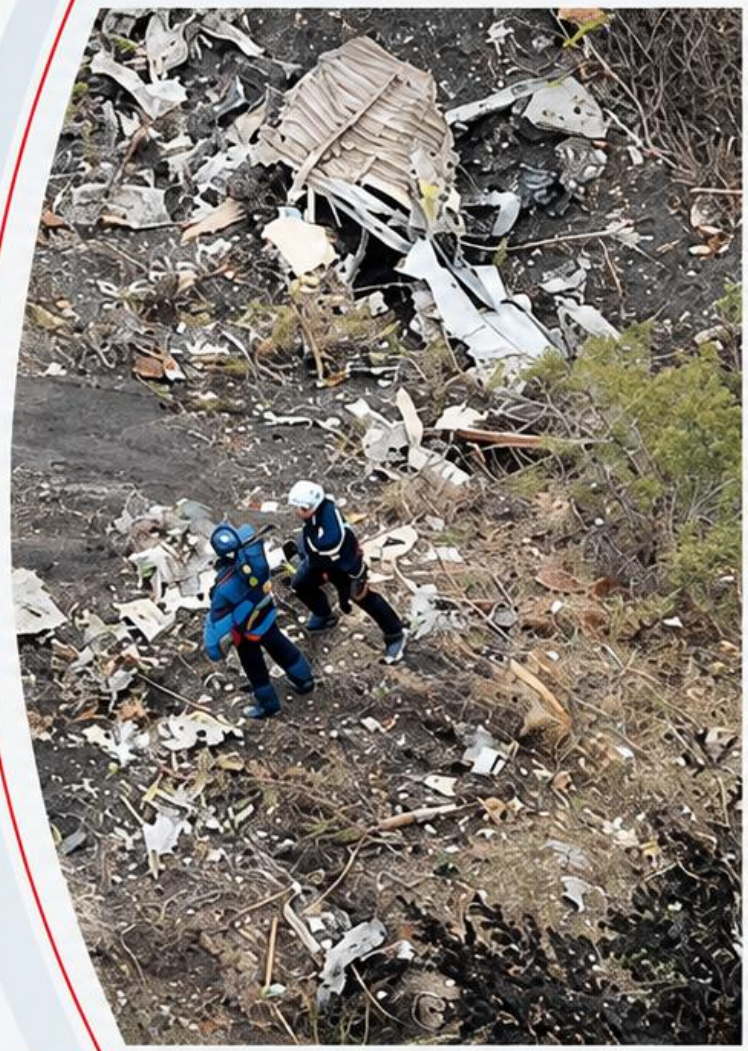
Germanwings-ulykken 2015

Som risikoreduserende tiltak ble Peer Support Programs (PSP) gjort obligatorisk for alle kommersielle flyselskap i Europa.

Endring i Peer Support-filosofien – «Det hele menneske»

Logikken bak:

Sikkerhet avhenger av hele personens velvære, ikke bare deres profesjonelle prestasjon.







Et pioner prosjekt innen maritim industri



HURTIGRUTEN

akan
KOMPETANSESENTER

Sjømannskirken

Dokumenterte fordeler av Kollegastøtte

Forebygging av rusmisbruk og avhengighetsproblemer	• Identifiser og håndter problemer tidlig – forhindre at problemene eskalerer
Redusert sykefravær	• Ved å ta tak i psykisk helse kan selskapet redusere sykefravær, og ansatte får den hjelpen de trenger for å håndtere utfordringene sine
Økt kunnskap og bevissthet	• Økt kunnskap og bevissthet om psykiske helseproblemer blant både ledere og ansatte, noe som kan føre til et mer støttende og forståelsesfullt arbeidsmiljø
Bedre arbeidsmiljø	• Fremme åpenhet og støtte, og ved å redusere stigma knyttet til psykisk helse, rusmisbruk og avhengighet
Økt produktivitet	• Når ansatte får hjelp til å håndtere problemene sine, kan de fokusere bedre på arbeidet sitt, noe som kan øke produktiviteten og kvaliteten på arbeidet
Employer Branding	• Selskapet tar ansvar for våre ansattes helse og velvære, noe som kan forbedre Hurtigrutens omdømme både internt og eksternt

HURTIGRUTEN

Hvordan funker det i praksis?

- Rekruttering og utvelgelse
- Opplæring og kompetanse
- Strukturert oppfølging



Lansering av programmet

Hurtigruten
44 388 følgere
1md. •

Hurtigruten lanserer pionerprosjekt for kollegastøtte i maritim næring🤝

Psykisk helse og trivsel er avgjørende for både mennesker og sikker drift. Nå lanserer vi vårt første kollegastøtteprogram – et pionerprosjekt i maritim næring.

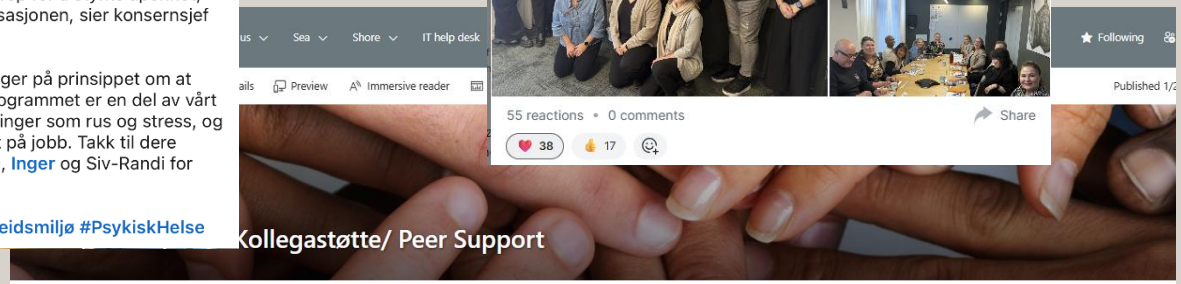
I samarbeid med Sjømannskirken og Akan kompetansesenter er et Kollegastøtte-team etablert: seks ansatte som er grundig trent til å være et lavterskel tilbud for kollegaer i krevende situasjoner.

– Arbeid i turnus, lange perioder borte fra familie og isolerte omgivelser kan være mentalt krevende. Med dette programmet tar vi et tydelig grep for å styrke åpenhet, omsorg og fellesskap i organisasjonen, sier konsernsjef Hedda Felin.

Kollegastøtteprogrammet bygger på prinsippet om at kollegaer støtter kollegaer. Programmet er en del av vårt arbeid for å forebygge utfordringer som rus og stress, og sikre både trivsel og sikkerhet på jobb. Takk til dere Sonny, Håvard, Annika, Hege, Inger og Siv-Randi for deres innsats.🫶

#Hurtigruten #WeCare #Arbeidsmiljø #PsykiskHelse







We Care, We Empower

I Hurtigruten vet vi at jobben mange av oss gjør – ofte til sjøs, på avsidesliggende steder og i krevende omgivelser – kan være både fysisk og mentalt krevende. For å ta vare på hverandre har vi etablert et kollegastøtteprogram.
Programmet skal være et trygt, konfidensielt og lett tilgjengelig tilbud, der ansatte kan ta kontakt med opplærte kolleger for å få støtte, forståelse og praktiske råd. Ved å bruke hverandres erfaringer ønsker vi å styrke en kultur der vi viser omsorg og støtter hverandre på tvers av hele organisasjonen.

In Hurtigruten, we do recognize that the work our employees do often in remote locations at sea, or in challenging environments can be both physically and emotionally demanding. To ensure the well-being of our team, we have established a Peer Support Program.
The aim is to provide a safe, confidential, and accessible space for employees to connect with trained colleagues who can offer guidance, empathy, and practical support. By leveraging the experience and understanding of peers, we aim to foster a culture of care, and mutual support throughout our organization

Kontaktinfo til kollegastøttene finner du lenger ned på siden

Scroll down to find contact info to a peer Support



Fra intern pilot til nasjonale maritime arenaer

OKT 2025
Første kull
ferdig opplært

DES 2025
Intern lansering
Town Hall • ledere

JAN 2026
Ekstern lansering
LinkedIn • skip • kontor

FEB 2026
Portrettintervju
Fri Fagbevegelse

MAR 2026
NSF Regional Conference Bodø
Samarbeid med Sjømannskirken

APR 2026
- One Ocean Week i Bergen
- Kvinnekonferansen Holmen Asker

Norsk Sjømannsforbund

MAI 2026
Rederiforbundets Personalkonferanse 2026

SEP 2026
Nasjonal maritim verneombudskonferanse
+ Maritim Uke 2026

SAMARBEIDSPARTNERE OG ARENAER

Sjøfartsdirektoratet Norwegian Maritime Authority
FriFagbevegelse
akan
Norges Rederiforbund Norwegian Shipowners' Association
Norsk Sjømannsforbund
Sjømannskirken

Erfaringer så langt

- 2-3 samtaler per kollegastøtte i måneden
- Positiv trend ved sykefravær
- Økt bevissthet rundt støtteordninger
- Flere interesserte kandidater til vervet



SLUTTORD

Sikkerhet er et felles ansvar

La oss dele erfaringer, lære av hverandre og løfte den maritime næringen – sammen.

Del erfaringer

Lær av hverandre

Løft hverandre

En tryggere maritim næring

Når folk har det bra, jobber de bedre sammen.

Og det kommer hele den maritime næringen til gode.

