

Helene Aarrestad

Skogveien 15, 1433 Ås
Telefon: 48077814
Epost: helene@natres.no
Fødselsdato: 27.04.1995



Helene har mastergrad i økologi fra Norges miljø- og biovitenskapelige universitet (NMBU). Utdanningen hennes har gitt henne god forståelse for globale og nasjonale økologiske utfordringer, samt skadebegrensning, forvaltning og restaureringsøkologi. I tillegg har helene erfaring fra flere relevante arbeidsplasser, med blant annet NiN-kartlegging, rådgivning, skjøtsel og naturrestaurering. Helene omskolerte seg fra sykepleier til økolog på grunn av sterkt faglig engasjement for natur, og hun liker å finne sammenhengene i naturen og å finne gode løsninger innenfor økologiske problemstillinger.

Utdanning

2023 - **Master i Økologi**

2025 *NMBU*

Dette studiet fokuserer på verdens store globale økologiske utfordringer, som tap av biodiversitet og klimaendringer. I tillegg er det fokus på skadebegrensning, for eksempel via restaureringsøkologi og bærekraftig forvaltning av økosystemene. Masteren ga en grundig innføring i forskningsmetodikk, R-studio, statistikk og QGIS. Masteroppgaven fokuserte seg på alpin økologi og alpine plantesamfunn sin respons på klimaendringer.

2020 - **Bachelor i Biologi**

2023 *NMBU*

Studiet besto av en grundig innføring i biologi og ga innblikk i de mange ulike delene av biologien. Min bachelor fokuserte i hovedsak på plantebiologi, molekylærbiologi, genetikk og økologi da dette er emner jeg er spesielt interessert i. I bachelorgraden ble jeg godt kjent med arbeid på laboratorium, nøkling av planter samt økologiske mekanismer og prosesser.

2015 - **Bachelor i sykepleie**

2023 Høgskulen på Vestlandet, Bergen

Erfaring

2025 - **Rådgiver**

d.d. *NaturRestaurering AS*

Rådgiver innen økologi, økosystemtjenester og bærekraft.

- Kartlegging etter Miljødirektoratets instruks
 - Skjøtsel av natur
 - Fremmedartskartlegging
 - Konsekvensutredning, naturmangfold
-

2022 - **Lokallagsleder i Naturviterne student NMBU**

2023 *Naturviterne*

- Organisering av frivillige studenter
 - Medlemsrekruttering
-

2023 - **Kartlegger i feltsesong**

2023 *Norsk institutt for naturforskning*

- Kartlegging for prosjektet «Arealrepresentativ naturovervåkning» (ANO)
 - NiN-kartlegging
 - Ruteanalyser
 - Insektsovervåkning
 - Landskogstaksering
-

2023 - **Assisterende lærer**

2024 *NMBU*

Assisterende lærer i genetik og NiN-undervisning i faget «Kartlegging av natur» på NMBU.

2022 - **Forsøkstekniker**

2022 *Norsk Landbruksrådgivning Viken (NLR Viken)*

- Skadedyrkartlegging hos NLR-medlemsgårder
 - Testing av bær og frukt for BAMA
-

2018 - **Sykepleier**

d.d. *Flere arbeidsplasser*

Arbeid som sykepleier på flere arbeidsplasser rundt om i landet, blant annet akuttmottaket på Haukeland universitetssykehus, kirurgisk sengepost på Bærum sykehus, akuttpsykiatrisk døgnpost på Lovisenberg sykehus og min nåværende jobb som sykepleier på legevakt.

Ferdigheter

Språk	Norsk: morsmål. Engelsk: meget godt skriftlig og muntlig
Teknologi	MS Office Suite (meget godt), QGIS (godt), Field Maps (godt), Arcgis Online (basic)

Publikasjoner

1. Aarrestad, H. (2025) Warming without warning? Significant thermophilisation amidst seemingly stable alpine plant communities in Filfjell, Norway. Masteroppgave, NMBU.