

Årsrapport 2018 for LEVE Vestfold



Egil Berg Randi Beck Arne Elstad Veronika
Tor H. Guttelvik Ragnhild Løkke Bård Guttelvik

Årsrapporten er basert på strukturen i LEVEs handlingsplan. LEVE Vestfold har arbeidet i henhold til vår virksomhetsplan for 2018.

1 **STØTTE TIL ETTERLATTE OG BERØRTE VED SELVMORD**

- Tiltak for ivaretagelse (likemannstjeneste, sorggrupper, sosiale treff ol.)

Likemannstjeneste

LEVE Vestfold har ni kursede likepersoner, hvorav åtte er aktive. I tillegg har vi arrangert med Koordinator funksjon og det er på trappene å få ordnet med Veileder (fra RVTS Sør).

21-22.04 Likemanns kurs – 4 deltakere

Samtalegrupper (sorggrupper)

I Vestfold har vi to samtalegrupper, hvorav den ene er i samarbeide med den norske kirke. Vi har ofte ledige plasser, så det er god anledning til å komme inn raskt.

Gruppene drives av Ragnhild Løkke og Arne Elstad.

Vi har en kurset gruppeleder til og vi vurderer om det kan være mulig med f.eks gå grupper, men er ikke i havn med det ennå.

21-22.04 Sorggruppeleder kurs – 3 deltakere

LEVE Vestfold har hatt følgende sosiale arrangementer i 2018:

31.01 Kafé LEVE; Når krisen rammer - hva trenger de etterlatte?

- 28.02 Årsmøte m/ sosialt samvær
- 21.03 Kafé LEVE; Kreativ kveld med kunstner Randi Beck
- 25.04 Kafé LEVE; «Minner» v/ forfatter Margaret Skjelbred
- 30.05 Sommeravslutning på Knattholmen
- 02-04.06 Landsmøtet og Dagskonferansen på Hamar - Hele styret på 7 personer deltok
- 29.08 Kafé LEVE; Vandring fra Vallø til Karlsvika
- 20.09 «Lys i mørket» i Horten - 15 LEVE personer stilte opp
- 26.09 Kafé LEVE treff «Den gode samtalen»
- 19-21.10 Familiesamling på Kildehuset Modum Bad - Ukjent om det var deltakere fra Vestfold
- 31.10 Kafé LEVE; Til kafémøte kommer forfatter Unni Ranheim. Temakveld: "Om å være etterlatt"
- 28.11 Kafé LEVE; Vi lager julegaver
- 04.12 Førljulsprat med Else Kåss Furuseth på Litteraturhuset i Oslo - 6 fra LEVE Vestfold var tilstede
- 12.12 Kafé LEVE; Juleavslutning

Kurs i livsmestring på Eidene, Tjøme

Kurset er et samarbeid mellom LEVE Vestfold og Markmanns & Dons. Etter hvert kom også LEVE Telemark og LEVE Buskerud med i samarbeidet. Ansvarlig for arrangementet er Veronica Poer. Kurset skulle ha vært avholdt høsten 2018, men problemer med å få koordinert både Eidene og Markmanns & Dons endte med at vi måtte skyve det ut i 2019. Kurset som nå heter «Seminar om Livsglede» blir avholdt i februar og er fulltegnet.

- Tiltak rettet mot unge etterlatte (kontaktperson i fylkeslaget, lokale sosiale treff, aktiv markedsføring av nasjonale Unge LEVE-samlinger ol.)
Unge LEVE Vestfold er egen gruppe i fylkeslaget og driver svært aktivt med leder Veronica Poer og nestleder Marthe C Moskvil Guttelvik i spissen.
- 13.03 Foredrag for Røde Kors m/ Unge LEVE repr.
- 10.04 Samarbeidsmøte på bispedømmekontoret vedr forebygging av selvmord hos ungdom m/ Unge LEVE repr.
- 11.04 Apriltreff Unge LEVE Vestfold «Sorg - hva, når og hvordan?»
- 20-22.04 Ungdomssamling 2018 m/ Unge LEVE Vestfold representasjon
- 21-22.04 Likemanns kurs og sorggruppeleder kurs m/ Unge LEVE repr.
- 07.05 Veronica Poer, Marthe C Moskvil Guttelvik og Christoffer Vestli hadde møte med Horten Kommune om prosjekt «Best før og etter».
- 07.05 Veronica Poer og Marthe C Moskvil Guttelvik var på NrK Vestfold sendingen
- 09.05 Unge LEVE Vestfold | Maitreff «Om det å forholde seg til andre når ingenting er som før»
- 30.05 Sommeravslutning på Knattholmen (sammen med LEVE Vestfold)
- 02-04.06 Landsmøtet og Dagskonferansen på Hamar - En delegat for Unge LEVE fra Vestfold
- 07.06 Samarbeidsmøte på bispedømmekontoret vedr forebygging av selvmord hos ungdom m/ Unge LEVE repr.
- 13.06 Unge LEVE treff: Foredrag om å velge livet - Elisabeth Holt, foredragsholder
- 08.09 Verdensdagen i Tønsberg på Farmandstredet m/ Unge LEVE repr.

- 10.09 Verdensdagen på Bakkenteigen m/ Unge LEVE repr.
- 12.09 Unge LEVE Vestfold treff - Kino, "*Blindsoner*" av Tuva Novotny
- 20.09 «Lys i mørket» i Horten m/ Unge LEVE repr.
- 26.09 Kurs om selvmordsforebygging – Barn og unge m/ Unge LEVE repr.
- 10.10 Unge LEVE Vestfold treff - Vi snakket om psykisk helse og hva vi selv kan gjøre for å være åpne om hvordan vi har det
- 17.10 Samarbeidsmøte på bispedømmekontoret vedr forebygging av selvmord hos ungdom m/ Unge LEVE repr.
- 08.11 Unge LEVE Vestfold treff - Origamibretting av julepynt
- 12.12 Unge LEVE Vestfold treff (felles med Juleavslutningen i LEVE Vestfold)
- 13.12 Frivilligkonferanse i Horten m/ Unge LEVE repr.



Unge LEVE representant har fast plass i LEVE Vestfolds styre og deltar på alle styremøter.

Søknad sendt til Vestfold Fylkeskommune om midler til prosjekt "Best før og etter" som skal rettes mot ungdom og lærere i videregående skole, i første omgang. VFK bevilget 300 000 kroner til prosjektet, noe som nok er noe av det største et fylkeslag har mottatt noen gang.

Det søkes å få prosjekt «Best før og etter» også inn i et utvalg skoler på lavere trinn. Marthe C Moskvil Guttelvik er registrert Likeperson.

2 SELVMORDSFØREBYGGING

- Tiltak for kompetansebygging innen selvmordsforebygging (VIVAT-kurs, relevante foredrag i fylkeslagets regi ol.)
- 21-22.04 Likemanns kurs – 4 deltakere

- 21-22.04 Sorggruppelederkurs – 3 deltakere (2 av dem som oppfriskning)
- 25+26.09 Fylkesmannen arrangerer gratis tilbud om kurs til ansatte i kommunen om hvordan forebygge selvmord hos voksne, og hos barn/unge
- 25.09 Kurs om selvmordsforebygging – Voksne, 1 deltaker
- 26.09 Kurs om selvmordsforebygging – Barn og unge, 1 deltaker
- 03-04.11 Samling for aktive likemenn i LEVE; denne samlingen kræsjet med RVTS/LEVE Samarbeidsmøte i Telemark, som vi prioriterte å delta på
- 16-18.11 Fylkeslagssamling – 2 deltakere
- Aktivitet ved Verdensdagen for selvmordsforebygging 10. september
- 08.09 Verdensdagen i Tønsberg på Farmandstredet – 8 deltakere, samt 2 innleide musikere Hege Bålsrød og Knut Roppestad
- 10.09 Verdensdagen på Bakkenteigen – 4 deltakere
- 20.09 «Lys i mørket» i Horten – 15 deltakere



3 KOMMUNIKASJON

- Media/eksponering (oppsøke media med lokale saker/historier, utsending av pressemelding fra LEVE sentralt, gjennomslag for ulike medieoppslag ol.)
- 07.05 Veronica Poer og Marthe C Moskvil Guttelvik var på NrK Vestfoldsendingen
- 19.07 Avisoppslag om «Lys i mørket» i Horten i lokalavisen
- 07.09 Veronica Poer og Ragnhild Løkke i NrK Vestfoldsendingen i forbindelse med Verdensdagen
- 08.09 Avisoppslag «Absurd å stå ved graven» ifm. Verdensdagen, med Randi Beck
- 20.09 Avisoppslag om «Lys i mørket» i Horten i lokalavisen
- 11.11 Pressemelding om prosjekt «Best før og etter»
- 16.11 Oppslaget «Rekordsatsing for å bekjempe selvmord i Vestfold» som stod i alle A-Media avisene i Vestfold og omtalte prosjekt «Best før og etter»
- Politisk arbeid (brev til og møter med lokale politikere, sende høringssvar ol.)

Vestfold Fylkeskommune har hatt offentlig høring ifm. Oppdatering av «Regional plan for folkehelse» hvor LEVE Vestfold var invitert til å gi sitt høringsforslag. Vi syns selv vi benyttet anledningen godt og har bl.a. bedt om at Vestfold Fylkeskommune skal gå inn for nullvisjon mot selvmord. Dette initiativet er tenkt videreført i 2019.

- Internkommunikasjon med medlemmer (info på e-post eller sms, lokale nyhetsbrev ol)
Det er sendt ut 13 medlemsbrev til medlemmer i løpet av 2018. Disse sendes i en kombinasjon av e-post, sms og brev.
- Samarbeid med andre instanser (RVTS, andre frivillige organisasjoner ol.)
 - 25.01 Fellesmøte for frivillig organisasjoner i Tønsberg Kommune – 2 deltakere
 - 09.03 Fellesmøte for alle brukere av Frivilligsentralen i Tønsberg – 1 deltaker
 - 13.03 Foredrag for Røde Kors i Sandefjord m/ Unge LEVE repr.
 - 10.04 Samarbeidsmøte på bispedømmekontoret vedr forebygging av selvmord hos ungdom - 2 deltakere
 - 07.05 Veronica Poer, Marthe C Moskvil Guttelvik og Christoffer Vestli hadde møte med Horten Kommune om prosjekt «Best før og etter».
 - 14.05 Foredrag for Fagskolen i Horten ved Linda Elstad Johansen. Etterutdanning innen psykiatri. 6 året på rad hun gjør dette.
 - 25.05 Samarbeidsmøtet med kriseteamene – 5 deltakere
Det kom representanter fra kriseteamene i kommunene Færder, Sande, Sandefjord og Tønsberg.
 - 07.06 Samarbeidsmøte på bispedømmekontoret vedr forebygging av selvmord hos ungdom - 2 deltakere
 - 01.09 Kurs for frivillige medarbeidere i Kirkens SOS. Vi hadde tema Om selvmord. Marthe C Moskvil Guttelvik, Arne Elstad og Ragnhild Løkke
 - 22.09 Nasjonal Pårørendedag; stand i Tønsberg - 2 deltakere
 - 09.10 Nøtterøy Videregående skole på deres markering av Psykisk helse dagen, undervisning utført av Thomas Poer. Helsesøster Ida Bjørnstad kunne ikke fått rost ham nok. Hun sa han nådde alle med sin formidling på en unik måte. Hun berømmet hans åpenhet og evne til å snakke om følelser. Han nådde også de tøffeste guttene
 - 10.10 Verdensdagen for psykisk helse. Foredrag v/Heidi Dickinson i Søndre Slagen Menighet. Tema: Vær Raus - 2 deltakere
 - 11.10 Markeringen av verdensdagen for psykisk helse i Re Kommune - 1 deltaker
 - 19-21.10 Familiesamling på Kildehuset Modum Bad – 2 personer med i arrangementet
 - 17.10 Samarbeidsmøte på bispedømmekontoret vedr forebygging av selvmord hos ungdom - 2 deltakere
 - 29.10 Møte med frivillige organisasjoner i Tønsberg Kommune - 2 deltakere
 - 03.11 RVTS/LEVE Samarbeidsmøte, Langesund i Telemark – 3 deltakere
 - 20.11 Undervisning på Sykehuset i Vestfold for leger og psykiatere, utført av Heidi Dickinson. Hun har i tillegg holdt følgende;
Foredrag for videreutdanningsstudenter for helsefremmende arbeid
Foredrag for allmennlærerstudenter
Foredragene har fokus på LEVEs arbeid og barn og unge som etterlatte, med ulik vektning ut fra omfang og målgruppe.

- Hun har også deltakelse på enkeltmøter i sorggrupper med tema barn som etterlatte, samt representert LEVE på møte arrangert av Tønsberg kommune med frivillige organisasjoner.
- 07.12 Implementeringskonferanse pakkeforløp for psykisk helse og rus i Vestfold på Sykehuset i Vestfold - 1 deltaker
- 13.12 Frivilligkonferanse i Horten Kommune – 2 deltakere
- dd.mm Holdt fire bestillingsforedrag for RVTS; Veronica Poer

4 ORGANISASJON OG ORGANISASJONSUTVIKLING

- Fylkesstyrets struktur/organisering (styre- og utvalg, fordeling etterlatte/fagpersoner)
Leder Egil Berg*, Nestleder Ragnhild Løkke (fag), Sekretær Bård Guttelvik*, Kasserer Arne Elstad*, Unge LEVE Veronica Poer*, Styremedlemmer Randi Beck* og Tove Guttelvik* (*: Etterlatt)
Kafé komité: Arne Elstad, Anny Dahlen, Margareth Valmestadrød, Ragnhild Løkke er med mhp. programmet
PR & Sponsor komité: Bård Guttelvik, Veronica Poer, Ragnhild Løkke
Verdensdag komité: Ragnhild Løkke, Arne Elstad, Randi Beck, Liv Arntzen, Veronica Poer
Unge LEVE komité: Veronica Poer, Marthe C Moskvil Guttelvik, Christoffer Vestli, Thomas Poer, Ulrikke Solberg
Valg komité: Heidi Hope, Gry Nygaard Andersen, Janne Therese Hagevik
Styret har avholdt 10 styremøter og behandlet 173 saker.
LEVE Vestfold har to faste styremedlemmer i Sentralstyret; Berit Skog og Arne Elstad.
- Lokallag
Pt. Ingen
- Økonomi og finansiering (budsjett og regnskap, søknader/tilslag midler ol.)
Fylkeslaget har en sunn økonomi og for året 2018 har vi et stort overskudd ifht. underskudd i 2017. Dette skyldes i alt vesentlig overskuddet vi fikk fra vår deltakelse i arrangementet «Lys i mørket», samt økning i støtte fra lag og foreninger. For detaljer, se det vedlagte «Resultatregnskap LEVE Vestfold 2018 og Budsjett 2019».
LEVE Vestfold var i 2018 samarbeidspartner med LiM arrangøren og mottok hele overskuddet på drøye 40000.
Unge LEVE Vestfolds mottak av 300 000 kroner fra Vestfold Fylkeskommune til prosjekt "Best før og etter". Disse midlene holdes helt adskilt fra LEVE Vestfolds regnskap.
- Aktiviteter knyttet til utvikling av fylkeslaget og som ikke dekkes av punkter over (tiltak for å øke medlemstall, tiltak for rekruttering til styrer og utvalg ol.)
Tiltak for å øke medlemstall
Vi gjør i prinsippet ikke noe innsats for å hente inn nye medlemmer, men tar imot de som melder seg via LEVE sentralt / LEVE.no. Kommentar til dette på årsmøtet: «Vi gjør mye i LEVE og Unge LEVE for å markedsføre oss, og sådan driver vi rekruttering».

Tiltak for rekruttering til styrer og utvalg

Vi har så langt ikke hatt alt for stort problem med å rekruttere. Men, vi ser at dette har endret seg litt for 2019 og håper på en litt mer aktiv medlemsmasse. Håpet er å få formidlet den gode følelsen ved å få bidra med det vi har opplevd til å gjøre noe godt for andre



- Antall medlemmer (inkl. info om nedgang/oppgang fra forrige år).
Deltager.no systemet er ikke oppe og går, slik at vi ikke vet hvor mange medlemmer det var i LEVE Vestfold verken i 2017 eller 2018.
Men tallene gitt til Landsmøtet 2018 var som følger; Oversikt over betalt medlemskap i LEVE 2017, Familiemedlemskap=24, Enkeltmedlemskap=40, Studentmedlemskap=6 dvs totalt=70 / 94*
I medlemslisten på deltaker.no er det i januar 2019 som følger;
Familiemedlemskap=31, Enkeltmedlemskap=54 og Studentmedlemskap=7 dvs totalt=92 / 123*
(* når Familiemedlemskap regnes som to medlemmer)

5 EVENTUELT/ANNET

- **Gaver**

Vi har mottatt 118 414 kroner i gaver fra foreninger, lag, private, tipping og kommuner, listet i alfabetisk rekkefølge:

Bugården y's mens Club
Civitan Club Gyda
Civitan Club Liv Larvik
Civitan Club Sandefjord
Direktør Andreas Raastad Legat
Gave via LEVE sentralt
Hege Merete Setlo sin mors bære
Hof Sanitetsforening
Kiwanis Club Åsgaardstrand
Kiwanis Club Åsgårdsstrand
Lions Club Farris, Larvik
Lions Club Sande
Losje Druidestjernen
Losje Embla, Birgitta-Losje, Horten
Lys i mørket - LEVE Vestfolds andel av overskuddet
Norsk Tipping, Grasrotandelen
Re Kommune
Sandefjord Y's mens Club
Tommy Kvam's bære
Tverrved Sanitetsforening
Tønsberg kommune
Tønsberg y's mens Club
Våle Sanitetsforening
Østre Halsen Sanitet

- Prosjekt «Best før og etter»

Prosjektbeskrivelse av tiltaket: “Best før og etter”

Unge LEVE Vestfold vil at Vestfold fylke skal bli best i landet på selvmordsforebyggende arbeid blant unge generelt og på støtte til ungdom som har opplevd tap i nær relasjon spesielt. Ved å jobbe målrettet og erfaringsbasert mot ungdom vil de samfunnsøkonomiske besparelsene for fylket være store, samtidig som Vestfold kan utpeke seg som en rollemodell for landet for øvrig. Målet for Vestfold må være å være best - både i et forebyggende perspektiv (“før”) og overfor de som har opplevd tap (“etter”).

Gjennom prosjektet “Best før og etter” vil vi:

- drive selvmordsforebyggende informasjonsformidling og støttearbeid i samarbeid med fagpersoner og erfaringskonsulenter.
- styrke kunnskapen om sorg, tap og reaksjoner blant ansatte og andre voksenpersoner som møter ungdom som har opplevd tap i nær relasjon.
- gjøre informasjon om tilbud og ressurser, både rettet mot primærmålgruppen ungdom og sekundærmålgruppen voksne som møter ungdom som har opplevd tap, lettere tilgjengelig.

Gjennom dette arbeidet vil vi utarbeide:

Et foredrag for ungdom om selvmord og selvmordsproblematikk. Målet er å skape bevissthet og nå frem med aktiv selvmordsforebygging både overfor ungdom og overfor de som møter ungdom til daglig.

- En informasjonsbrosjyre som retter seg mot unge, med informasjon om hjelpetilbud og livsmestring.
- En nettside med grunnleggende informasjon, både om tilbud for ungdom og hvordan voksne kan møte ungdom i vanskelige situasjoner.
- Et minikurs om hvordan man bedre kan ivareta ungdom ved hjelp av tilrettelegging, oppfølging og en generell ivaretagelse, rettet mot voksne. Dette kurset skal styrke voksne som møter ungdom som har opplevd tap eller er i sorg.

Vil du bidra?

Prosjektet er stort og krever innsats både fra oss som driver prosjektet og fra frivillige.

For å gjøre Vestfold best før og etter trenger vi:

- foredragsholdere/kursholdere, gjerne med personlig erfaring fra tematikken
- representanter/støttespillere for organisasjonen LEVE og Unge LEVE som kan fortelle om organisasjonens tilbud (dele ut brosjyrer og drive opplysningsvirksomhet)
- ressurspersoner som ønsker å bidra med markedsføring og praktisk tilrettelegging av tiltakene

Vi ser at det vil være en fordel at bidragsyterne har kjennskap til tematikken, enten fra et faglig eller personlig perspektiv.

Rekordsatsing for å bekjempe selvmord i Vestfold

Vestfold fylkeskommune deler ut én million kroner for å jobbe for fremme psykisk helse. Foreningen Unge LEVE ønsker å redusere selvmord blant ungdom.

VICTORIA JANE ARMSTRONG OG ANNE CHARLOTTE SCHJØLL
redaksjonen@gjengangeren.no

- Vestfold har manglet en målrettet satsing for å få ned selvmordstallene, særlig blant unge. Det har Unge LEVE etterlyst lenge, og vi søkte derfor om penger sånn at vi kan jobbe med tiltak vi mener er nødvendige. Nå er vi klare for å sette i gang, sier Veronica Poer, prosjektleder i Unge LEVE i Vestfold.

Sorg og forebygging

Hun har ansvaret for ungdomsavdelingen i Landsforeningen for etterlatte ved selvmord. Organisasjonen tilbyr blant annet sorgstøtte til etterlatte ved selvmord, og jobber med tiltak for å forebygge selvmord.

Målet er å gjøre Vestfold best på selvmordsforebygging.

Foreningen er tildelt 300.000 kroner, fordelt over to år, og skal øke innsatsen mot selvmord. De skal brukes på



ÅPENHET: - Vi skal først og fremst ut og snakke med ungdom, sier prosjektleder Veronica Poer i Unge LEVE i Vestfold.

FOTO:

ANNE CHARLOTTE SCHJØLL

opplysningsvirksomhet, veiledning, samtaler og kursing av både unge og voksne.

Til sammen deler Vestfold fylkeskommune ut én million kroner for å styrke frivillige organisasjoners arbeid med å fremme psykisk helse. Beløpet betales ut over to år, halvparten av pengene betales i år, resten neste år.

Høy terskel

De andre organisasjonene som også får penger, er Vestfold Røde Kors og Kirkens Bymisjon, som sammen får 500 000 kroner til «Åpent hus». Kir-

kens SOS Tunsberg får 200 000 kroner til «Et varmere samfunn».

Ifølge Poer er det mange som har høy terskel for å be om å få snakke med noen.

- Vi skal først og fremst ut og snakke med ungdom. Det å ha det vanskelig fra tid til annen er helt normalt, men vi vil få fram at det også er hjelp å få om du trenger det.

Poer mener også at det er viktig å bidra til bevisstgjøring av voksne som møter ungdom som har det vanskelig. Derfor skal foreningen utvikle et kurs som gjør blant annet lærere bedre rustet for å takle kriser og vanskelige situasjoner.

Ungen fylkeslag i LEVE har mottatt en høyere pengesum til et prosjekt i egen regi, som foreningen i Vestfold nå skal få.

Arbeidet som gjøres her i fylket vil dermed bidra til å gjøre Vestfold på topp når det gjelder selvmordsforebygging.

- Det er viktig å begynne i det små, og vi gleder oss til å spille på lag med andre organisasjoner, offentlige etater, skolen og fagmiljøer. På den måten kan vi oppnå gode resultater, og på sikt kan vi derfor overføre prosjektet til andre deler av landet. Dette er bare begynnelsen, sier Poer.