

Kjære medlemmer



Mai måned er nesten blitt årets travleste tid – alt skal være avsluttet før sommerferien kommer – enda det er over en måned til. Og det kan synes som om det ikke skal eksistere et 2. halvår.

Vårt Landsmøte og Dagskonferanse er nettopp gjennomført og avsluttet i Ålesund. Alle tilbakemeldinger og reaksjoner som sekretariatet og Landsstyret har mottatt er udelte positive. Herved utdeles fra landsstyret takk og heder til en fantastisk arrangørstab som har stått på i månedsvis med planlegging av arrangementet. Vel blåst alle sammen.

Med over 170 deltagere på Dagskonferansen nådde vi det nest høyeste antall vi har hatt i LEVE – bare i Kristiansand i fjor var det noen flere deltagere. Temaet «Fra lammende uvirkelighet – til smertefull virkelighet» med dr.psychol. Dagfinn Winje om langtidsvirkningene av store traumer, falt så absolutt positivt ut. Dessuten tyder alt på at flyttingen av Dagskonferansen til fredag trekker flere fagpersoner til denne konferansen, som fra vår side er ment som et tilbud til nettopp denne gruppen.

På lørdag var det Landsmøte hvor det var få av de store og tunge sakene til behandling. Derfor hadde man desto bedre tid til landsstyrets invitasjon til innspill, ytringer, meninger og bidrag til arbeidet med den strategiske handlingsplanen fra 2008–2011 som blir behandlet til neste år. Og mange gode og konstruktive tanker og ideer ble presentert.

Skulle det forøvrig være noen av dere som føler behov for å komme med meninger om hvordan vi driver organisasjonen eller hvordan vi burde drive den står vi med glede til din disposisjon for en samtale.

Ønsker dere med dette gode maldager og lyse kvelder.

Vennlig hilsen

Finn Borgersen, Leder av LEVE

LEVEs sekretariat 2007

I februar 2001 opprettet LEVE sin første faste stilling i sekretariatet, en 50% informasjonskonsulentstilling. I dag har LEVE tre faste ansatte, én i 100% stilling og to i 60% stilling. Men hvem gjør hva i sekretariatet? En liten presentasjon, for gamle og nye medlemmer!

LEVE har i alle år vært avhengig av prosjektmidler for å kunne drive organisasjonen. Og uten prosjektmidler fra Helse og Rehabilitering, samt fra Sosial og helsedirektoratet, hadde det ikke vært mulig å ha faste ansatte i LEVE. Derfor har stillingene frem til nå vært knyttet opp til de forskjellige prosjekter, etter hva vi har fått midler til. I desember 2006 gjorde LEVEs sekretariat imidlertid en endring i strukturen, ved å inndele oppgavene i tre avdelinger:

1. Organisasjon
2. Fagutvikling/Forebygging
3. Informasjon

De tre ansatte har ansvaret for hver sin avdeling. Ettersom arbeidsfordelingen tidligere har vært mer direkte knyttet opp til de forskjellige prosjekter, vil fortsatt noen av oppgavene gå litt «på tvers» av grensene, i en overgangperiode.



1. Anita Sælø, Organisasjonskonsulent, 60%-stilling.

Anita ble ansatt i august 2004. Under sitt svangerskap jobbet hun frivillig på LEVEs kontor i noen måneder, og deretter ble det fast ansettelse etter svangerskapspermisjon. Anita hadde

ansvaret for gjennomføringen av Løft for LEVE i 2005, og har hovedansvaret for kontakten med fylkeslagslederne og medlemsregistreringen.



2. Gry Lunde, Prosjektleder for Verdensdagen for selvmordsforebygging, 100%-stilling.

Gry Lunde ble ansatt i april 2005, det første året LEVE hadde ansvaret for den nasjonale markeringen av Verdensdagen for selvmordsforebygging. Gry har

også ansvaret for det to-årige VIVAT-prosjektet, støttet av Helse og Rehabilitering. Gry begynte i januar 2006 på en videreutdanning i selvmordsforebyggende arbeid (UiO) som avsluttes høsten 2007.



3. Terese Grøm, Informasjonsansvarlig, 60%-stilling.

Terese Grøm ble ansatt februar 2001. Terese hadde ansvaret for det tre-årige Helse og Rehabiliteringsprosjektet «Styrket omsorgsapparat for unge etterlatte ved selvmord», som ble

avsluttet 31.12.2006, og hun har vært ansvarlig for Reklame for Alvor-kampanjen 2007. Terese har, sammen med styreleder Finn Borgersen, ansvaret for mediauttalelser på vegne av LEVE.

Administrasjonsstruktur i LEVEs sekretariat

Organisasjon	Informasjon/profilering	Fagutvikling/forebygging
Drift av fylkeslag	Unge LEVE	Verdensdagen
Landsmøte	Dagskonferansen	Vivat
IT	Reklame for Alvor	Omsorg
Fylkesledersamling	LEVEnytt	Fagutvikling
Landsstyremøter	Media/ Informasjon	Søknader Helse og R
Medlemsrekruttering	Hjemmesider	

Innholdsrike og vellykkede



LEVEs dagskonferanse i Ålesund, mai 2007.

Enda et arrangement er gjennomført i forbindelse med LEVEs årlige landsmøte, det åttende i rekken. Møre og Romsdal fortjener er stor hyllest for et veldig bra gjennomført arrangement! Dagskonferansen tiltrakk seg over 170 deltakere, og for første gang ble det delt ut evalueringsskjemaer for utfylling. Både hos fagfolk og etterlatte falt dagen i smak.

Temaet for dagskonferansen var: «Fra lammende uvirkelighet – til smertefull virkelighet». Dr. psychol. Dagfinn Winje formidlet tematikken og sine erfaringer på en god og informativ måte, med alvor og humor hånd i hånd.

Winje har skrevet sin doktoravhandling om langtidseffektene hos etterlatte og skadde barn og foreldre etter bussulykken i Måbødalen i 1988. Han har fulgt familiene og kartlagt reaksjoner og langtidseffekter etter 1, 3, 5 og 10 år. I løpet av 2008 skal han gjøre sin 20-årsundersøkelse. Når det gjelder hjelp på lengre sikt uttrykker Dagfinn Winje stor tiltro til den «kunnskapsbaserte og erfaringsbaserte medmenneskelige støtte». Mennesker som selv har kjent traumet på kroppen kan være til uvurderlig støtte for andre mennesker. Dette er noe LEVEs medlemmer og etterlatte ved selvmord kjenner godt til. Ved studier viser det seg at noe av

Landsmøte 05.05.2007 i Ålesund

LEVE sitt landsmøte i 2007 ble avholdt ved Radisson SAS Hotell Ålesund. Leder av LEVE, Finn Borgersen, åpnet landsmøtet med å hilse alle delegater, medlemmer og andre tilstedeværende, velkommen. Det var ved åpningen av landsmøtet 51 stemmeberettigede delegater. Årsberetningen for 2006 ble behandlet, og deretter var det satt av en time hvor ordet var fritt, og de som ville fikk presentere tanker og ideer om hva organisasjonen bør vektlegge av arbeid i tiden fremover. Dette skulle være første steg i prosessen med en ny strategisk handlingsplan for 2008-2011. Sakene som ble tatt opp diskuteres videre på fylkesleder-samling i november 2007 for til slutt å tas opp på landsmøtet i 2008 når strategisk handlingsplan skal tre i kraft. Delegater fra flere fylkeslag var aktive under den åpne timen, og områder som det er ønskelig å arbeide mer med i de kommende år er:

- Arbeide for å få statstilskudd til likemannsarbeid (Statstilskudd til likemannsarbeid gis kun til funksjonshemmede organisasjoner)
- Beholde medlemmene i LEVE og rekruttere nye
- Bedre samarbeid med begravelsesbyråene
- Arbeide videre med brosikring
- Ha mer fokus på Unge LEVE
- Satse mer på internett, spesielt når det gjelder ungdom

- Arbeide for mer lønnete ressurser inn i organisasjonen
- LØFT for LEVE-arbeidsmetoden bør innarbeides i alle fylkeslag
- Enda mer fokus på sorgarbeid
- Styrke økonomien ved å bruke kanalene våre inn til det offentlige som forvalter midlene
- LEVE sitt hovedformål bør tilspisses; LEVE må være enda mer tydelige på hvordan arbeide med de etterlatte både i akutfasen og i tiden etterpå. Selvmordsforebygging bør også tilspisses slik at LEVE er mer bevisste på hvordan organisasjonen jobber forebyggende.
- Arbeide for å få LEVE som organisasjon inn i det offentlige lovverket
- Profilering av LEVE; felles brevark, konvolutter, nye websider, LEVE pins og LEVE takkekort.

Videre ble det behandlet forslag til vedtektsendringer og foretatt valg.

Avslutningsvis ble det bestemt sted for neste landsmøte som blir i Stavanger 2008 med Rogaland fylkeslag som vertskap.

Finn Borgersen avsluttet landsmøtet med å takke delegater, medlemmer, landsstyret og arrangementskomiteen for et vellykket og godt landsmøte.

Det nye landsstyret ser slik ut:

Leder:
Finn Borgersen. Fagperson.

Nestleder:
Ole Andreas Underland.
Etterlatt.

Styremedlem, etterlatt:
Astrid Stormo
Kari Wille Rekdal
Jarle Kirkhorn Mortensen

Styremedlem, fagperson:
Kirsti Foss
Gry Bruland Vråle
Anne Godding

Ungdomsrepresentant, etterlatt:
Succora Nordin
Marius Kampen Engevoold

Vararepr., etterlatt:
Stig Hefstad Wang
Stig Frode Lie

Vararepr., fagperson:
Tonny Gunnar Helgøy
Tore Johan Øvstebø

Vararepr. Ungdom, etterlatt:
Tom Aile Bientie

de dager i Ålesund

det viktigste for mange etterlatte etter et selvmord, er å være sammen med andre. Det handler om identifisering, gjenkjennelse og «normalisering» av tanker og følelser.

Winje snakket om traumereaksjoner – de akutte, og de som preger over tid. Han snakket om hva som skjer etter møtet med det ufattelige, det man ikke trodde skulle skje en selv. Fra det uvirkelige; behovet for å vite og forstå, uttrykke det man føler, snakke om hendelsen, dele det med andre, med noen som lytter – til det virkelige, hvor man sakte begynner å utføre handlinger som er relatert til en ny situasjon. Der man beveger seg fra det passive til det aktive. Det gir en følelse av mestring. Og hjelp til å kunne tro på et nytt liv, slik at en mening kan få plass i livet igjen. «Så godt at noen kan tro, når jeg ikke kan klare det selv.» Ragnhild Opskar, leder i Møre og Romsdal som var årets lokale arrangør, sier det slik i etterkant av konferansen: – Jeg sitter igjen med inntrykk av at det var en god konferanse, det var godt å få plass til, og få en bekreftelse på, de følelser en sliter med etter å ha opplevd et slikt traume som selvmord er. Det var også godt å høre at forskning viser at det er flere som kjenner på samme måte, og at flere av de følelsene er felles med andre som har opplevd brå død. Ragnhild fortsetter: – Vi er også godt fornøyd som arrangører. Dagfinn Winje var en god formidler og foredragsholder, og vi synes de kulturelle innslagene fungerte slik vi ønsket – som et lett innslag innimellom det tunge stoffet. Vi er glade for å ha kommet vel i havn, sier Ragnhild Opskar.

Landsmøte og dagskonferanse i Stavanger 2008

Før arrangementet i Ålesund, ble Rogaland spurt om å være den lokale arrangør for konferansen i 2008. Tilbakemeldingen kom raskt og var positiv, og leder i



Dagfinn Winje fanget deltakernes oppmerksomhet med sitt foredrag om traumereaksjoner.

Rogaland, Else Grete Aanestad, ser frem til oppgaven.

– Min første reaksjon på spørsmålet om å arrangere landsmøtet, var oi, for en tillit til oss! Vi hadde styremøte samme dag som forespørselen kom, og alle i styret sa enstemmig at dette klarer vi. Alle konferansene til nå har jo vært så flotte, så jeg blir litt svett med tanken på «klarer vi dette», men med et engasjert styre så går det bra, sier Aanestad.

Det har tidligere vært diskusjoner om det å holde LEVEs dagskonferansen på en fredag, og Else Grete Aanestad var en av de som var litt skeptisk til det.

– Jeg var litt skeptisk i utgangspunktet første året ja, men jeg ser nå, etter de to siste konferansene, at vi når fagfolk mye lettere, så det har nok vært et lurt trekk. I tillegg har Stavanger blitt kåret til Kulturhovedstad 2008, så det er et ekstra trekkplaster! Vi håper å få gjort noe i den forbindelse, noe som kan gjøre det interessant for tilreisende å legge opp turen som en langhelg. LEVEs arrangement vil bli holdt fredag 30. – lørdag 31. mai, hotellet er booket og vi har startet planleggingen. Så til alle sammen; velkommen til Stavanger til neste år, avslutter Else Grete Aanestad.

Fylkesledermøte 24. – 25. nov.

2007

Helgen 24. og 25. november arrangerer LEVE et møte for alle fylkeslagsledere. Hvert år samles alle lederne, sekretariatet og landsstyret for en helg med diskusjoner, samarbeid – og ikke minst, motivasjon og inspirasjon til å fortsette i vervet som fylkesleder.

Innholdet for arrangementet i november 2007 er ennå ikke fastsatt, men vi ber alle fylkeslagsledere om å holde av denne helgen, så kommer det en invitasjon litt senere.

Årets annonse i Aftenposten

Hver måned kårer Aftenposten «månedens annonse», hvor alle de 12 utvalgte er med i en sluttkåring av «Årets annonse 2007» i Aftenposten. LEVEs annonser vant både februar måned og mars måned, med to av de åtte annonsene byrået Hei! laget for organisasjonen – en flott markering av at organisasjonens aviskampanje har satt sitt spor. Vi krysser fingrene frem til kåringen av Årets annonse! 23. mai arrangerte LEVE en enkel og uformell takkekveld for de som har vært involvert i arbeidet med Reklame for alvor-kampanjen.



UNIVERSITETET I OSLO
DET MEDISINSKE FAKULTET

VIDEREUTDANNING I SELMORDSFØREBYGGENDE ARBEID

60 studiepoeng, 2 år halv tid.

Søknadsfrist 15. oktober 2007. Studiestart januar 2008.

Les mer på www.selmord.no under Utdanning, eller kontakt Seksjon for selvmordsforskning og -forebygging, tlf. 22 92 34 73 / faks 22 92 39 58 / e-post: ssff-post@medisin.uio.no

Fylkeslagslederens Hjørne

Jeg sitter her i vårsola, sitronsommerfuglen letter og humla surrer. Jeg sitter med nesa i boka. I jobb-sammenheng holder jeg på med et kurs i leder utvikling. Tema er hvordan skape motivasjon blant ansatte. Fire M – er viktige faktorer. Mestring, Medbestemmelse, Mening og Moro. Tankene og refleksjonene kretser om det å leve og Leve. Hvordan opplever jeg livet mitt – mestrer jeg de utfordringene i det daglige, sorgen og ettervirkningene etter traume som jeg er blitt berørt av? Hva stjeler energien, og går veien videre i nytt landskap? Ett av styremedlemmene sa så sant: «Jeg vil ikke være et offer fordi NN tok sitt liv. Jeg vil ikke bruke NN sitt selvmord til å ødelegge mitt liv». Det å kunne være med å hjelpe hverandre som er «overlevende etter å ha blitt berørt av selvmord», gir faktisk en mening gjennom Leve. Ved å hjelpe andre innebærer faktisk å hjelpe seg selv. Ved å bruke det livet har lært en gjennom en positiv måte føles godt. All erfaringene og kompetansen som den enkelte har fått med seg kan brukes som en ressurs i Leve. Vi må og huske på at vi lager mål som vi klarer å gjennomføre, fordi alt arbeidet er frivillig og vi skal sitte igjen med en følelse av at vi har mestret og gjort et godt nok arbeid. Medbestemmelse i eget liv. Er det avdøde som får mest av min energi eller har jeg mer plass til de som jeg har fortsatt hos meg og er i live? Sorg tar tid, og elske innebærer også smerte når en mister noen. Dette er kjærlighetens pris. Hva fyller jeg meg med i mitt liv? Klarer jeg å være takknemlig for det livet som er mitt? I Leve-sammenheng klarer vi å få bruke de ressursene og ønskene som den enkelte har lyst til å gjøre? Spørsmål jeg vil ta med til styret og medlemmene – Har dere mot til å si fra hva du kunne tenke deg å bidra med? Moro – lar jeg gleden, opplevelsen, latteren og den sunne galskapen krydre hverdagen min? I Leve sammenheng har vi planer sammen med Kristiansand kommune om å lage en fest kveld for livet den 8. september. Over hundre etterlatte har vært innom samtalegrupper siden tilbudet startet opp i 1995. I dag har Leve et nært samarbeid med kommunen og vi er med på utfylle hverandre. Vi gleder oss over at vi har fått ungdomsrepresentant i styret; Cajsa Malde. Vi vil prøve på å få til ei markering for ungdommer i forbindelse med 10. september.

Her sitter jeg i vårsolen og lar tankene surre, om alle de flotte menneskene som jeg møter gjennom samtalegrupper eller Leve. Takknemligheten over livet, den første hvitveisen og de første skrittene til barnebarnet. Jeg er rik og har et godt liv.

Med vennlig hilsen
Anne Margit Harbak
Leder Vest Agder.



Jeg sender utfordringen
videre til Aust Agder.

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

Fylkeskontakter

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

Troms
Gunnar Pettersen
Tlf. 95 97 97 84
gunpett2@online.no

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

Nord-Trøndelag
Sissel Pedersen
Tlf. 90 52 58 89
folladal@online.no

Sør-Trøndelag
Laila B. Nesset
Tlf. 73 57 32 97
ine@shdir.no

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

Sogn og Fjordane
Eva Pleym Lund
Tlf. 95 70 83 18
epleymlu@frisurf.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
anne.harbak@songdalen.kommune.no

Aust-Agder
Anne Godding
Tlf. 99 59 75 71
ah-g@online.no

Vestfold
Bjørn Bugge
Tlf: 90 97 40 21
bjobugg@online.no

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

Akershus
Hilde Hjelle
Tlf. 41 24 23 91
hilde@hjelle.as

Oslo
Herman van Eggelen
Tlf. 98 48 33 41
hilde@hjelle.as

Hedmark
Bente Hvorup
Tlf. 97 12 69 07
bente@fossekallenutstopping.no

Oppland
Inger Horn Holden
Tlf. 61 19 57 18 / 91 31 98 34
iholden@frisurf.no

Telemark
Janet Ververda
Tlf. 98 45 04 20
janet.ververda@hit.no

Mitt dikt

Den morgningen

Den morgonen ante eg ikkje
at eg aldri kom til å seie
«Eg er glad i deg», ein gong til.

Den morgonen ante eg ikkje
at eg aldri kom til å sjå inn i
øynene dine igjen, å le.

Den morgonen ante eg ikkje
at eg hadde sagt farvel med
deg for siste gong, dagen før.

Den morgonen ante eg ikkje
at eg ikkje kom til å høyre
latteren din igjen.

Den morgonen ante eg ikkje
at du ikkje var
i denne verda meir.

Den morgonen trudde eg
at du levde,
men det gjorde du ikkje.

Den morgonen ante eg ikkje,
kor lite kontroll me egentlig
har.

Den morgonen var du ikkje
meir.

Natta før, mista eg deg,
broren min.

Johanne Elise Reianes