



Landsforeningen for etterlatte ved selvmord

LEVE nytt – Nr. 8 November 2006

Kjære medlemmer



Kjennskapen og kunnskapen om LEVE er stadig økende. Dette merker vi best med alle henvendelsene som sekretariatet mottar fra medlemmer, fra det offentlige helsevesen, fra andre organisasjoner, fra pårørende til selvmordsnære mennesker og fra etterlatte som står midt i en så vanskelig livssituasjon som det er å miste en av sine nærmeste.

Sekretariatet er lite med kun tre deltidsstillinger, men alle tre gjør en formidabel jobb og innsats for LEVE..

Et nytt år er like om hjørnet, og planleggingen er godt i gang. De største utfordringene er og blir økonomien. Inntektene er lite forutsigbare og gjør det vanskelig å budsjettere.

Svært mye av våre inntekter kommer fra prosjektmidler som kan variere fra år til år. De forutsigbare tilskuddene til driften og som ikke er øremerkede tilskudd er det langt mindre av.

Midlene fra Ekstraspiellet gjennom Helse og Rehabilitering til vårt store ungdomsprosjekt blir avsluttet i år. Vi har riktignok søkt om fem nye prosjekter og er svært spente om vi får innvilget noen av dem.

Vi er nå inne i den virkelige mørketiden i Norge. Dette er også tiden hvor folk engasjerer seg i organisasjons- og foreningslivet. Skulle enkelte av dere som medlemmer ønske å bidra med en frivillig innsats i LEVE i den kommunen eller i det fylke du bor, ta kontakt med LEVEs sekretariat eller direkte til det fylkeslaget som du hører hjemme i. Du vil garantert bli tatt i mot med åpne armer.

Vennlig hilsen
Finn Borgersen
Leder av LEVE

Senter for sorgstøtte ved Ahus

I 1997 startet arbeidet med planleggingen av et Senter for sorgstøtte på Romerike. Senteret har vært i drift siden 1999. Det har tilhørighet ved Akershus Universitetssykehus i Lørenskog og tilbyr hjelp til barn, ungdom og voksne i deres sorgbearbeidelse etter dødsfall. I dag har de ca 25 sorggrupper i året, i tillegg til mange individuelle samtaler. Koordinator ved senteret, Anne Kari Årfoss, kan se tilbake på en lang vei for å oppnå det tilbudet de kan gi i dag.

Anne Kari Årfoss sin erfaring med sorgarbeid går tilbake til 80-tallet. På den tiden startet hun så smått sorggrupper og samtaler med etterlatte i Aurskog/Høland.

– Jeg forsto etter hvert at det var nødvendig å jobbe med et større område for å få dette til å fungere bra. Bedre organisering ble også viktig, for at sammensetningen av gruppene skulle bli god nok, sier Årfoss.

Området ble til hele Romerike. I 1997 startet Årfoss et samarbeid med Else Kari Kogstad, leder ved avdeling for helsefremmende arbeid, og Senter for sorgstøtte var et faktum. I dag mottar de 2 kr pr innbygger i hele Romerike, 14 kommuner, samt 500.000,- fra både sykehuset og Helse Øst. Men underveis har det ikke bare vært enkelt.

– Det var vanskelig å få aksept for at senteret hadde livets rett, og dermed ble det heller ikke lett å få finansiering på plass. Jeg ble ansatt i full stilling i 2003, og etter hvert har det tatt form til det det er i dag, med 3 personer som dekker 2,5 årsverk. Vi har tilhørighet på sykehuset og samarbeider med kommunehelsetjenesten og forskjellige avdelinger i sykehuset.

Og arbeid er det nok av. Bare i fjor hadde Anne Kari Årfoss 350 individuelle samtaler, i tillegg til sorggrupper og administrativt arbeid. Mange ønsker å bruke senterets tjenester.

– Alle som har tilhørighet til Akershus Universitetssykehus kan få hjelp hos oss. Vi tilbyr hjelp til barn, ungdom og voksne som opplever brå og uventet død i nær familie,



men også de som mister noen for tidlig i livet i kreft eller annen sykdom. Vi har stort fokus på barn og unge, men vi møter

fortsatt flest voksne. Det er et ganske fast opplegg for gruppene, som alle har to ledere. Det er faste temaer og vi møtes 8 ganger, 2 timer hver gang med samling hver 14. dag. Vår filosofi er at sorggrupper bør være en avsluttende prosess, og ikke et sted hvor man blir i altfor lang tid, sier Anne Kari Årfoss.

Hun fortsetter:

– Sammensetningen

av grupper er grunnleggende for at de skal fungere bra for deltakerne. De skal ikke være for store, det skal være samme type tap og deltakerne bør være så «like» som mulig. Det kan være barn og ungdom som har mistet foreldre/søsken, foreldre som har mistet barn, tap av ektefelle/samboer.

– Vi har som sagt mange grupper i året, også for selvmord. Vi inviterer de etterlatte først til en individuell samtale, deretter ser vi hva de har behov for. Noen ønsker ikke gå i grupper, og da kan vi tilby individuelle samtaler i stedet. Noen trenger samtaler i tillegg til grupper, og noen samtaler blir ren informasjonsformidling. Vi tar også i mot familier som har det vanskelig i sin sorg.

Etter at gruppene er avsluttet oppfordres gruppedeltakerne til å holde kontakten. Det finnes også et cafétilbud hver måned for voksne. Det samme er senteret i ferd med å prøve for ungdom i samarbeid med LEVE. – Dette er ment som gode støttende fellesskap hvor en kan hjelp hverandre til å mestre hverdagen og ha det hyggelig sammen, avslutter Årfoss.

Senter for sorgstøtte samarbeider en del med Kreftforeningen, og også etter hvert med LEVE. Nærmeste samarbeidspartnere ute i kommunene er de psykososiale krise-teamene. I sykehuset er det kreftpoliklinikken og det Palliative teamet som gir lindrende pleie ved livets slutt. Hører du til området rundt Akershus Universitetssykehus, er du velkommen til å kontakte Senter ved sorgstøtte på tlf. 67 92 82 61.



– Alle som har tilhørighet til Akershus Universitetssykehus kan få hjelp hos oss, sier Anne Kari Årfoss, koordinator ved Senter for sorgstøtte ved Ahus.

Verdensdagen for selvmord

Hva skjedde rundt om i landet?

Det nasjonale arrangementet: Etter annonsering, ble 21 arbeidere plukket ut til å delta på kunstutstillingen Å LEVE på Rådhusplassen i Oslo sentrum. Utstillingen stod utendørs i perioden 10.-24. september, og omfattet både videoinstallasjon, proseksjoner, skulpturer og prints. Mest oppsikt vakte karseinstallasjonen til Camilla Øyhus, og utstillingen har blitt besøkt av anslagsvis 13 000 mennesker og 70 000 har blitt eksponert for LEVE og Verdensdagens budskap. Åpningen 10. september fant sted i vakkert høstvær og Håvve Fjell fra Pain Solution fikk mye oppmerksomhet med sin gipsperformance Sensurert som falt perfekt inn i det totale utstillingskonseptet. Arkitekt bak utstillingen var Peter S. Gulbrandsen.

Oppland og Hedmark:

Markeringen var et samarbeid mellom fylkeslagene, på grunn av sykdom. Arrangementet fant sted på Frivillighetssentralen på Gjøvik; nestleder Marit Kampen ønsket velkommen med dikt av Kolbein Falkeid og leder Inger Horn Holden fortalte om LEVEs arbeid. Forfatter Ove Røsbak underholdt med å fortelle i diktform om sin barndom og oppvekst. Røsbak hadde også skrevet et dikt til egnet LEVE som het JE VIL LEVE (se LEVENytt siste side). Deretter var det servering. Dialogen blant de fremmøtte var god og etter kaffepausen fortalte ungdomsrepresentant Marius Kampen Engevoild om sitt engasjement i LEVE. Fylkeslaget hadde valgt å ha fokus på barn og ungdom på Verdensdagen i år. Forfatter Unni Ranheim avsluttet med utdrag fra bøkene sine om hvor viktig det er å være åpen og ærlig om døden, med vekt på temaet døden i forhold til barn og unge. Hun trakk fram eksempler fra sin siste bok Tid for å leve, tid for å

dø og dette var en flott avslutning på markeringen.

Finnmark:

Markeringen av dagen foregikk på Tana Miljøbygg. Markeringen var et samarbeid mellom flere instanser, som f.eks. Senter for selvmordsforebygging i Nord-Norge, Tana kommune og kirken. Markeringen startet kl 14:00, med Ebba Joks som konferansier. På programmet stod joik (Lill Therese Holm Varsi), offisiell åpning (ordfører Ingrid Smuk Rolstad), rock (Rockeworkshopen), foredraget «Håpløsthet – lokalt og globalt» (Ann Karin Furuskognes fra Volds- og traumesenter, Helse Nord), rock (Red Metal), foredraget «Kan etterlatte ved selvmord forebygge selvmord?» (Helge Stormo, fylkeslagsleder), sang (Karen Therese Ugelvik), aktiviteter: kaffekopp-løfting, lassokasting, fotoutstilling, stand, joik (Lill Therese Holm Varsi), «Forebygging av selvmord» (Øyfrid Strømeng fra PUT Karasjok, Psykiatrisk Ungdomsteam), revyinnslag (revygruppen «Vinterstøing»), foredraget «Forståelse gir nytt håp» (Synnøve Ballari Johansen i Mental Helse) og teaterstykke (ved teatersportkurset). Programmet var fyldig og godt, pressedeckningen god, 100-150 personer var til stede, og en stor del av disse var unge. God kontakt med Tana-miljøet ble knyttet og vil bli fulgt opp videre. Tana har hatt fem selvmord i løpet av det siste året.

Hordaland:

LEVE Hordaland markerte Verdensdagen 2006 ved å arrangere en temakveld, med foredrag og musikkinnslag, i teatersalen på Rick's på Ole Bulls plass i Bergen. Ca. 330 mennesker møtte opp og publikum besto for en stor del av helsepersonell, i tillegg til etterlatte og andre interesserte. Sosiolog, dr. philos. Kari Dyre-



grov holdt en appell, professor og overlege Stein Husebø holdt foredraget «Sykdom, sorg og kjærlighet», professor Frode Thuen holdt foredraget «Når vi mister fotfestet...», Karen-Christine Friele holdt foredraget «Ulikhetenes likeverd» og fokuserte særlig på de homofile situasjon, Nicolai Leganger fremførte bl.a. «LEVE-sangen», Tor Endresen og Hilde Toranger fremførte smakebiter fra sin nye CD, i tillegg til fem unge musikere kalt YR. Jarle Mortensen var kveldens konferansier. Arrangementet, som startet kl. 18.30, varte i nesten 3 timer. Fylkeslaget var svært fornøyde med suksessen og har fått en rekke positive tilbakemeldinger fra publikum.

Sør-Trøndelag:

LEVE Sør-Trøndelag valgte å kjøpe en hel forestilling av teateroppsetningen Norway today av Igor Baurisima. Med fri entré ble forestillingen vist i AvantGarden 10. september kl 19:00. Fylkeslaget betrakter dette som en suksess i forhold til målsetting og egnet arrangement for markeringen av Verdensdagen. Stykket omhandler to unge mennesker som via chatting på internett har bestemt seg for å ta sitt liv sammen, men som helt på tampen ombestemmer seg. Dette formidler ut til unge mennesker at livet har mye mer å gi. Etter forestillingen hadde LEVE Sør-Trøndelag fått en psyk. sykepleier til å stille opp og besvare spørsmål, slik at bistanden på dette området også ble synlig-

gjort. Dette dannet en fin avsluttende ramme rundt arrangementet. Markeringen ble et betydelig profilert løft for fylkeslaget.

Troms:

Markeringen til LEVE Troms fant sted på Trondenes Stiftsgård, Harstad kl 13:00, og var et fag- og kulturarrangement. Mario Santacono stod for det musikalske innslaget, og Succora Nordin, ungdomsrepresentant i LEVEs landsstyre, orienterte og foredro om LEVE, IASP og Verdensdagen. Hun fortalte også sin egen historie som etterlatt. Markeringen var vellykket, oppmøtet kunne vært bedre.

Telemark:

Minnestunden på Spireas kontor, Porsgrunn kl 15:00 på Verdensdagen hadde få frammøtte, men var vellykket. Konserten på Kafé K med Monica Nordli, platedebutant, visesanger og etterlatt, fikk strålende tilbakemeldinger og fylkeslaget var fornøyde med fram-møtet.

Vestfold:

LEVE Vestfold hadde en meget vellykket stand i Tønsberg lørdag 9. september, hvor veldig mange ble nådd med brosjyrer. Gratis kaffe og vafler ble delt ut. På Verdensdagen var fylkeslagsleder til stede i Tønsberg Domkirke under gudstjenesten med informasjon. Fylkeslaget var meget fornøyd med markeringen i Vestfold.

Aust-Agder:

Lørdag 9. september hadde

'dsforebygging 2006

fylkeslaget stand i Arendal med god oppslutning. LEVE Aust-Agder inviterte til åpent arrangement på Festiviteten på Arendal Gamle Rådhus 10. september. Det ble gitt informasjon om Verdensdagen, med innslag som breakdance og jiu jitsu, presentasjon av samarbeidsforeningene AD-HD-foreningen og Mental Helse, og kulturinnslag ved forfatter Ruben Eliassen. Fylkeslaget var godt fornøyd med arrangementene generelt og samarbeidet med AD-HD-foreningen spesielt.

Nordland:

Nordland arrangerte i år to konserter i fylket; en i Bodø og en i Mo i Rana. Konserten i Rana ble arrangert i Ytteren kirke 8. september, og temaet for konserten var «HÅP». Konserten var et samarbeid mellom LEVE Nordland, institusjonsprest Ulrike Lunde, Nord-Rana menighet, diakon Hanne Engdal og Bjørn Skogly. Et ti talls personer hadde takket ja til å stille gratis, og repertoaret spente fra klassisk musikk, til pop, hip-hop, gospel og dikt. Konserten fikk god publisitet i media og var meget godt besøkt. Arrangementet i Bodø ble avholdt i Rønvik kirke og var et samarbeid mellom Rønvik menighet og LEVE. De fremmøtte var vitne til musikk, sang og dans, hilsen fra ordføreren, appell ved sogneprest Svein Malmbekk, innledning ved Gunn-Heidi Skaug og lystenning. Fylkeslaget var svært fornøyd med arrangementene.

Oslo/Akershus:

LEVE Oslo/Akershus samarbeidet med LEVE sentralt om det nasjonale arrangementet i Oslo. Kunstutstillingen Å LEVE på Rådhusplassen i Oslo ble bemannet av medlemmer fra fylkeslaget over den to-ukers perioden utstillingen stod. Syv dager hadde fylkeslaget stand og delte ut informasjon både om utstillingen og organisasjonen. Tilbakemeldingene har vært veldig positive

og rekrutteringen har vært god.

Sogn og Fjordane:

Verdensdagen i Sogn og Fjordane ble gjennomført i Loen Kyrkje i Nordfjord. Den intime kirken dannet en fin ramme for markeringen. De frammmøtte fikk høre et variert program med korsang, en stille gitar med vakker sang og ikke minst, en flott Bach-konsert. To av LEVEs fylkesstyrepresentanter, Monika Litsheim og Hildegunn Støve, stod for de verbale innslagene. Markeringen ble sterk for alle fremmøtte.

Buskerud:

Markeringen i auditoriumet på Sykehuset Buskerud HF gikk fint med godt oppmøte. Per Arne Dahl holdt foredrag med utgangspunkt i det eksistensielle, Linn Myhre danset og Gro N. Aronsen deklamerte. Fylkeslaget er meget fornøyd med arrangementet.

Vest-Agder:

Fylkeslaget hadde en samling 7.9. med Mental Helse i Åseral kommune, og stand 9.9. i Kristiansand, hvor 1500 løpesedler ble delt ut. I forkant av Verdensdagen var invitasjoner og brev sendt ut til psykiatriske dagsentre og utøvende kunstnere om å bidra i forbindelse med 10.9. Fylkeslaget samarbeidet med Bymisjonen som også stilte med lokaler på Verdensdagen. Programmet startet med åpning av Øyvind Stabrun, leder i Bymisjonen, fylkesleder orienterte om LEVE, presentasjon av kunstnere, diktlesing, sang, gudstjeneste med lystenning og vakker sang, og avslutning med Café LEVE. Fylkeslaget var veldig fornøyde med dagen.

Rogaland:

Markeringen fant sted i Kult.kjelleren på Kulturhuset i Stavanger sentrum. En representant fra Vivat informerte om Vivat, en representant fra

Psykoppsshop holdt et sterkt foredrag om hvordan finne håpet som tidligere selvmordsnær og det var musikalsk innslag (trompet og keyboard). Fylkeslaget er fornøyd programmet og oppmøtet.

Nord-Trøndelag:

Fylkeslaget holdt konsert i Mære kirke søndag 10. september kl 18:00. De som bidro var Åse Rakel Bøhn og Ola Marius Ryan, begge utdannet ved Den Norske Operahøgskolen i Oslo og fra distriktet. Dessuten medvirket Martin Ryan med gitar og sang, mens Maria Næss akkompagnerte på piano. Programmet holdt høy kunstnerisk kvalitet. Fylkeslederen innledet med en orientering om LEVE og Verdensdagen, og brosjyrer ble delt ut. Oppmøtet kunne vært bedre, men for de som var til stede var konserten en stor opplevelse, og anmeldelsen i Trønder-Avisa var meget positiv.

Østfold:

LEVE Østfold var til stede i Domkirken i Fredrikstad og orienterte om LEVE og LEVEs arbeid både under gudstjenesten og kirkekaffen. LEVE ble også tatt med i forbønnen i kirken under prekenen.

Møre og Romsdal:

Fylkeslaget hadde pressekonferanse 4. september, noe som medførte solid pressedekning. Lørdag 9.9. var det stand i Kristiansund, og Verdensdagen gikk det buss fra Ålesund som plukket opp medlemmer til middag på Dødeladen. Her var det visning av filmen Livet var herlig med fagfolk til stede, og senere var det kirkekonsert/gudstjeneste i Kirkelandet kirke i Kristiansund, hvor biskop Bondevik åpnet, det var sang og diktlesning, og Frode Alnæs underholdt. Kvelden ble avsluttet med kirkekaffe og samtale. LEVE Møre og Romsdal var svært fornøyde med årets arrangementer.

Reklame for alvor

Som vi skrev i forrige nummer av LEVENytt, er nå vinneren av Reklame for alvor kåret. Vinnerbyrået Hei! har startet det videre arbeidet med kampanjen, sammen med LEVE. Ved fylkesledersamlingen i slutten av november vil det endelige utkastet av kampanjen vises for fylkeslederne og landsstyremedlemmer. Alle disse har på forhånd fått mulighet til å komme med innspill. Ved samme fylkesledersamling vil det også diskuteres hvordan LEVE som organisasjon på best mulig måte kan ta i mot henvendelser som kommer i kjølevannet av kampanjen. Kampanjen vil starte medio januar 2007.

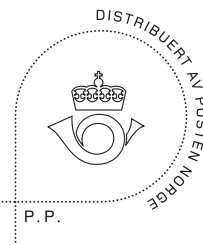
Rekruttering av nye styremedlemmer

Valgkomitéene i de forskjellige fylkesstyrene i LEVE er allerede i gang med å finne nye aktuelle styremedlemmer. Deres oppfordring til LEVEs medlemmer er: om du er interessert i å gjøre noe arbeid for LEVE i en eller sammenheng, er det flott om du kan melde deg til ditt fylkeslag så snart som mulig. Der kan du også i første omgang få litt informasjon om hva et styreverv går ut på og hva slags arbeid det vil innebære.

Vær velkommen til å kontakte lederen i ditt fylkeslag!

Retur:

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



NORGE

P.P.

LEVE nytt – Nr 8 November 2006

Leserens side

Fylkeslagslederens Hjørne

Kjære alle saman i LEVE-familien

Det var litt merkeleg at eg vart utfordra til å skrive akkurat nå, då eg har tenkt mykje på LEVE den siste tida. Tankar om bakgrunnen for at foreininga vart etablert, alle menneska som sakte kom inn og gjorde og gjer eit flott arbeid på sentralt og lokalt nivå, utfordringar som aldri tek slutt, har svirra rundt i hovudet. LEVE er som eit menneske – oftast går dagane bra, men sjukdom og motgang er uungåeleg. Heldigvis er dei fleste sjukdomane ufarlege og kortvarige, dei set oss litt tilbake, men etterpå kjenner vi oss ofte friskare enn aldri før. Men nokon kjem snikande, og kan ofte vere dei farlegaste då dei er usynlege så lenge at ... ja, de forstår kvar eg vil.

Ein farleg sjukdom i organisasjonssamanheng, er utbrenthet i såkalla kritiske stillingar. I det siste har eg tenkt litt på korleis vi som har vore med ei stund skal klare å overføre det engasjementet vi hadde i startfasen til nye engasjerte menneske på ein slik måte at desse også opplever å «eige» LEVE. For utan engasjerte menneske i styre og stell, hjelp det lite med fine brosjyrer om kva vi skulle ha gjort, eller kva vi ønskjer å gjere.

Leiar i LEVE, Finn Borgersen, har heile tida hatt som prinsipp at vi må skunde oss langsamt. I dag ser eg tydeleg at hadde ikkje dette prinsippet blitt fulgt strengt, hadde LEVE truleg vore ferdig som foreining. Vi møter stadig menneske med lette løysingar på store utfordringar, då er det lett å hoppe på for så å bli stadig skuffa. Ved å halde igjen, tenkje nøye over val og retning, minskar vi sjansen til feil som set oss langt attende. Samstundes må vi fornye oss, tilpasse oss, tenkje nytt slik at både nye og gamle medlemmar ser verdien av ny innbetaling. LEVE er for alle etterlatne. Nokon opplever LEVE «berre» som ei støtte, andre opplever LEVE som ein arena der ein kan hjelpe andre.

LEVE må ta nye steg framover om vi skal framstå som ei viktig foreining for etterlatne. Vi må sikre oss at vi når fram til alle ny-etterlatne med enkel informasjon om LEVE. Vi må etablere ein nasjonal samtaletelefon for etterlatne, gjerne i samarbeid med Kirkens SOS. Ein telefon som det offentlige må betale for. Vi bør etablere minst ei krisegruppe i kvart fylke slik at etterlatne verkeleg ser at vi meiner noko med orda våre. Og ikkje minst – vi bør utarbeide gode strategiar på korleis vi skal halde på medlemmane – tenkje gjennom korleis LEVE kan gje nye muligheter til medlemmar som har vore etterlatne over lang tid. Er det noko eg har lært gjennom desse åra, er det at etterlatne utgjer den viktigaste ressursen i LEVE. Dei må få sleppe til, nytte sin livskompetanse, for deira ord når fram til hjartet, anten det ein politiker eller ein nyleg ettelaten som lyttar.

Det nærmar seg årsmøte, og eg ser fram til å møte dykk alle.
*Nils-Petter Hauge,
Sogn og Fjordane fylkeslag*

Nils-Petter Hauge sender stafett-pinnen videre til fylkeslagslederen i Finnmark, Helge Stormo.



**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
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. 48 99 72 78
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-rysstad.com

Vestfold
Bjørn Bugge
Tlf: 90 97 40 21
bjobugge@online.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
Berit Sand lien
Tlf. 99 29 86 97
san-lien@online.no

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

Østfold
Stig Wang
Tlf. 93 02 19 41
stivan@phs.no

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

Mitt dikt**Je vil leve –**

Je vil leve,
for det er livet som gir meg
gleda, det er livet som gir
meg sanga, det er livet som
gir meg regnet og sola,
og som ga meg deg,
kjæresten min, og som ga
meg ælva den grønne og
blommen den kvite
og himmelranda den blå.

Je vil leve,
sjøl om det er så tomt etter
deg at je kunne
drukne meg i myrhøl.
Je vil leve sjøl om je høld på
og går meg vill i skødda fordi
du er borte. Je vil leve sjøl
om ensamheta stenge meg
inne bak en mur ta
splintre glas.

Je vil leve,
sjøl om du valgte den andre
vegen ut. Je vil leve – for
gleda si skuld, og for
marihøna og for
bjørkeknuppa si skuld, og for
alle de små augeblikka ta
fryd som er så lette å
oversjå, men når alle de små
perlen' blir tredd inn på
kjedet, så blir dom livet.

Je vil leve,
itte minst for å ære deg og
alt du var for meg, du som
valgte den andre vegen ut.

*Ove Røsbak
Verdensdagen 10. september*