

## Kjære medlemmer



Leder

Kjære LEVE medlem.

LEVE går inn i vårt første jubileum. Riktignok er den formelle stiftelsesdagen i midten av desember 1999, men vi kom først i gang tidlig på våren i 2000. Derfor er dette med rette et 5 års jubileum. Mye har skjedd og mye vil skje videre.

Vi har kommet et godt stykke på veien med organisasjonsbyggingen. Kun Telemark står igjen av fylkene som ikke har fått etablert et eget fylkesstyre. Dette er vi i gang med og håpet er at LEVE har samlet hele landet ved Landsmøte på Lillehammer i slutten av mai (28-29.mai).

I disse dager starter vi et veldig viktig arbeid som vi har kalt LØFT FOR LEVE.

Her skal alle fylkene delta for å rett og slett å løfte organisasjonen – både i informasjon og kommunikasjonen mellom fylkeslag og medlemmene, men også mellom de ulike fylkeslagene.

Ungdomsprosjektet skal avholde 4 samlinger i år med intervjuer til undersøkelsen som følger og sorggruppelederkursene skal også avvikles med 3 kurs. Det er så viktig at vi kan bygge opp sorglederkompetense slik at våre egne medlemmer kan få tilbud innen egen organisasjon.

Jeg ønsker hver især velkommen inn i et nytt år og oppfordrer samtidig der alle til å skrive og ytre dere om saker og ting som dere synes vi burde gjøre annerledes eller områder som det ikke er gjort noe med.

Hilsen  
Finn Borgersen  
Leder av LEVE.

# Ny brosjyre om Ungdom og sorg

**Landsforeningen til støtte for krybbedød har utarbeidet en brosjyre om ungdom og sorg. LEVE har vært involvert i arbeidet underveis, ved å delta i en referansegruppe. Vi gjengir her et intervju i Aftenposten med Kari Bugge, en av de ansvarlige bak brosjyren.**

Av Anne Hafstad

Like før jul var brosjyren "Ungdom og sorg" ferdig. Lite visste de fem frivillige organisasjonene som står bak, at den skulle bli så aktuell for så mange som den er i dag.

- Ungdom viser ofte sorgen annerledes enn voksne. Den er mer skjult, og det er ikke lett å vite hva som foregår inne i hodet på ungdom. De er i en vanskelig brytningsfase mellom barn og voksen. Omgivelsene vet ikke hva de skal si, sier Kari Bugge. Hun er faglig leder av Sorgstøttesenteret for barn og ungdom, Ullevål universitetssykehus, og en av de ansvarlige bak brosjyren.

### Mange reaksjoner

Umiddelbare sorgreaksjoner kan være frykt og redsel, nummenhet, gråt, skyldfølelse og selvbepreidelse, opplevelse av urettferdighet, tilbaketrekking og isolasjon fra familiemedlemmer, andre ungdom og aktiviteter, samt plagsomme gjenopplevelser eller fantasier.

Det kan være ting som minner om den døde, eller ting i forbindelse med ulykken vi nå er vitne til.

Over tid kan vanlige reaksjoner være økt helperolle ved at ungdommen blir veldig snill, økt aktivitet utenfor hjemmet, alternativt det stikk

motsatte. Videre konsentrasjons- og hukommelsesproblemer, grubling, ensomhet, irritabilitet, kroppslige plager og en rekke andre.

Ungdom åpner seg lettere for jevngamle enn foreldre. Men hvordan møte dem?

- Det er vanskelig å ta innover seg. En god støtte er å være seg selv. Ikke prøve å være noe annet. Uansett reaksjon hos den som er i sorg, må de andre vise forståelse istedenfor å skyve bort. Brosjyren vi har laget er ment som en hjelp til venner, skole og familie, sier Bugge.

Brosjyren omfatter både reaksjoner, praktiske råd i forbindelse med ulike former og sorg blant ungdom. Ungdom som har opplevd sorg, forteller om sine erfaringer. Det er også viet en del oppmerksomhet til dødsritualer og forekjellige begravelser i Norge.

### Lov å le

Midt i sorgen er det lov å snakke om vanlige ting. Le og tulle som ellers.

- Sorgen kommer i bølger. Man kan ikke være nede i mørket hele tiden. Når den sorgende når inn til sine

innerste følelser, kan andre tenke at sorgen er over. Sorg tar tid. Ofte lang tid, men den sorgende ønsker normalperioder innimellom, sier Bugge. Hun legger til at både venner, familie og ikke minst skole må følge ekstra godt med lenge. Mens voksne ofte sykemeldes når de er i sorg, er som regel ungdom ofte raskt tilbake til skolen. Det er positivt med rask normalisering av hverdagen.

Det kan imidlertid også være svært tungt med store krav til prestasjoner i skolen når man er i dyp sorg, sier Bugge.

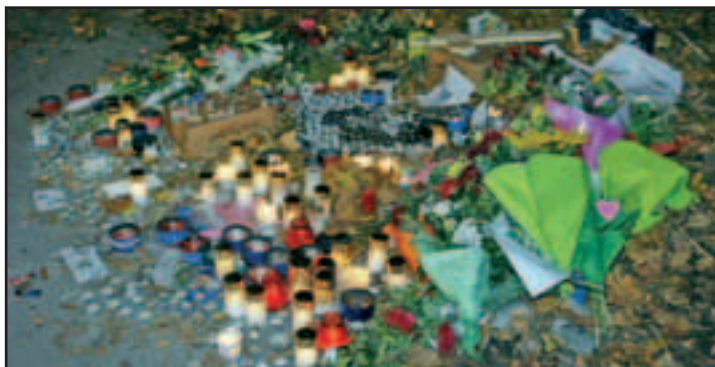
For å få tilsendt brosjyren kontakt:

LEVE  
epost: [post@levenorge.no](mailto:post@levenorge.no)  
Tlf: 22 50 25 70

Landsforeningen til støtte ved krybbedød  
Epost: [sids-norge@sids.no](mailto:sids-norge@sids.no)  
Tlf: 22 54 52 00

Foreningen "Vi som har et barn for lite"  
Epost: [foreningen@etbarnforlite.no](mailto:foreningen@etbarnforlite.no)  
Tlf: 815 48 50

Kreftforeningen  
Tlf: 22 86 66 00



Brosjyren *Ungdom og sorg* er gitt ut av Landsforeningen til støtte ved krybbedød, i samarbeid med Foreningen vi som har et barn for lite, Kreftforeningen, Landsforeningen for trafikkskade og LEVE.

# Hederspris til en hedersmann

“Finn Borgersen er tildelt Scheiblers Legats Hederspris for 2004 for sin innsats for etableringen av LEVE - Landsforeningen for etterlatte ved selvmord og for sitt brede engasjement for frivillig arbeid gjennom Ullern Frivillighetsentral. Han bruker sine kontaktskapende evner til å engasjere enkeltmennesker og grupper i viktig sosialt arbeid og viser selv omsorg langt ut over det vanlige for mennesker som trenger hans hjelp.” Kaci Kullman Five, styreleder i Scheiblers Legat, leste blant annet opp disse ordene da hun ga ut årets heders pris til Finn Borgersen under 150 års-jubileet til Kirkens Bymisjon. LEVE gratulerer for velfortjent pris!

- Min første reaksjon var at jeg ble veldig overrasket og tenkte – kan dette stemme? Det er jo så mange mennesker som kunne fortjent denne mer enn meg. Jeg satt i bilen da beskjeden kom, og det var like før jeg kjørte i grøften, sier Finn Borgersen, leder i LEVE. Borgersen var på vei opp til gården sin i Hallingdal da Kullman Five ringte på lille julaften. I tiden etter har han fått klar beskjed av sine omgivelser om å ta i mot både heder og gode ord, fordi det denne gangen handler om han, og ikke noen andre.

## Samfunnsengasjert og samlende

Finn Borgersen startet opp Ullern Frivillighetsentral for 10 år siden, på oppdrag fra Kirkens Bymisjon. I 1999 var han med på å grunnlegge LEVE, og ble da spurt om å være styreleder for organisa-

sjonen. Men hans engasjement og omtanke for andre mennesker startet lenge før det. - Jeg husker helt tilbake til da jeg var guttunge og engasjert meg i fotballturneringer og lignende arrangementer, hvor det å samle og få andre med var en stor drivkraft for meg. I tillegg var jeg nok et mildt sagt hyperaktivt barn. Etter hvert ga det seg utslag i engasjement på andre områder i livet, som gjennom Røde Kors å besøke innsatte i fengsel eller som aktiv megler i konfliktrådet. Til slutt forlot jeg privat min konsulenttilværelse for å starte opp frivillighetsentralen, noe jeg aldri har angret på, sier Borgersen, som er vant med å ordne opp i mange slags situasjoner, fra å grave opp tette sluk hos gamle damer til å bringe og hente. I LEVE-sammenheng har han vært opptatt av å

bygge opp organisasjonen steg for steg - mange telefoner, samtaler og timer er lagt ned i dette arbeidet. Scheiblers Legat har som formål å støtte samfunnsnyttige og kulturelle tiltak gjennom konkrete prosjekter med hovedvekten på sosiale tiltak. Hvert år gir de ut en hederspris til en person som har gjort noe ekstraordinært i arbeidet med andre mennesker. I tillegg til hedersprisen, mottar også den utvalgte en del midler som står til hans/hennes disposisjon – både privat og til det aktuelle arbeidsområdet. Finn Borgersen mottok kr. 300.000,- til LEVE, kr. 200.000,- til Ullern Frivillighetsentral og kr. 100.000,- til seg selv. - Det er mye penger og en enorm tillit til arbeidet både med LEVE og frivillighetsentralen. Når det gjelder LEVE

startet vi med blanke ark og har sakte bygget oss opp, fordi vi har lagt stor vekt på organisasjonsbygging og kontroll med økonomien. Det siste er ikke minst viktig når det er knapt med midler. Det er først og fremst på tre områder jeg og landsstyret er enige om å bruke disse friske midlene. Først til er en utredning om mulighetene for etablering av en landsomfattende kontaktelefon med et felles nummer for etterlatte, noe til organisasjonens nye prosjekt Løft for LEVE og noe til ungdomsarbeidet. Midlene til frivillighetsentralen har jeg også tanker om hvordan vi skal benytte, men dette skal først drøftes og vedtas av styret vårt. Det er imidlertid mange områder som trenger et lite løft, så det skal nok ikke bli vanskelig å plassere pengene, sier Borgersen. Når det gjelder penge-



Leder i LEVE, Finn Borgersen, fikk tildelt Scheiblers Legats Hederspris for 2004, og prisen ble delt ut av styremedlem Kaci Kullman Five.

gaven til seg selv, er han imidlertid litt mer tilbakeholden. - 100.000 kroner er mye penger å plutselig få til eget

bruk, men jeg har i alle fall lyst til å ta med meg familien på en reise i sommer. I tillegg har vi en gård i Hallingdal som alltid trenger en investering. Og så er det en liten drøm jeg alltid har hatt, som kanskje kan la seg gjennomføre nå - Å anskaffe meg en gammel traktor på gården,

en rød Massey Ferguson. Det hadde vært flott, smiler Finn.

## Endret samfunnsstruktur

Den skandinaviske samfunnsmodellen har i hele etterkrigstiden, med sin flate sosialstruktur og med solidariteten som en viktig element, blitt internasjonalt sett på som noe i retning av den ideelle samfunnsmodell - hvor forskjellen mellom fattig og rik har vært relativt liten. Dette bilde ser nå ut til å være i ferd med å endre seg. Trist, synes Borgersen.

- Flere og flere trekk og tendenser viser at det blir større sprik mellom grupper, og flere og flere faller utenfor. Selv om jeg nok alltid har hatt et øye til utsatte grupper og enkeltmenneskers vanskeligheter, er det helt klart at mitt arbeid i de 10 siste årene gjennom frivillighetsentralen og Kirkens Bymisjon har preget meg og mitt perspektiv på samfunnsforhold- og utvikling. Den kunnskapen er jeg glad for å ha fått med meg, avslutter Finn Borgersen.

## Era's tassende labber

I nyhetsbrevet november-2004 skrev vi artikkelen "Tassende labber inn i terapien" hvor Trude Hoff, psykolog og etterlatt ved selvmord, anbefaler nær kontakt med dyr under sorgbearbeiding. Vi har motatt et leserinnlegg fra Hilde Sivertsen som mistet sin bror, Svein-Erik, i selvmord.

Vi ønsker å dele litt av historien hennes med dere da

den er et godt eksempel på hvordan hunder kan brukes i sorgbearbeiding.

*Hilde skriver:*

"Hunden Era mistet sin matfar som tok sitt eget liv året 1999. Fra den ene ytterligheten om en ung mann på 22 år som ikke ville leve til en livslysten hund som ville leve! Matfar ville nok også leve,

bare ikke akkurat den dagen, men kanskje i dag. Det er matfars mor og far som ble Era's nye foreldre. Heldigvis fikk Era være hos et ektepar som er veldig glad i hunder. Vi hadde ben det så vi jo, men spørsmålet var om de kunne bære oss. Midt i sjokket og sorgen var det som om all kraft var borte. Era måtte ut, og på den måten kom også vi oss ut. Vi hadde

glemt livet, og at livet går videre. Gjennom Era kom vi i kontakt med andre mennesker, hunder og katter, og etter hvert var det dags for hundekurs. Der traff vi enda flere, og alle hadde felles mål; hjelpe hverandre med hundene og ha det koselig sammen. Latteren var ikke langt unna rundt oss. Vi glemte oss faktisk litt bort i alles nærvær.

Veien blir til mens en går, og i dag er det trist å tenke på alt av gleder Svein-Erik ikke får oppleve for hans egen del og for vår. Vi og Era har fått nye 2- og 4- beinte venner og mange fine minner i storslått natur. Era har fått oss et steg videre til der vi ikke trodde det var mulig med et savn så stort. "Bare en hund" høres ikke hos oss. Hun er et familiemedlem.

Depresjon er kjærlighetens vrangside, og livet er i seg selv et risikabelt prosjekt. I motsetning til hunder kan mennesker velge på godt og vondt. Vi er frie til hva vi vil bruke viljen til og hva vi vil tenke. Hunder kompliserer det ikke til med dobbelkommunikasjon. De er glad i deg for den du er så sant de blir ordentlig behandlet. Hunder er glade for alt og

intet. De er glade for slett ingenting. Sempelthen er de glade bare for å være til."

*Vi takker for et godt leserinnlegg!*



## Nye regler for søknad om midler

Tidligere har fylkeslagene kunnet søke om midler til prosjekter og drift hos fylkeskommunen v/fylkeslegene – noen med mer hell enn andre. Fra og med 1 januar 2005 ønsker Sosial og helsedirektoratet å kanalisere disse midlene direkte gjennom de tilskudsberettigede hovedorganisasjonene. Det vil altså si at fylkeslagene ikke lenger skal søke midler fra fylkeslegen – søknader skal nå sendes direkte til LEVE sentralt.

### Nye retningslinjer

Ca. 1/4 del av den totale tilskuddssummen som hvert år fordeles av Sosial og helsedirektoratet, har tidligere blitt tildelt fylkeslag og lokallag gjennom søknader til fylkeslegen. 3/4 del av summen har samtidig blitt delt til de tilskudsberettigete organisasjonene, dvs. organisasjoner som LEVE. Hele denne summen fordeles nå direkte til organisasjonene.

Målet med endringen er at tilskuddet direkte til organisasjonene skal økes, at det blir en likebehandling av

organisasjonene (det er lokale lag som aldri får bevilget penger hos fylkeslegen, mens andre får igjen sine søknader i sine fylker), samt at det skal bidra til et enklere regelverk, ettersom organisasjonene selv kan bestemme hva midlene skal gå til. Det er sekretariatet og landsstyret som prioriterer hvilke prosjekter som skal tildeles midler. Det er fortsatt usikkert hvor mye midler det handler om for LEVE, den fullstendige summen har vi ikke før tilsagnsbrevet kommer fra Sosial og helsedirektoratet. Og ettersom dette er helt nytt, er det heller ikke satt noen regler for hvordan dette skal gjøres – hver og en organisasjon har fått ansvaret for å lage sine egne tildelingsregler som er tilpasset organisasjonens arbeid.

Vi ser det kan bli vanskelig å tildele midler til alle, så LEVE sentralt vil her utøve skjønn så godt det lar seg gjøre, for hvor vi mener midlene kommer best til nytte dette året. Til neste år vil det selvsagt bli nye muligheter.

## Fylkeskontakter

### Finnmark

Helge Stormo  
Tlf: 78 95 70 46/ 78 98 75 20  
helstorm@online.no

### Troms

Succora Nordin  
Tlf. 90 03 89 95/ 92 29 36 27  
solivano@student.uit.no

### Nordland

Anne Berit Sætermo  
Tlf. 90 61 89 21  
ab-saete@online.no

### Nord-Trøndelag

Kolbjørn Flakne  
Tlf. 74 08 18 85  
nord-trondelag@levenorge.no

### Sør-Trøndelag

Harald Husby  
Tlf. 73 93 59 74/ 93 64 28 22  
h.husby@online.no

### Møre og Romsdal

Ragnhild Opskar  
Tlf. 91 51 98 16  
ra-opska@online.no

### Sogn og Fjordane

Nils-Petter Hauge  
Tlf. 90 87 04 60  
hauge@humanorg.no

### Hordaland

Leder: Jarle Mortensen  
Tlf. 55 19 10 41/ 92 65 58 38  
jarle.mortensen@knappehuset.no  
www.levehordaland.no

### Rogaland

Else Grete Aanestad  
Tlf. 95 23 50 42

### Vest-Agder

Lars-Inge Holst-Try  
Tlf. 95 18 91 11  
holst.try@aaseral.com

### Aust-Agder

Astrid Nomeland  
Tlf. 37 93 62 88/ 91 14 83 55

### Vestfold

Karol L. Svanøe  
Tlf. 48 25 59 54  
post@levevestfold.no  
www.levestfold.no

### Buskerud

Eva Brekke Voss  
Tlf: 911 82 798  
evoss@online.no

### Oslo og Akershus

Kari Wille Rekdal  
Tlf. 98 48 33 41  
oslo@levenorge.no

### Hedmark

Bjørn Jakobsen  
Tlf. 48 01 20 56

### Oppland

Inger Horn Holden  
Tlf. 61 17 71 39 / 91 31 98 34  
iholden@frisurf.no

### Østfold

Stig Wang  
Tlf. 93 02 19 41  
stivan@psh.no

## Mitt dikt

### Ina

Tirsdag morgen  
Kald oktober  
Alt frøs  
Tiden sto stille  
Alle visste det  
Ina var borte

"Hun hadde jo alt", sa noen  
"Hun var jo så pen" sa andre  
For du hadde jo det  
Og du var jo det

Du gjorde det virkelig  
En gang for alle  
Og la igjen en sår visshet  
Om alt som er galt i vårt  
samfunn  
Og brikkene falt på et vis  
På plass

For første gang  
Gikk jeg i kirken på julaften  
Alene  
Kanskje vi sees i himmelen  
Hvis den finnes  
Jeg håper det  
Det er jo eneste mulighet nå

Aldri får jeg høre latteren din  
Se deg smile  
Slik du gjorde i fjor  
Englehåret  
Gullhåret  
Føfleken over øyenbrynet

Livet er så vondt å leve nå,  
Ina  
Uten deg  
Du slapp taket  
Vi andre klammer oss  
fremdeles til det

Karen



Har du noen kommentarer til nyhetsbrevet  
– eller vil du bidra med egne innlegg:

LEVE  
Postboks 27 Smestad  
0309 Oslo  
Merk konvolutt med «LEVENytt».

E-post: [post@levenorge.no](mailto:post@levenorge.no)  
Tlf.: 22 50 25 70  
Fax: 22 50 25 71  
[www.levenorge.no](http://www.levenorge.no)