

Kjære medlemmer



Leder

Mai måned er landsmøtetid i Norge. Dette gjelder også LEVE.

I år avholder vi Landsmøte i Kristiansand og har siden 2000 nå vært rundt i alle landets regioner. Sørlandet står for tur og vi gleder oss til noen interessante og ikke minst nyttige dager i Sørlandets hovedstad.

På fredag 19 mai åpner vi med vår faglige Dagskonferanse hvor deltagerantallet allerede har passert 160. Dette takket være komiteene på Sørlandet som har jobbet intenst og med et fantastisk engasjement. En stor rose sendes i forkant av møte.

På lørdagen arrangeres Landsmøte. Denne gang uten de helt store og sentrale oppgaver. Men landsmøtehelgen har også den viktige sosiale funksjonen – at landsmøte-delegatene får anledning til å treffes på tvers av fylkesgrenser og i hyggelige omgivelser. I disse dager avslutter vi en informasjonskampanje rettet mot alle landets begravellesbyråer.

Ved å sende ut visittkort og informasjonsbrosjyre håper vi alle etterlatte kan bli informert i en tidlig fase.

I dette nummeret av LEVE-Nytt har vi interessant informasjon om Fransiskushjelpen som LEVE har god kontakt med og en presentasjon av Hospice Lovisenberg som gjør en fantastisk innsats for alvorlig syke og døende mennesker.

Ha en god vår.

Finn Borgersen

Med den hellige Frans av Assisi som forbilde

Fransiskushjelpen ble startet i 1956 av Brita Paus, som sammen med hundre katolske frivillige samlet seg for å gjøre en innsats for de ensomme og vanskeligstilte. Med den hellige Frans av Assisi som forbilde, ble Fransiskushjelpen etablert og tjenesten ble etter hvert utvidet til å inkludere sykepleiefaglig hjelp for alvorlig syke og døende. Dette ble startet som et prosjekt i samarbeid med Kreftforeningen og Radiumhospitalet i 1976. Som en naturlig forlengelse ble sorgtjenesten opprettet i 1986 i samarbeid med Kirkens Bymisjon og med økonomisk støtte fra Kreftforeningen. Fratello og Sykepleie På Hjul ble startet i henholdsvis 2000 og 2002, innbefattende helse – og sosionomtjenester for narkomane, bostedsløse og prostituerte.

Fransiskushjelpen er en selvstendig stiftelse. Med sitt grunnlag i Den Katolske Kirke har den en særlig tilknytning til Fransiskanerne i Oslo, og verdigrunnlaget er forankret i kirkens diakoni: kristen nestekjærlighet i praksis. Som Frans av Assisi skal Fransiskushjelpen strebe etter et udelt engasjement for å lindre og hjelpe mennesker i all slags nød. Johanna Lundereng er leder for bl.a. sorggruppe-tjenesten i Fransiskushjelpen. Hun er også tilknyttet LEVE gjennom sin rolle som sekretær for LEVEs fylkeslag i Oslo og Akershus. Sorgtjenesten i Fransiskushjelpen har et tett samarbeid både med Ullevål Sykehus' sorgstøttetilbud, sorgstøttesenteret i Bærum og sorgsenteret ved Ahus.

På spørsmål om hvem som henvender seg til sorgtjenesten i Fransiskushjelpen svarer hun: «Av sørgende får vi henvendelser fra hele Oslo og omegn. Informasjon kunngjøres via sykehusene og i avisene ca. to ganger i året. I tillegg er det pårørende som har fått hjelp av pleietjenesten som får info om sorggrupper. Vi har ca. 17 grupper for etterlatte. Gruppene er inndelt etter type tap og alder. Vi har grupper for yngre ektefeller, eldre ektefeller, etterlatte ved selvmord, de som har mistet små barn og de som har mistet voksne barn, samt de som har mistet foreldre eller søsken.»

Ledere av disse gruppene har ofte selv vært deltakende i en gruppe tidligere. Veiledning og kurs kvalifiserer de til å begynne som gruppeleder, og metoden i gruppene er, i motsetning til terapeutiske grupper, hjelp til selvhjelp og likemannsarbeid. I 2004 var det 37 % mannlige deltakere i gruppene. Ifølge Johanna Lundereng er menn mest aktive i grupper for etterlatte etter selvmord og foreldre som har mistet barn. Lundereng kan fortelle at i et prosjekt finansiert av Helse og Rehabilitering med fokus på premisene for menns interesse for selvhjelpsgrupper, økte antall mannlige gruppedeltakere fra 21 % i 2002 til 37 % i 2004. Psykolog Oddbjørn Sandvik som også har ledet sorggruppelederkursene i LEVE og foredragsholder fra Dagskonferansen på Lillehammer 2005, var veileder.



Foto: Morten Krogvold

(bildet er hentet fra Fransiskushjelpens hjemmesidnet).

Hvem kan benytte seg av sorgstøttetilbudet til Fransiskushjelpen? Mennesker i sorg kan ta direkte kontakt med Fransiskushjelpen, som også mottar en rekke henvendelser fra leger, psykologer og andre i hjelpeapparatet på vegne av pasienter. Johanna Lundereng utdypet: «Alle får tilbud om en individuell samtale med en fagperson. Om personen kan dra nytte av en selvhjelpsgruppe får de tilbud om deltakelse. Gruppelederen ringer for å ønske dem velkommen. Et velkomstbrev med nyttig informasjon sendes også i posten. Gruppedeltakeren kan gå i gruppen så lenge behovet er til stede. Gjennomsnittet er ca. ett år. Gruppene møtes hver tredje uke i to timer. De er åpne, slik at folk begynner og slutter etter eget ønske, og gruppelederen er stabil over tid. Fordelen med dette er at folk slipper å vente på oppstart av en gruppe. Samtidig ser vi at de som har gått i en gruppe tidligere, ofte har glede av å kunne være til støtte for nykommere.

Fransiskushjelpen har også en sjelden tjeneste: omsorg og pleie til kreftpasienter, alvorlig syke og døende som ønsker å være i sitt eget hjem. Pleietjenesten er et tilbud for kreftpasienter uten utsikter til helbredelse. I tillegg tar pleietjenesten i mot pasienter med kroniske neurologiske diagnoser. Disse pasientene vil få hjelp i perioder med lite etterspørsel fra kreftpasienter. Pasienter, pårørende, leger og hjemmebaserte tjenester i bydelene og sykehusene kan ta direkte kontakt med pleietjenesten. En sykepleier går på vurderingsbesøk før innskriving i Fransiskushjelpens pleietjeneste. På spørsmålet om hva slags oppgaver de frivillige gjør svarer Lundereng: «De frivillige får oppgaver som samtale med familien og pasienten, sitte sammen, gå tur, hjelpe til med små gjøremål, lage mat sammen, følge til sykehus og lege. De gjør mange ting som pårørende ville gjort. Det er godt for de pårørende å få avlastning slik at de kan ha pasienten hjemme.» De frivillige i pleietjenesten deltar på et kurs som går over tre kvelder med temaer som «Å gå i andres hjem», «Kommunikasjon – den vanskelige samtalen» og «Sorg – å møte døden/etiske retningslinjer». I tillegg arrangeres veiledningstimer seks ganger i året. De frivillige inviteres til en sommerfest og en julefest, samt får invitasjon til å delta på en årlig pilgrimstur til Assisi.

Ønsker du mer informasjon om Fransiskushjelpen eller ønsker å bli frivillig?

Ta kontakt på telefon 22 70 76 80 eller på

e-post: fransiskushjelpen@fransiskus.no.

Se også nettsidene www.fransiskus.no.

Det lindrende fe

Sølvi Karlstad jobber som avdelingssjef ved Hospice Lovisenberg i Oslo. Hospice er en medisinsk klinikk ved Lovisenberg Diakonale Sykehus. Avdelingen har hele Helse Øst som sitt nedslagsfelt.



Ved Hospice Lovisenberg oppstår et lindrende fellesskap, hvor man kan lene seg på hverandre.
Foto: Sølvi Karlstad.

Hospice består av en dagpost og en døgnpost, og tilbudet har eksistert siden 1994. Da åpnet dagposten for hjemmeboende pasienter, og i 1997 utvidet tjenesten til å inneholde et døgntilbud med tolv sengeplasser. I år ble det startet et kompetanseoverføringsprogram i tre bydeler, som innebærer bl.a. undervisning og hospitanter på post til enhver tid. I tillegg har Hospice studenter og hospitanter fra hele landet.



Foto: Hospice Lovisenberg

Et måltid kan bli et samlingspunkt i hverdagen.

Det arrangeres også flere ukentlige kurs. Hospice Lovisenberg samarbeider med hjemmesykepleien, Fransiskushjelpen, sykehusene og Kompetansesenteret for Lindrende Behandling (KSLB) på Ullevål Universitetssykehus.

Arbeidet har sitt utspring i hospicefilosofien, som innebærer en helhetlig omsorgstanke rundt pasient og pårørende for å avhjelpe problemer av fysisk, psykisk, sosial, åndelig og eksistensiell karakter. På spørsmål om hvem som benytter seg av tjenesten svarer Sølvi Karlstad: «99 % av pasientene er kreftpasienter, men vi har også pasienter med nevrologiske sykdommer.» Pasienter med KOLS og andre alvorlige lidelser kan også søkes til avdelingen. Pasientene på døgnposten kommer ikke til Hospice Lovisenberg for å bli friske, men for å få en bedre hverdag. De kommer for å få medikamentell smerte- og symptomlindring, god sykepleie, samtaler og støtte. Posten er reservert alvorlig syke og døende, og etterlatte gis mulighet til å komme og gå som de vil, de kan også overnatte hvis de ønsker det.

Dagposten er først og fremst et supplement til hjemmetjenesten, hvor fellesskapet står i sentrum. «Det er viktig for disse pasientene å kunne dele hverdagen med andre. Det oppstår et lindrende fellesskap, hvor pasientene kan lene seg på hverandre,». Lindring av smerter og andre plagsomme symptomer, samt samtaler med kompetent personale utgjør en viktig del av dagen. De gode øyeblikkene som skapes i kultur, musikk, ved matbordet etc. vektlegges. Sammen med Fransiskushjelpen prøver Hospice Lovisenberg å bidra til at den syke kan bo hjemme lengst mulig, og dagposten sammen med Fransiskushjelpens tilbud om hjemmebesøk, er viktige i dette

arbeidet.

«Vi ser betydningen av normalitet når livet er truet», sier Karlstad. Dagposten forsøker å ivareta disse behovene. Pasientene som gis plass på døgnposten er syke og de som får plass er ofte de tilfellene som ser vanskeligst ut og trenger kompetansen Hospice Lovisenberg kan gi. Familien rundt den syke har betydning i denne prosessen, og de prioriteres gjerne som har barn og ungdom som nærmeste gruppe.

Et annet fellesskap som også er viktig for Hospice Lovisenberg, er pårørendefellesskapet. Pårørende blir fulgt opp med månedlige samtaler, og de tilbys både samtaler i grupper og alene. Det gis også et tilbud om pårørendekaffe én gang i uken, hvor pårørende kan komme og treffe andre pårørende. Etter at pasienten har gått bort, tilbyr også Lovisenberg Hospice egne sorggrupper for etterlatte.

På hospicet jobber 60 mennesker. Det er et tverrfaglig team, hvorav mange sykepleiere med lang erfaring og videreutdanning, leger med forskjellig relevante spesialiteter, prester, klinisk ernæringsfysiolog, ergoterapeut, fysioterapeut, musikkterapeut, sosionom, kokk og sekretær. Tilbudet som gis og pasientenes sykdomstilstand krever tid. De som er ansatt ved hospicet er gjerne voksne mennesker med minst ti års fartstid. Å jobbe med pasienter i livets siste fase krever en generell modenhet, og at de



Foto: Hospice Lovisenberg

Hospice Lovisenberg gir tilbud om smerte- og symptomlindrende behandling, nærhet og omsorg til pasienter med en langtkommet kreftsykdom eller med en annen alvorlig lidelse.

som skal hjelpe har ballast og erfaring. Mange av sykepleierne har videreutdanning innenfor kreftsykepleie eller palliasjon. «Vi prøver å lindre ikke bare fysisk smerte, vi prøver å hjelpe hele smertebildet, også den psykiske smerten, ikke minst sorgen over alt de er i ferd med å forlate», sier Sølvi Karlstad.

Dagene på dagposten kontra døgnposten er forskjellige. Pasientene kommer i 9:30-tiden og møtes da av kontakten sin. Dagens program kan bestå av alt fra skriveverksted med en forfatter på besøk, til svømming på Radiumhospitalet. Det gis mye undervisning og det er også mye musikk på programmet. Pasientene på dagposten registrerer også plagene sine på et spesielt skjema, de blir fulgt nøye opp på hvordan de til enhver tid har det og føler seg. Midt på dagen serveres det en stor varmlunsj, hvor pasientene kan kose seg sammen.

På døgnposten er pasientene dårligere, og de har mindre fellesskap med hverandre. Dagene blir

felleskapet

som de orker, og det er lite fastsatt program.

På spørsmålet om det er vanskelig å få plass på Hospice Lovisenberg, svarer Sølvi Karlstad: «Dagposten har ledig kapasitet. Vår erfaring er imidlertid at pasienten ikke kommer tidlig nok. De

som kommer, kommer ofte når de er for syke, og sier selv at de burde visst om tilbudet tidligere. Til dagposten kan pasient eller pårørende selv ta kontakt for et førstegangsbesøk. Pågangen til døgnposten er så stor at alle som får plass i utgangspunktet får et

14-dagers opphold. Så vurderes situasjonen fortløpende om pasienten skal bli på Hospice, eller om det er aktuelt med utskrivning til hjem eller sykehjem, for kanskje å komme tilbake ved en senere anledning.»

Selv mord i familien



Foto: Hilde Thomassen

– Møtet med de medvirkende i film har endret min holdning til pappas selvmord, sier Hilde Thomassen. Filmen «Selvmord i familien» er nylig ferdig, en dokumentarisk fremstilling om hvordan det kan være å være ung og etterlatt ved selvmord. Thomassen er masterstudent ved Institutt for medier og kommunikasjon

ved Universitetet i Oslo, og har laget filmen som en del av sin masteroppgave.

Hilde Thomassen avslutter sin mastergrad ved Instituttet for medier og kommunikasjon på Universitetet i Oslo. Masteroppgaven innebefatter en teoretisk del og en praktisk produksjon, hvor hun har valgt å lage en dokumentarfilm som omhandler unge etterlatte ved selvmord. Thomassen mis-

tet selv sin far da hun var 8 år gammel, og vokste opp med fortieelse om selvmordet i familien og en skamfølelse over at det hadde rammet akkurat dem.

– Jeg opplevde mye stigmatisering rundt selvmordet. Min mor ble ganske bitter med årene og gjorde dette til en «personlig sak», som ingen andre utenom familien hadde noe med. Det videreførte hun til oss barna. Det var ikke vondt ment, men sånn ble det. Da jeg ble eldre fant jeg

Det kommende arrangementet i Kristiansand

Som de fleste har fått med seg, skal årest dagskonferanse og landsmøte arrangeres i Kristiansand 19. – 20. mai. Organisasjonen har tidligere diskutert muligheten for å få flere fagpersoner til å delta, og i år gjorde vi derfor en endring. I stedet for å legge dagskonferansen på en lørdag, valgte vi en fredag. Temaet Selvmord – Åpenhet – Psykiatri, satset vi også på skulle være interessant, både for fagpersoner og etterlatte. Det har vist seg å stemme. Hittil er det påmeldt 160 deltakere og vi venter flere når datoen nærmer seg. Det er fortsatt mulig å melde seg på konferansen frem til dagen den holdes, fredag 19. mai, så sant det er plass.

Landsmøtet har til nå 70 deltakere påmeldt, så interessen og engasjementet for organisasjonens arbeid stiger stadig.

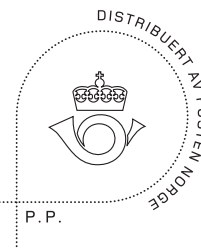
Ved tidligere konferanser har vi åpnet for media, men hvor LEVE styrer fotografering og intervjuer, og det ønsker vi også i år. Ingen av deltakerne blir fotografert uten samtykke. *Vi ønsker dere alle velkommen!*

lite informasjon beregnet på etterlatte ved selvmord på internett, og heller ingen litteratur om temaet, derfor ble det nærliggende for meg å lage en dokumentarfilm som masteroppgave, fordi det opptok meg. Jeg ønsket ikke å videreføre bitterheten i mitt eget liv, sier Hilde Thomassen.

Hilde har hele veien siden selvmordet skjedde opplevd at dette var noe faren gjorde mot sin familie. Da hun møtte de unge etterlatte som skulle være med i filmen, skjønte hun overrasket at de så på de som hadde tatt sitt liv som personer som hadde hatt det så vondt at de bare ønsket å slippe unna alt det som var van-

Retur:

**LEVE – Landsforeningen
for etterlatte ved selvmord
Postboks 27 Smestad
0309 Oslo**



LEVEnytt – Nr 4 Mai 2006

Leserens side

skelig. Det var en helt ny tankegang for Hilde.

– Deres ikke-bitre holdning sjokkerte meg nesten, ingen følte det som jeg trodde og hadde forventet. Ved å lage filmen og gå igjennom hele den prosessen, har jeg forstått mer av alle de forskjellige følelsene jeg har hatt med meg i alle disse årene. Fra å gå fra min første innstilling, hvor jeg forventet å intervjue andre bitre unge etterlatte, endret det seg til å bli en dokumentar hvor det i tillegg til de vanskelige følelsene og tankene, vises forståelse for de som tok sitt liv, og at det finnes håp om å kunne få det godt videre i livet for de som sitter igjen. Det ble de unge som styrte mye av innholdet i filmen, og tilbakemeldingen jeg har fått av de medvirkende, er at de opplever seg ærlig og enkelt fremstilt, sier Hilde.

Fortsatt finnes det lite litteratur om og ikke minst for unge etterlatte og selvmord, ei heller fantes det filmer for denne målgruppen. Det finnes imidlertid mange filmer med det formål å forebygge selvmord blant unge.

– Jeg mener at etterlatte er en egen gruppe, med helt egne behov, og mener at mye av det selvmordsforebyggende arbeidet som gjøres nesten går litt på bekostning av de etterlatte som gruppe. Dette var en av motivasjonsgrunnene for å lage dokumentaren, jeg så et behov som ikke hadde blitt dekket. Resultatet har blitt en ærlig fremstilling av tanker og reaksjoner unge etterlatte har etter å ha mistet en man er glad i ved selvmord. Og at livet går videre, for alle på hver sin måte, sier Hilde og fortsetter:

– Det var viktig for meg at ikke filmen ble fremstilt med mye føleri og manipulerende

virkemidler. Det er mye man kan forsterke med for eksempel musikkbruk, redigering og kommentarstemmer, men for meg var det aller viktigste å lytte til de som snakket. Og høre bekreftelsen på at du fortsatt er normal. I tillegg har jeg intervjuet Kari Dyregrov, forsker og gjennomfører av undersøkelsen blant unge etterlatte, for å formidle noe av forsknings- og studieresultater som hun har dokumentert.

LEVEs prosjekt «Støtte til unge etterlatte ved selvmord», pågår nå på tredje året. Som vi har skrevet tidligere, skal det nå utarbeides brosjyre og foredragsmaterielle, basert på ungdomssamlinger og rapport om de unges behov. I «markedsføringen» av alt materialet som blir produsert, ønsker LEVE å benytte seg av filmen «Selvmord i familien».

– Da jeg startet arbeidet med filmen og kontaktet LEVE, var jeg ikke klar over at organisasjonen var midt i et ungdomsprosjekt. For meg er det bare positivt at filmen blir brukt. Teknisk sett vet jeg at lyd kvaliteten ikke er bra nok i visse partier, men slik er det når man lager film innefor trange økonomiske rammer. Uansett er det blitt en film som på en enkel og direkte måte formidler hva de unge sitter med av tanker og følelser, avslutter Hilde Thomassen.

Filmen kan kjøpes direkte av:

Hilde Thomassen
Tlf. 92 86 46 85

Epost:

hildethomassen@hotmail.com

Pris: kr. 100,- + porto

Fylkeskontakter

Finnmark

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

Troms

Gunnar Pettersen
Tlf. 95 72 93 89
gunpett2@online.no

Nordland

Anne Berit Sætermo
Tlf. 90 61 89 21
tbienti@online.no

Nord-Trøndelag

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

Sør-Trøndelag

Laila B. Nesset
Tlf. 73 57 32 97
laila.b.nesset@sintef.no

Møre og Romsdal

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

Sogn og Fjordane

Nils-Petter Hauge
Tlf. 99 09 67 82
hauge@humanorg.no

Hordaland

Vigdís Songe-Møller
Tlf. 55 91 75 77/ 45 22 08 17
vigdis.songe-moller@fil.uib.no

Rogaland

Else Grete Aanestad
Tlf. 95 23 50 42
eaane@broadpark.no

Vest-Agder

Anne Margit Harbak
Tlf. 95 22 50 08
annemargit.harbak@sogndalen.kommune.no

Aust-Agder

Astrid Nomeland
Tlf. 37 93 62 88 / 91 14 83 55
asnom@valle-rystad.no

Vestfold

Biørn Bugge
Tlf: 90 97 40 21
90974021@mobilpost.no

Buskerud

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

Oslo og Akershus

Herman van Eggelen
Tlf. 98 48 33 41
oslo@levenorge.no

Hedmark

Bente Hvorup
Tlf. 62 34 45 34/ 97 12 69 07
bente@fossekallenutstopping.no

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@pfs.no

Mitt dikt

Bland alla ljusen
lyste ditt för mig
om det också ibland
skymdes av mörker
Bland de döda
är vi alla ljus
Så tar jag av dig
ditt mörker
och du
tar av mig mitt

*Göran Sonnevi,
Oceanen (2005)*

Vad är det jag
inte vet
om mig själv
Sannolikt
nästan alt
Var därför
inte rädd

*Göran Sonnevi,
Oceanen (2005)*

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

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

E-post: post@levenorge.no
Tlf.: 22 50 25 70
Fax: 22 50 25 71
www.levenorge.no