

## Årsrapport Leve Agder 2020

Styret har bestått av  
Jan Helge Yannis Messell (leder)  
Anne Killingmo (nestleder)  
Renate Hesthag (sekretær)  
Kenny Haugen (ansvarlig for sosiale medier)  
Stig Frode Lie (kasserer)  
Heidi Kristin Messel (styremedlem)

Helge Sørvang (vara)  
Anne Berentzen (vara)

Årsmøtet ble avholdt på Festningen i Kristiansand, 25.02.2020. Nytt styre ble valgt.

Styret har hatt 3 styremøter. Grunnet Covid-19 har vi begrenset antall møter, men heller hatt mye kontakt via telefon/internett.

Vi har også i 2020 arrangert Verdensdagen for selvmordsforebygging med stand i Arendal sentrum, og arrangement på UiA Kristiansand. Dette med stor suksess og gode tilbakemeldinger. Vi fikk i forbindelse med verdensdagen utdelt aluminiumsplanketter fra Leve sentralt, med flotte sitater. Disse har vi jobbet med opp mot både Arendal og Kristiansand kommune, og de skal settes ut der folk ferdes, som turstier, på strandpromenaden o.l.

I september inngikk vi leieavtale med Røde Kors, for kontorlokale og lokale for kaffetreff/sorggruppe. Adresse for lokalet er Hans Thornesvei 26, Arendal.

Vi har gjennom hele året hatt stor pågang på telefon fra etterlatte, og ser et stort behov for flere likepersoner. Vi har derfor planlagt å holde likepersonskurs våren 2021, dersom smittesituasjonen tillater det.

For styret i Leve Agder  
Jan Helge Yannis Messell



*Landsforeningen for  
etterlatte ved selvmord*

**LEVEs formål** er å støtte etterlatte og berørte ved selvmord,  
og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet,  
opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.

**LEVE Akershus**

**ÅRSRAPPORT for 2020**

## Fylkestyrets struktur og organisering

fellesskap  
forståelse  
savn  
ettertanke

### **LEVE Akershus fylkestyre 2020**

LEVE Akershus fylkestyre har i 2020 hatt følgende sammensetning:

			Valgt for	På valg i
<b>Leder</b>	Marianne Lund Smedsrød	Etterlatt	1 år	2021
<b>Nestleder/økonomiansvarlig</b>	Kristin Grøstad	Etterlatt	1 år	2021
<b>Styremedlem - fagperson</b>	Eli-Norun Reberg	Fagperson	2 år	2021
<b>Styremedlem (ansv. Sandvika)</b>	EB Marchand	Etterlatt	2 år	2022
<b>Styremedlem</b>	Christine Hansen Bartnes	Etterlatt	2 år	2022

Sentralstyrets "fadder" var Johanna Lundereng, leder i LEVE. Nina Clarke overtok ved slutten av året.

Fylkeslagets styre har avholdt 4 Møter i 2020 – alle på TEAMS.  
Styret har behandlet 33 saker.

### Økonomi og finansiering

LEVE Akershus har god økonomi relatert til aktivitetsnivået, og de viktigste inntektene har vært kontingent, grasrotmidler og gaver. I 2020 har aktivitetene vært begrenset grunnet Covid 19, men fylkeslaget har støttet aktiviteter som har vært mulig å gjennomføre, som fellesprosjekter i form av livsgledeseminar, «pappagruppe» yoga for etterlatte og kurs i kreative uttrykk.

### Aktiviteter gjennom året

LEVE Akershus rakk tre LEVEtreff i Steinhuset i Sandvika før Covid 19 slo til. Her møter jevnlig en gruppe samt noen nye innimellom. Treffet er i størst grad bygget på samtaler og med enkelte temaer innimellom. Fra april og ut året er det arrangert gågrupper isteden, da det er den beste måten en kan treffes på nå, men mange ser fram til at en kan treffes inne i Steinhuset igjen.

I Lillestrøm har det vært faste gågrupper hver første mandag i måneden gjennom året. Noen kommer hver gang, noen sporadisk og nye er innom. Det blir gode samtaler om det som opptar oss rundt det å ha mistet noen i selvmord. Begge gå- gruppene er nå godt etablert og de vil fortsette inn i 2021.

Vi var flere fra LEVE Akershus til stede under selvmordsmarkeringen #ingenflereåmiste utenfor Stortinget 8.jan 2020.

### Likepersonsarbeid

Likepersonkoordinator har vært fagperson Eli-Norun Reberg. Det har vært sendt ut e-post og sms til nye innmeldte i LEVE Akershus. De som ønsket det, har blitt oppringt for samtale. Det er ca 14 personer. Noen har ønsket likeperson og andre ønsket å delta i sorggruppe. Vi har to aktive likepersoner som tilbyr samtaler. Da de trengte en pause i høst/vinter fikk vi hjelp fra Oslo til en oppfølging. Det er fire som har meldt sin interesse for kurs i likepersonarbeid. På grunn av korona, har kursene dessverre blitt utsatt.

### Sorggruppe

Det var 9 som avsluttet sorggruppe våren 2020, og 7 som startet opp i september 2020. Sorggruppen er et samarbeid mellom Langhus kirke og LEVE Akershus. Det er diakon og fagperson Eli-Norun som har ansvar for gruppen.

### Medlemsmasse

Fylkeslaget hadde pr. 31.12.2020

Enkeltmedlem: 70

Familiemedlem: 86 (43\*2)

Ungdom/Ung voksen: 6

Til sammen: 162

Interessent: 13

### Media/eksponering

Asker og Bærum budstikke lørdag 10.10.2020 under overskriften «Inviterer selvmordsetterlatte til turtreff» med bilde av EB, vårt styremedlem med ansvar for treffene i Sandvika.



Romerikes Blad tirsdag 13.10.2020 under overskriften «En veldig komplisert sorg» hvor en journalist hadde møtt opp og snakket med oss i forkant av gågruppa på Lillestrøm. To hele sider i avisen

### Verdensdagsarrangement uke 37

Målet for LEVE Akershus var å synliggjøre og om mulig møte personer som vi ikke ser på LEVEtreff. Tidligere års stand på kjøpesentre har vist at det har vært et behov og folk har satt pris på å bli informert og noen har også pratet mer med oss.

LEVE Akershus ønsker å benytte denne dagen på samme måte videre og ser at utstillingen i biblioteket Flammen i Nittedal var et godt alternativ når man ikke kan treffes fysisk. Biblioteket Flammen la også ut informasjon om Verdensdagen for selvmordsforebygging på nettsiden sin, et facebookbanner og Trygve Skaugs dikt «Dette er en ode...» samt at de satte opp bøker om temaet sammen med LEVE's informasjonsmaterieil.



### Verdensdagen for psykisk helse 10. oktober

Stand som på verdensdagsutstillingen samt med representant fra LEVE synliggjorde LEVE på Nittedals's arrangement i regi av kommunen, Mental Helse m/fl. Det var få folk innom i kirkens lokaler, sannsynligvis grunnet Covid 19, med de som kom fikk gode samtaler og LEVE sitt arbeid ble også kommunisert med de andre lagene som bidro til et godt tilbud til de fremmøtte.



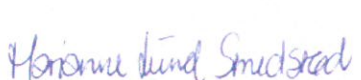
### Landsmøte i LEVE 2020

Landsmøtet våren 2020 ble utsatt grunnet Covid 19. Det ble gjennomført digitalt, på zoom, lørdag 3.oktober. Leder i fylkeslaget deltok på landsmøtet med fullmakt fra to styrerepresentanter.

LEVE's generalsekretær beskrev fylkeslagene som LEVE's grunnfjell. Så langt har LEVE fylkeslag i alle fylker (de gamle). Etter de siste fylkessammenslåinger i Norge, dukker spørsmålet opp om hvordan vi i LEVE organiserer oss videre. LEVE Akershus hadde et innlegg om dette, som vil bli en sak om vedtektsendringer på landsmøtet 2021.

Et oversiktlig og ryddig landsmøte. Vel gjennomført, men et stort savn å ikke møtes fysisk. En landsmøtehelg i LEVE er en sosial begivenhet i tillegg til et godt stykke arbeid som gjennomføres.

Akershus, 1.03.2021



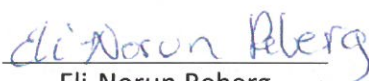
Marianne Lund Smedsrød  
Leder



Kristin Grøstad  
Nestleder/Økonomiansvarlig



EB Marchand  
Styremedlem



Eli-Norun Reberg  
Styremedlem

---

Christine Hanssen-Bartnes  
Styremedlem

## Årsrapport LEVE Finnmark 2020

Finnsk kommunens Selvmordsforebyggende  
LEVE Finnmark

### ÅRSMELDING 2020

FOR

LEVE Finnmark fylkeslag

Styret for 2020 har bestått av følgende:

Leder:	Gunn-Marie Traust
Nestleder/sekretær:	Ragnhild Ravna
Kasserer:	Anita Brækkan Remme
Styremedlem:	Sinnsida Saun
Valgkomite:	Ester Persen
	Inger Petterson
Likepersoner:	Vibeke Sørensen ( fram til juni, flyttet)
	Klara Helander
	Hanne Skjefstad Veileder
DPS brukervalg:	Vibeke Sørensen
	Varetp Gunn-Marie Traust

#### Organisasjon

- 1) Fylkeslaget er organisert med et hovedstyre og et lokallag med eget styre.  
Likepersoner og DPS brukervalgs representanter bærer inn i fylkestyret.

#### Lokallag

Finnsk fylkeslag har eget lokallag, LEVE Tana/Nesseby lokallag- LEVE Deamu/Ungjøga baikkalas searvi. Lokallaget har jobbet tett opp mot Fylkeslaget, med felles styremøter bla.

Tordis Opsahl og Sara Kristine Tur Buljo har sagt seg villig til å kome seg opp til Likepersoner.

#### Økonomi:

Økonomien til LEVE Finnmark er tilfredstillende, vi har pr 31 des 20 ca kr 63.000,- på konto.

Vi har søkt sentralt om midler til å arrangere sommerstue og Verdenslagen, men pga korona ble dette avlyst og midlene er sendt tilbake LEVE sentralt.

Media/eksponering:

Gunn-Marie ble intervjuet i Finnmarkssendingen 10 sep i forbindelse med Den internasjonale Verdensdagen for selvmordsforebygging. Det var også artikkel i Sagat og Avvir.

Kirsten fikk Finnmarkens julestjerne for sin innsats for LEVE.

I 2019 tok 650 personer livet av seg. Et ufattelig høyt tall, og noe må gjøres. Vi kan vel alle bli flinkere til å se hverandre. Smil til en fremmed, ta en telefon til en venn. Bry deg litt mere.

Regjeringen jobber mot en nullvisjon mot selvmord. Samtidig som Psyisk helse blir nedprioritert.

På tampen av 2020 fikk LEVE Finnmark ekstra midler. Disse pengene valgte vi å bruke på våre medlemmer. Vi kjøpte inn en liten gave og sendte julebrev til alle våre medlemmer i Finnmark.



# ÅRSMELDING LEVE HEDMARK 2020

## **Styrets struktur og organisering**

I 2020 hadde vi årsmøte 27.februar. Dette ble resultatet av valget:

Leder: Turid Solberg, etterlatt

Nestleder: Arnhild Aaboen, etterlatt

Sekretær: Gunhild Kvåle Westgård, berørt og fagperson

Kasserer: Lilly Ann Olsen, etterlatt

Styremedlem: Ada Koller Hagness, etterlatt

Styremedlem: Marianne G. Rosseland, etterlatt

1.vara: Lise Brenna, etterlatt

2. vara: Lorna Otterstad, berørt

3. vara: Pål Reinholdt, etterlatt

Vi hadde 7 styremøter i 2020 etter årsmøtet. Styremøtene har vært holdt i Storhamar kirke, Messenger eller på Teams. Det har for noen vært en bratt læringskurve med digital kommunikasjon, og dette fungerer greit ved utgangen av 2020.

Leve sentralt sponset en juleavslutning for styret i desember. Nå i 2021 rekker vi to styremøter før årsmøte 25.feb.

Vi har blant annet jobbet med:

Verdensdagen 2020, levekafe, oppgavefordeling i styret og hvordan få til best kommunikasjon med våre medlemmer.

Vi har fått hjelp til å lage medlemslister i mail-systemet slik at det er lettere å sende ut mail. Det er viktig for styret at Leve sentralt har fått bedre kontroll på medlemslistene.

## **Lokallag.**

Leve Hedmark har ingen lokallag.

## **Økonomi og finansiering**

Økonomien til fylkeslaget er fortsatt god. Vi søkte støtte fra Sparebankstiftelsen og fikk tildelt 10.000,- På grunn av mindre aktivitet dette året har vi ikke jobbet med å søke midler andre steder. Derfor vil vi fortsette arbeide med å finne steder å søke om mer støtte til arrangementer og støtte til drift. Regnskap for 2020 ligger vedlagt.

## **Aktiviteter gjennom året**

### **LEVE-treff**

Vi har hatt totalt 5 levekafeer på Frivillig Hamar, på ett av dem deltok pårørendekontakten i Politiet Laila Nårstad.

1 tilbud om tur: «Walk and talk» langs Storhamarstranda, og sommeravslutning på Torps kafe.

Det har vært fra 3-12 deltagere på disse møtene.

Som ellers i samfunnet har koronapandemien begrenset aktiviteten vår. Det gikk blant annet ut over leve-kafeer og juleavslutning for medlemmer..

### **Verdensdagen for selvmordsforebygging 10.september 2020**

Intervju i Ringsaker blad. Arnhild i styret og et annet medlem ble intervjuet av Ringsaker blad. Det ble en god reportasje.

3 av oss i styret deltok i undervisningen av 3.års sykepleiestudenter på Høgskolen i Innlandet, avdeling Elverum. Vi møtte studenter digitalt både 10.september og 5.november. Totalt snakket vi for ca 130 studenter.

I forkant av verdensdagen hadde vi i samarbeid med bibliotekene i Ringsaker, på Hamar, Elverum, de satte opp en utstilling med informasjon om LEVE, verdensdagen og aktuelle bøker. Det ble hengt opp plakater forskjellige steder i Ringsaker og på Hamar om verdensdagen.

Vi hadde flere planer og endringer rundt et fysisk arrangement i Moelv som ble endret mange ganger. Det ble dessverre ikke mulig å gjennomføre noe av det på en forsvarlig måte.

Vi fikk ikke hengt opp noen plaketter på permanent basis, men deltok med filmbidrag til Verdensdagsfilmen i regi av LEVE.

### **Likepersonsarbeidet**

LEVE Hedmark har 8 likepersoner. Vi har fått 7 henvendelser (totalt til LEVE Hedmark) som er kommet via telefon og mail. Likepersonskoordinator i 2020 var Gunhild K. Westgård. I 2020 fikk vi likepersonsveileder: Ingrid Nyhus. Styreleder har hatt kontakt med Ingrid N, men pga pandemien ble det vanskelig med fysisk kontakt, og støtte til de andre som er likepersoner.

### **Møte-kursvirksomhet.**

Arnhild med flere har vært på digitalt oppfølgingskurs for likepersoner.

Turid har vært med på digitalt foredrag: Julia med sorgen som bakteppe.

Med hjelp fra prosjektmidler fra Leve har Anita Henriksen i Leve Oslo har hatt kurs med kreativt uttrykk. Et medlem fra Hedmark deltok på dette.

Flere var meldt på konferanse med Modum i Oslo. Det ble avlyst.

### **Medlemsmasse**

Antall medlemmer er nå: 52

### **Unge LEVE**

Lorna Otterstad har vært ungdomskontakt i LEVE Hedmark. I løpet av 2020 har ungdomsgruppa valgt ny ungdomskontakt: Mathilde Sjøberg. Ungdomsgruppa har bestått av 4 ungdommer/ unge voksne, under support av Lorna.

De inviterte til en åpen samling med støtte fra LEVE, det kom ingen nye. De har fått sin egen mailadresse: ungelevehedmark@gmail.com.

### **Media/eksponering**

Vi prøver å være synlige i sosiale medier. Vår Facebookside LEVE Hedmark har pr feb.-21 134 som liker siden vår. (I feb 2020 hadde vi 114) Det settes også inn gratisannonser i lokalaviser om Levekafèene.

Det var medieoppslag i forkant av verdensdagen.

### **Politisk arbeid**

Vi fikk i 2020 henvendelse fra Nord-Odal kommune ang deres helse- og omsorgsplan. Vi er nå høringsinstans og ba om hjelp til å gi et hørings svar. Einar Jabobsen i landsstyret til Leve, hjalp oss.

### **Annet**

På vegne av styret i LEVE Hedmark.

Sekretær Gunhild Kvåle Westgård.



## ÅRSMELDING 2020

LEVE - Landsforeningen for etterlatte ved selvmord

Hordaland fylkeslag

# ÅRSBERETNING 2020

## LEVE Hordaland

### 1 ORGANISASJON OG ORGANISASJONSUTVIKLING

#### 1.1 FYLKESSTYRETS STRUKTUR OG ORGANISERING

Fram til årsmøte 18.02.2020 hadde fylkesstyret følgende sammensetting:

Styreleder – etterlatt	Elisabeth Braut
Styremedlem – etterlatt	Kjersti Sandvik
Styremedlem – fagperson	Annie Norevik
Styremedlem – Unge LEVE	Karina Ask
Styremedlem – etterlatt	Aud Gloppen Helle
Styremedlem – fagperson	Geir Ove Eide
Styremedlem – fagperson	Ane Marita Milde
Varamedlem – etterlatt	Stine Marte Angelshaug
Varamedlem – etterlatt	Mette Thomsen Cuomo

Ved årsmøte 18. 02. 2020 fikk fylkesstyret følgende sammensetting:

Styreleder – etterlatt	Elisabeth Braut	Valgt for 1 år
Styremedlem – etterlatt	Aud Gloppen Helle	Valgt for 2 år
Styremedlem – fagperson	Geir Ove Eide	Ikke på valg
Styremedlem – fagperson	Anne Marita Milde	Ikke på valg
Styremedlem – etterlatt	Mette Thomsen Cuomo	Valgt for 2 år
Styremedlem – etterlatt	Svein Børresen	Valgt for 2 år
Styremedlem – fagperson	Chiku Ali	Valgt for 2 år
Varamedlem – etterlatt	Ove Vestheim	Valgt for 1 år
Varamedlem – fagperson	Anne Marie Ulvolden	Valgt for 1 år

Regnskapsfører: Rolf Oehme

Revisor: Yngve Bersvendsen

Valgkomité for valg 2020: Ingvild Kjørrefjord og Arild Helle

Fylkesstyret har i 2020 hatt 11 styremøter og en styrehelg.

I tillegg har det vært etablert arbeidsgrupper for selvmordsforebygging og barne- og ungdomsarbeid i Hordaland.

## 1.2 OVERORDNETE MÅL

LEVE Hordaland skal etterleve hovedorganisasjonens formål:

Å støtte etterlatte og berørte ved selvmord og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet, opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.

Prioriterte oppgaver innen sorgstøtte er tilbud om **sorggrupper** for etterlatte og **likemannsarbeid**. Organisasjonen skal også videreføre arbeidet med å skape en møteplass for etterlatte tilpasset de forskjellige individuelle behov for enkelte grupper.

Innen selvmordsforebygging står gjennomføring av **Verdensdagen for Selvmordsforebygging** og **oppfølging av Bergen kommunes handlingsplan for selvmordsforebygging** sentralt.

LEVE Hordaland skal også jobbe tett sammen med **Unge LEVE**.

## 1.3 ØKONOMI OG FINANSIERING

Inntektskildene i 2020 har vært:

- Bergen Kommune
- Vestland fylkeskommune (prosjektstøtte)
- LEVE sentralt
- Private gaver

## 1.4 ADMINISTRASJON

I 2020 har LEVE Hordaland inngått avtale med Annette Straume om engasjement som administrasjonssekretær. Stillingen er begrenset til maks. 20% årsverk og skal avlaste fylkeslederen og andre styremedlemmer i administrativt arbeid, undersøkelser og møterepresentasjon.

Annette Straume er selvstendig næringsdrivende. Dermed påligger det ikke arbeidsgiveransvar for LEVE Hordaland.

Styret er veldig fornøyd med avlastingen og ønsker å fortsette engasjementet.

## 1.5 ANTALL MEDLEMMER

Iht. LEVEs medlemsregister har LEVE Hordaland 168 medlemmer - 47 familiemedlemmer, 28 husstandsmedlemmer, 72 enkeltmedlemmer, 20 ungdomsmedlemmer og et støttemedlem.

I tillegg har det registrert seg 65 interessenter som mottar nyheter fra oss uten å være medlem.

## 2 STØTTE TIL ETTERLATTE OG BERØRTE VED SELVMORD

### 2.1 CLUB LEVE

Den viktigste sorgstøtten for etterlatte ved selvmord har vist seg å være et sted der en kan treffe andre selvmordsetterlatte, føle seg forstått og kan utveksle erfaring. Derfor har LEVE Hordaland i alle år arrangert en månedlig treffplass.

Club LEVE er et utvidet tilbud som nå også er tilrettelagt for barn og familier og som ble lansert i januar 2018. Ambisjonen er å samle etterlatte og berørte i alle aldre – inkl. Unge LEVE – en gang i måneden i de nye lokalene som leies av Bergen kommune og å tilby skreddersydde aktiviteter for de forskjellige aldergrupper.

- Alle som kommer blir hilst velkommen i døren. Nye personer blir tatt hånd om av en likeperson som fungerer som en slags fadder den dagen.
- Kvelden starter kl. 17 med en felles middag for dem som ønsker. Middagen sponses av Kirkens bymisjon.
- Kl. 17:30 starter aktivitetene for de forskjellige aldersgruppene, bl.a. LEVEN - aktivitetene for barn.
- Kl. 19 treffes alle voksne nesten voksne til felles gruppesamtaler.

I 2020 har situasjonen rundt korona-viruset sterkt begrenset muligheten til å gjennomføre møtene. De ble holdt vanlige Club LEVE treff i januar, februar og august. I tillegg ble det gjennomført 2 utendørs arrangementer rettet mot enkeltpersoner og familier, i juni og desember.

Smittefaren har også ført til at antall deltagere har gått ned. fra gjennomsnittlig 30 personer i 2019 til 10 personer i 2020.

#### 2.1.1 LEVEN

LEVEN skal være et møtested for barn i alder 6– 16 år, som er etterlatt etter selvmord. Gruppen blir ledet av etterlatt med pedagogisk utdanning, senere en fagperson, samt to frivillige psykologistudenter.

Etter en felles middag ca. kl. 17:30, samles barna på sitt rom, eller har aktiviteter utenfor huset, fram til kl. 20:00. Møtene er preget av lek og aktivitet tilpasset barnas alder og skal gi rom for samtaler. Barn deler ofte viktige ting mens de holder på med noe annet. Å lage mat sammen inne eller ute på tur, og å spise sammen, gir rom for samtaler og skaper samhold.

I møte med andre som har lignende erfaring kan det være lettere å snakke om følelser som skyld, redsel, sorg og savn. Her skal de møte voksne som kan lytte og forstå, - og oppleve at selvmord er et tema som kan snakkes om, - men like viktig er lek og latter. I LEVEN skal barn oppleve håp og glede i møte med andre barn og erfare å ikke være alene med sin erfaring.

På grunn av korona-situasjonen kunne Leven bare gjennomføres i januar og februar.

Det kommer til å bli en stor utfordring å reaktivere aktivitetene i 2021.

### 2.1.2 UNGE LEVE SAMTALEGRUPPE

Unge LEVEs samtalegruppe er en åpen gruppe for ungdommer og unge voksne i alderen 16 – 35 år. Gruppen har faglig veiledning og flere kursede likemenn. Prinsipper for samtalene er tuftet på anbefalinger fra Selvhjelp Norge.

I gruppen snakke deltagerne om det som ellers kan være vanskelig, relatert til selvmordet og følelsene man har knyttet til denne hendelsen. Gruppen har faglig veiledning og flere kursede likemenn.

Antall deltagere har dessverre blitt veldig redusert i 2019.

Korona-situasjonen i 2020 har ført til at tilbudet ikke ble tatt imot.

I 2021 skal det utvikles et nytt konsept.

## 2.2 KONTORLOKALE

I september 2020 inngikk LEVE Hordaland en leieavtale for et lite kontor / samtalerom, sentralt lokalisert ved John Lunds plass 1.

Her kan opptil 6 personer treffes.

Rommet har blitt innrettet spesielt med henblikk for å kunne gjennomføre gode likepersonssamtaler i en trygg og behagelig atmosfære. Rommet har også blitt brukt til mindre sorggrupper og annen møteaktivitet.

Tilbakemeldingene fra brukerne er veldig positive. Rommet er en stor berikelse for LEVE Hordaland arbeid.

## 2.3 LIKEPERSONSARBEID

LEVE Hordaland har per i dag 6 likepersoner som har vært på kurs i regi av LEVE. På grunn av koronasituasjonen, sykdom og andre tidskrevende verv har det i 2020 ikke vært mulig å dekke behovet for likemannsamtaler i Hordaland kun med disse personer.

Anne Karin Fossheim Eide som er medlem i LEVE, sorggruppeleder og frivillig fagperson har påtatt seg rollen som veileder for likemenn i Hordaland og fungerer også som koordinator for likemannssamtaler. Hun arrangerte også et møte for likemenn med faglig påfyll.

I 2020 mottok LEVE Hordaland 32 henvendelser fra etterlatte som ønsket likeperson. Ikke alle har fått samtaler. 4 personer står fortsatt på venteliste, men er tildelt en likeperson, og Anne Karin Fossheim Eide har vært jevnlig i kontakt med dem.

LEVE Hordalands faglige veileder og koordinator har vært med på alle første møtene som ble gjennomført.

Det ble avholdt en samling for likepersonene i juni.



## 2.4 SORGGRUPPER

LEVE Hordaland sorggrupper er tidsmessig begrenset på 10 samlinger på 1 ½ time hver og en gitt struktur for samtaletema og sorgarbeid. Hver gruppe ledes av to sorggruppetledere, en fagperson og en etterlatt som har fått god opplæring i regi av LEVE sentralt.

Konseptet fungerer veldig godt. Gruppetlederne har en veileder fra RVTS Vest.

Til tross for korona-situasjonen startet LEVE Hordaland i oktober en sorggruppe, denne gangen bare med 5 personer, et langt mindre antall deltagere enn vanlig. Møtene ble denne gangen så langt det var mulig avholdt i vårt eget lokal i John Lunds plass 1. Ikke alle møtene som var planlagt lot seg gjennomføre. En del møter måtte på grunn av smittevernreglene utsettes og skal gjennomføres i 2021.

## 2.5 LUKKET GRUPPE PÅ FACEBOOK

LEVE Hordaland har opprettet en lukket Facebook-gruppe for å gi etterlatte og berørte ved selvmord i Hordaland mulighet til å dele sin sorg, savn og andre erfaringer med hverandre uten at uvedkommende har tilgang til innholdet.

Dette tilbudet har så langt ikke blitt brukt veldig mye. En dedikert redaktør for gruppen kunne kanskje sørge for mer engasjement i gruppen.

Det finnes en landsdekkende lukket Facebook-gruppe «Selvmord - for oss etterlatte» som tilbyr samme type støtte. En del av LEVE Hordalands medlemmer deltar i denne gruppen.

Unge LEVE Hordaland har egne lukkede Facebook- og Messenger-grupper. Disse gruppene har en viss aktivitet.

## 2.6 UNGE LEVE

LEVE Hordaland støtter lokale arrangementer i regi av Unge LEVE både finansielt og med personlige ressurser når dette er ønsket.

I september 2018 fikk Unge LEVE Hordaland oppdraget å organisere LEVEs Ungdomssamling 2019 i Bergen. Arbeidsgruppen for Unge LEVE Hordaland har ansvarlig for forberedelsen av Ungdomssamlingen.

Aktivitetsnivå etter ungdomssamlingen var lav. Dessverre har arbeidsgruppen etter Ungdomssamlingen av forskjellige årsaker falt fra hverandre. Representantene for Unge LEVE i styret til LEVE Hordaland har også alle slitt med tids- eller sykdomsproblematikk.

Representanten til Unge LEVE i Hordaland administrer sin egen Facebook side samt en felles Messenger gruppe for alle Unge LEVE medlemmer i Hordaland, begge med navn; Unge LEVE Hordaland

I 2020 har det ikke blitt gjennomført aktiviteter i regi av Unge LEVE, men vi håper aktivitetene gjenopptas i 2021.

## 3 SELVMORDSFØREBYGGING

### 3.1 FAGDAG

I tett samarbeid med RVTS arrangerte LEVE Hordaland i 2020 en dagskonferanse i kultursensitiv selvmordsforebygging.

Konferansen satte fokus på hvordan det kan snakkes om selvmordstanker og selvmordsforebygging i forskjellige kulturelle kontekster.

I mange kulturer er psykologiske problemer og selvmord fortsatt skam- og tabubelagt. Dermed må en finne andre uttrykksmåter for å snakke om dette. Foredragsholderne på konferansen snakket om egne erfaringer og ga innblikk i hvordan dem selv tar i sitt arbeid hensyn til kulturelle forskjeller.

Det var ca. 240 deltagere på konferansen. De besøkende var for det meste fagpersoner med kontakt til personer med innvandringsbakgrunn, kommunale ansatte og spesielt interesserte privatpersoner (personer med innvandrerbakgrunn og etterlatte ved selvmord).

Konferansen fikk en veldig god evaluering, både fra fagpersoner og berørte interessegrupper.

LEVE Hordaland har nå ambisjon om å arrangere hvert andre år en fagdag/dagskonferanse der det er ønskelig å fortsette det gode samarbeidet med RVTS. Den neste konferansen skal gjennomføres i 2022. En arbeidsgruppe er etablert

### 3.2 VERDENSDAGEN FOR SELVMORDSFØREBYGGING 10. SEPTEMBER

Den internasjonale mottoen for Verdensdagen er «**Working together to prevent suicide**», på norsk «Sammen for forebygging av selvmord».

Som landsdekkende organisasjon har LEVE introdusert et ytterligere slogan som benyttes under markeringen av verdensdagen: **Vis at du ser - Vis at du lytter - Vis at du bryr deg.**

I 2020 planla LEVE Hordaland 2 arrangementer til Verdensdagen, en fysisk stand på Torgalmenningen i samarbeid med Bergen kommune, Kirkens SOS og Mental Helse og en live stream på Facebook.

På grunn av smittesituasjonen måtte standen på Torgalmenningen avlyses på kort varsel. Det hadde blitt produsert silikonarmbånd med LEVEs verdensdag-slogan. Disse ble solgt på nettet og fikk god respons.

Live-streamen med tittelen «Kunsten å LEVE» var en stor suksess til tross for at den ble utsatt for et spam-angrep og måtte flyttes til Youtube. Det var flere lokale kjente profiler som deltok i arrangementet, for eksempel Samuel Massie og bestefaren, rapperen Piddie og visesangeren Heidi Torsvik. Samtalene ble delt inn i bulker, bl.a. tilbudet til etterlatte ved selvmord, sorgen etter selvmord, kunsten å leve og selvmordsforebyggende arbeid i Bergen kommune.

#### Målbar effekt av arrangementene:

- Ca. 35.000 personer så Facebook annonsen
- Ca. 170.000 personer så informasjon om arrangementene på Facebook
- Ca. 3.800 personer viste interesse
- 1.570 personer så på opptaket av live streamen
- Det ble solgt rundt 300 silikonarmbånd med LEVEs verdensdag-slogan

### **3.3 VIVAT – FØRSTEHJELP VED SELVMORDSFARE**

Blant LEVE Hordalands aktive medlemmer er det mer enn 10 personer som har Vivat-sertifikat. I 2020 har LEVE Hordaland ikke mottatt søknad om finansiering av Vivat-kurs.

### **3.4 SAMARBEID MED BERGEN KOMMUNE**

En ressursgruppe fra LEVE har som oppgave å følge opp kommunens handlingsplan for selvmordsforebygging. Gruppemedlemmer deltatt i flere møter med Bergen kommune i forbindelse med oppfølgingen og konkrete tiltak i kommunen.

## **4 KOMMUNIKASJON & NETTVERKSBYGGING**

### **4.1 SYNLIGHET**

På grunn av korona-situasjonen var det i 2020 veldig vanskelig å jobbe med synlighet av organisasjonen siden vi ikke hadde et fullverdig tilbud. Men annonseringen til verdensdagen samt presens på nettet og i sosiale medier har nok gitt organisasjonen en viss synlighet. Det skal settes igjen ned en arbeidsgruppe for synlighet i 2021.

### **4.2 NETTVERKSBYGGING**

LEVE Hordaland jobber tett sammen med Mental Helse og Kirkens SOS.

LEVE Hordaland deltar også aktivt i samhandlingsmøtene for pårørendeorganisasjoner i regi av Bergen kommune.

LEVE Hordaland prøver aktivt å knytte tettere bånd til andre organisasjoner som retter seg mot personer eksponert til et høyere selvmordsrisiko. I tillegg har LEVE Hordaland knyttet tettere bånd til Selvhjelp Norge og andre organisasjoner som har et samarbeid med Selvhjelp Norge.

### **4.3 NETTSIDER**

På nettsiden <http://www.leve.no/fylkeslag/hordaland> informeres det om alle aktiviteter i Hordaland.

### **4.4 FACEBOOK**

LEVE-Hordaland har hatt egen side på Facebook siden oktober 2012.

[www.facebook.com/LEVEHordaland](http://www.facebook.com/LEVEHordaland)

### **4.5 PRESSEOMTALE**

Nestlederen i LEVE Hordaland hadde i forbindelse med Verdensdagen for selvmordsforebygging et debattinnlegg i Bergens Tidende.

## 5 AKTIVITETER/ REPRESENTASJON BLANT MEDLEMMENE

En rekke personer har bidratt til LEVEs arbeid, representert, og/eller gitt informasjon om LEVE gjennom følgende aktiviteter:

### 5.1 STYREMEDLEMMER:

#### Elisabeth Braut

- Styreleder
- Møteledelse på Club LEVE
- Deltagelse i samhandlingslingsmøter for pårørendeorganisasjoner
- Deltakelse i arrangementskomité for Verdensdagen for Selvmordsforebygging
- Deltagelse i arbeidsgruppen for fagdagen for kultursensitiv selvmordsforebygging som ble arrangert i februar 2020
- Deltagelse i LEVEs kommunikasjonskomité på nasjonalt nivå
- Diverse møter i forbindelse med nettverksbygging og organisasjonsbygging
- Delegat på landsmøtet
- Administrator for og redaktør på LEVE Hordalands Facebook side

#### Mette Thomsen Cuomo

- Nestleder
- Deltagelse og gruppeledelse på Club LEVE
- Deltagelse i arbeidsgruppen for fagdagen for kultursensitiv selvmordsforebygging som ble arrangert i februar 2020
- Debattinnlegg i BT ifm. Verdensdagen for selvmordsforebygging
- Delegat på landsmøtet
- Leder for arbeidsgruppen for LEVE Hordalands 20 års markering

#### Aud Helle

- Kasserer i styret
- Deltagelse på Club LEVE
- Delegat på landsmøtet
- Likeperson
- Sorggruppeleder

#### Anne Marie Ulvolden

- Deltagelse på Club LEVE
- Fagperson
- Ansvar for planlegging og gjennomføring av Live Streamen til Verdensdagen for selvmordsforebygging
- Redaktør på LEVE Hordalands Facebookside

#### Geir Ove Eide

- Deltagelse og fagperson på Club LEVE
- Involvert i planlegging av Live Streamen til Verdensdagen for selvmordsforebygging
- Deltagelse i arbeidsgruppen for fagdagen for kultursensitiv selvmordsforebygging som ble arrangert i februar 2020

#### Anne Marita Milde

- Deltagelse og fagperson på Club LEVE
- Planlegging, gjennomføring og ledelse av barnegruppen LEVEEn – frem til mars 2020 da aktivitetene måtte innstilles på grunn av Korona
- Deltagelse i arbeidsgruppen for fagdagen for kultursensitiv selvmordsforebygging som ble arrangert i februar 2020
- Involvert i planlegging og gjennomføring av Live Streamen til Verdensdagen for selvmordsforebygging

#### Ove Vestheim

- Medlem i arbeidsgruppen for selvmordsforebygging

#### Svein Børresen

- Deltakelse på Club LEVE

#### Chiku Ali

- Fagperson
- Bindeledd til RVTS Vest

## **5.2 ANDRE RESSURSPERSONER I ORGANISASJONEN**

#### Anne Karin Fossheim Eide

- Betjener kontakttelefonen
- Veileder og koordinator for LEVE Hordalands likemenn
- Deltagelse og fagperson på Club LEVE
- Sorggruppeleder
- Forebyggingsforum til RKBU Vest og RVTS Vest
- Deltagelse i arbeidsgruppen for fagdagen for kultursensitiv selvmordsforebygging som ble arrangert i februar 2020

#### Arild Helle

- Deltagelse på Club LEVE
- Likeperson
- Leder for arbeidsgruppen for selvmordsforebygging
- Medlem i valgkomiteen

#### Wenche Zimmer

- Sorggruppeleder
- Likeperson

#### Cathrine Moberg

- Sorggruppeleder

#### Julie Farestveit

- Likeperson

#### Vigdis Songe-Møller

- Likeperson

Ingvild Kjørrefjord

- Fadder til LEVE Hordaland og bindeledd til sentralstyre i LEVE
- Moderator under fagdagen for kultursensitiv selvmordsforebygging som ble arrangert i februar 2020
- Medlem i valgkomiteen

Styret i LEVE- Hordaland ønsker å takke alle medlemmer, frivillige og samarbeidspartnere for godt samarbeid i 2020.

**En spesiell takk til LEVE sentralt, Bergen kommune, Vestland Fylkeskommune, Kirkens bymisjon, samt personellet ved Krohnhagen kafé og kulturhuset Danckert Krohn.**

Bergen, 15. februar 2021  
LEVE – Hordaland

A handwritten signature in blue ink that reads "Elisabeth Braut".

---

Elisabeth Braut, fylkesleder



# ÅRSMELDING LEVE Møre og Romsdal 2020

## Fylkestyrets struktur og organisering

Ragnhild Opskar – leder  
Sigvart Johansen - nestleder  
Gunn Olsen – regnskap  
Therese Nesseth – fagperson  
Håvard Harstad– styremedlem - LEVE Molde-Nordmøre  
Tove Pilskog - vara  
Anette Megard – sekretær

Styret har avholdt 2 styremøter.

## LEVEs Lokallag Møre og Romsdal

Møteplassen i Ålesund v/Ragnhild Opskar.

Møteplassen i Molde-Nordmøre v/Wenche Sørby, Håvard Harstad og Hallvar Hals.

## Økonomi og finansiering

Se eget vedlegg: Regnskap v/Gunn Olsen.

## Medlemsmasse

Det er 78 medlemmer i LEVE Møre og Romsdal.



## Aktiviteter gjennom året

LEVE Møteplassen i Ålesund har møter i Frivillighetssentralens lokaler, Kirkegata 33, siste torsdag i hver måned.

På grunn av corona-pandemien er det i 2020 avholdt 2 møter, et i februar og et i november.

## Verdensdagen 10. september 2020

I forbindelse med Verdensdagen 10. september hadde styret et ønske om å arrangere en Familiehelg i regi av LEVE Ålesund. Sigvart, Anette, Arne og Gunn fikk oppgaven med å arbeide med dette arrangementet. På grunn av corona-pandemien ble prosjektet utsatt.

Ragnhild fikk henvendelse fra NTNU om vi ønsket å arrangere Verdensdagen for selvmordsforebygging sammen med dem også i 2020. Ragnhild tok kontakt med General sekretær i LEVE Terese Grøm og hun mente at vi absolutt burde gjøre det, siden det når ut til så mange og spesielt unge mennesker.

I den forbindelse hadde Ragnhild og Anette på vegne av LEVE Ålesund møte med Kirkens SOS og NTNU 04.03.20.

På møtet ble gjort en oppsummering etter markeringen av Verdensdagen for selvmordsforebygging 2019 og ulike forutsetninger for å kunne arrangere et lignende arrangement i 2020 ble notert.

På bakgrunn av corona-pandemien ba Bente Skagøy ved NTNU om utsettelse av markeringen i 2020. NTNU ønsker at vi tar opp igjen tråden i 2021.

Ragnhild ble spurt om LEVE ville delta på et kurs i regi av Kirkens SOS «God og snakke med». Ragnhild skulle si noen ord om selvmord, men valgte å ikke delta på dette arrangementet.

Ragnhild ble også spurt om å holde kurs for RØDE KORS i psykososialt arbeid, for de som jobber med krisetelefonen der, men det er blitt avlyst pga. "coronaen" .





Ragnhild var i kontakt med Ålesund kommune for å få godkjenning til å henge opp plaketter og klistremerker i forbindelse med Verdensdagen. Ragnhild reiste rundt og hengte opp plaketter og klistremerker ved Kirkens bymisjon, Frelsesarmeens varmemestue, NTNU, Skodje, Psykisk helse, dagsenter, politiet og legekantor. De fleste sendte tilbake bilder og videosnutter. Ragnhild tok også bilder og videosnutter. Håvard fikk materialet levert til Molde for distribusjon der.

På Rådhusplassen var ordfører og flere fra kommunestyret tilstede når plakettene ble hengt opp, og det ble dekket av Sunnmørsposten, med bilder og reportasje i avisen dagen etter ( Markeringen på Rådhusplassen var noen dager etter den 10. september, fordi ordføreren var opptatt den 10.)

Ragnhild var på Verdensdagen på NRK Møre og Romsdal, radio og TV, og snakket om markeringen av Verdensdagen og LEVE.

Alle videosnuttene og bildene som ble laget, ble videresendt til LEVE sentralt. Noe av det materialet ble brukt under markeringen av Verdensdagen 10. september, i Oslo, som også ble sendt på NRK TV.

## **Landsmøte ble holdt digitalt lørdag 03.10.2020**

Det var ingen deltagere fra LEVE Møre og Romsdal med på Landsmøtet.

## **Juleavslutning for LEVE Møre og Romsdal 26. november 2020**

LEVE Møteplassen, Ålesund fikk besøk av Ingrid Nesland.

Nesland er Veileder for Likepersoner. Hun ønsket å møte likepersoner, men også snakke om sorg.

Det ble samtidig en form for juleavslutning og det ble også sendt ut invitasjon til LEVE Møteplassen, Ålesund og LEVE Møteplassen, Molde/Nordmøre.



Nesland hadde en forelesning om det å være likeperson og hvilke situasjoner en kan møte. Nesland ønsket å diskutere sin rolle som veileder for å kunne være mest mulig til nytte for oss som likepersoner. Hun snakket også om nye måter og sjå på sorg på.

Det ble servert baguetter og drikke, kaffe og kake. Alt etter smittevernbestemmelsene.

Et fint treff der det ble en god dialog mellom alle fremmøtte.

## **Eventuelt/Annet**

### **Sorggruppe 2020/2021**

Ragnhild og diakon Berit har holdt sorggruppe siden januar 2020. Det har deltatt 6 - 7 personer hver gang. Totalt for 2020 og 2021 vil det har vært gjennomført ca. 20 møter. Sorggruppe-møtene vil holde på frem til sommeren 2021.

Styret i LEVE Møre og Romsdal har ikke ungdomsrepresentant i dag. Dette vil styret arbeide videre med i 2021.

LEVE Møre og Romsdal har fått Vipps.

Fylkesleder har hatt ansvar for kommunikasjon med LEVE sentralt og lokallagene i fylket.

Ålesund, 26.02.21

Anette N. Megard



«Foreningens formål er å støtte etterlatte og berørte ved selvmord, og bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet, opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.»

## ÅRSRAPPORT LEVE NORDLAND 2020.

### 1. Fylkesstyrets sammensetning.

Styret for LEVE Nordland har i 2020 bestått av:

Leder	Odd Eidner
Nestleder	Atle Andreassen
Kasserer	Aslaug Bartholsen
Styremedlem	Marit Janne Ra
Styremedlem	Rachel Furnes
Fagperson	Odd Eidner
Lønnet sekretær	Annelise Jentoft Olsen
Vararepresentant	Toril Schwartz

Dette året ble også for vår forening preget av koronaen, som gjorde det vanskelig med fysiske møter. Vi gjennomførte likevel 7 styremøter, og behandlet 50 saker. Årsmøtet ble gjennomført digitalt så sent som den 11. juni.

Rådgiver Ronny Olsen, som jobber ved avdeling for folkehelse hos Nordland fylkeskommune, har også deltatt på styremøtene - såfremt han har kunnet. Det har vært veldig nyttig for samarbeidet om Nullvisjon selvmord, og har utløst flere gode samarbeidsprosjekter – særlig delkurs 1 for likepersoner, som ble arrangert 13.-15. november.

## **2. Lokallag.**

Vi har to aktive lokallag for LEVE i Nordland – LEVE Hemnes og LEVE Steigen. De jobber godt, og forsøker å gi flere tilbud til sine medlemmer, slik som LEVE-café og arrangement i forbindelse med verdensdagen. Det siste året har denne aktiviteten naturlig nok vært sterkt begrenset pga. koronaen. Men det er gledelig at det jobbes nå med å opprette nye lokallag både på Sør-Helgeland med utgangspunkt i Brønnøysund, og i Vesterålen med utgangspunkt i Andøya. Nordland er et langt fylke, ca. 80 mil, og LEVE kan gi et mye bedre tilbud til sine medlemmer når det opprettes flere lokallag.

## **3. Økonomi og finansiering.**

LEVE Nordland har forholdsvis god økonomi som følge av det nære samarbeidet med Nordland Fylkeskommune. Derfor har vi som det eneste fylkeslag i landet en sekretær i 20 % lønnet stilling, og dette er til uvurderlig hjelp for å drive et kontinuerlig arbeid. Støtten fra Fylkeskommunen er imidlertid sterkt redusert etter at den tre-årige prosjektperioden er over, og det er en utfordring for oss. Styret må kontinuerlig vurdere hvor mye økonomi som skal brukes til lønnsmidler i forhold til utadrettet aktivitet – selv om dette også henger sammen.

Vi opplevde også dette året å motta noen pengegaver – både kirkeoffer, julegaver fra bedrifter, og minnegaver etter dødsfall. Disse gavene bekrefter at vår aktivitet blir lagt merke til, og at LEVE Nordland utfører et viktig folkehelsearbeid for storsamfunnet. Dette er også med på å gi oss inspirasjon til å fortsette det viktige arbeidet vårt!

Forøvrig henvises det til LEVE Nordlands årsregnskap, som blir presentert av kasserer Aslaug Bartholsen

## **4. Aktiviteter gjennom året.**

Vi er veldig glade for at vi fikk gjennomført del 1 av likepersonkurset 13.-15. november med 16 deltakere, som følge av et godt samarbeid med Nordland Fylkeskommune og LEVE nasjonalt. Dette innebærer en betydelig opptrapping av likepersonarbeidet i LEVE Nordland.

Vi har også innledet et nært samarbeid med det psykososiale kriseteamet i Bodø kommune om oppfølging av etterlatte etter selvmord. Vi er overbeviste om at godkjente likepersoner i regi av LEVE kan bli viktige ressurspersoner i den videre oppfølgingen av etterlatte, etter at medlemmene av kriseteamet har avsluttet sitt arbeid. Det er vårt mål at alle kriseteam i Nordland skal være klar over denne likepersonordningen, og benytte seg av disse ressurspersonene når det er aktuelt.

Det henvises forøvrig til oversikten over aktiviteter det siste året på et eget ark.

## **5. Medlemmer.**

Den siste oversikten viser følgende medlemstall for LEVE Nordland:

Ung/ung voksen: 6    Enkeltmedlem: 59    Husstandsmedlem: 22    Familiemedlem: 29.  
Det totale medlemstallet er 117. det er en betydelig økning fra i fjor (81).

Vi registrerer en jevn innmelding av nye medlemmer. Det skyldes nok at LEVE Nordland er synlig. Ansettelsen av egen sekretær i 20 % stilling gjør at vi kan være aktive på facebook og andre sosiale medier. Derfor er det ofte blitt slik at etterlatte etter selvmord har fått vite om oss, og derfor tar de kontakt. Vi skulle aller helst ønsket at det ikke var behov for LEVE. Men når selvmordet først har skjedd, har vi som et mål at de etterlatte skal vite at LEVE finnes!

## **6. Unge LEVE.**

Vi har dessverre ikke noe eget fylkeslag for Unge LEVE. Vi har heller ingen ungdomsrepresentant i fylkestyret. Men i år har vi heldigvis fått en etterlatt til å stille til valg: Ida Lill Sørøy, som er etterlatt, og som bor på Mo.

## **7. Media/eksponering**

Vi har opprettet vår egen facebook-side, som fylkessekretæren er veldig flink til å oppdatere. På den måten når vi ut til veldig mange – både om våre arrangementer, og med henvisning til viktige artikler. Styreleder i LEVE Nordland har også god kontakt med media som det er naturlig å benytte seg av. Vi opplever at arbeidet vårt får stor oppmerksomhet når vi arrangerer noe, eller når noen etterlatte er villig til å stå fram med sin historie – og det ser vi alltid er like virkningsfullt. Vi vil særlig trekke fram to damer som profilerte LEVE på en veldig god måte – Kitty Vassdal, som gikk Nordland på langs og som ble lansert som kandidat til Årets nordlending, og Monica Vassbotn, som stod fram i et åpenhjertig intervju på Lørdagsrevyen i NRK like før jul.

Både styreleder og andre medlemmer i styret holder en del innlegg og foredrag rundt omkring i hele landet, og da samarbeider vi ofte med ulike fylkeslag eller lokallag av LEVE. Jeg registrerer et stort behov for å belyse sorgen etter selvmord, og de kompliserende tilleggsfaktorene som følger med denne sorgen. Dette har det naturlig nok vært lite av det siste året pga korona-restriksjonene.

## **8. Politisk arbeid.**

Det nære samarbeidet med Nordland Fylkeskommune omkring «Nullvisjon Selvmord» har vist oss hvor viktig det er for LEVE også å drive med politisk arbeid. Fylkespolitikerne disponerer både beslutningsmyndighet og økonomi for å sette tiltak i verk, og vi har sett hvor viktig det er for det selvmordsforebyggende arbeidet. Derfor var det gledelig å se at selvmordsstatistikken for Nordland i 2019 viser en svak nedgang. Det er selvsagt umulig å si at det kun skyldes det selvmordsforebyggende arbeidet i forbindelse med Nullvisjon Selvmord. Men det viser i hvert fall at politisk arbeid nytter, og vi er stolt at hva vi har fått til i Nordland. Vi må fortsette å forene alle gode krefter og midler som er til rådighet for å forebygge selvmord.

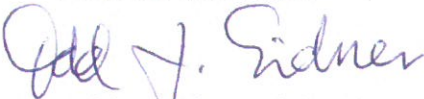
## 9. Eventuelt.

Da koronaen kom til landet og Norge ble stengt ned for nøyaktig ett år siden, var vi spente på hva det ville si for nordmenns psykiske helse – og særlig i forhold til antall selvmord. Vi har registrert at mange som i utgangspunktet sliter, er blitt enda mer ensomme og isolert under denne pandemien. Noen selvmord det siste året har vi også sett har vært relatert til koronaen. Likevel har vi ikke registrert noen særlig økning i antall selvmord det siste året.

Det er riktignok for tidlig å konkludere, siden vi enda ikke har noen pålitelige tall å vise til for fjoråret. Og vi har uansett ingen flere å miste. Derfor må vi stadig jobbe for en nullvisjon når det gjelder selvmord. I dette viktige arbeidet gir LEVE's formålsparagraf oss to viktige retninger å jobbe etter:

**«å støtte etterlatte og berørte ved selvmord, og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet, opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.»**

Bodø 11. mars 2021.

  
Odd J. Eidner, fylkesleder

## Oversikt over aktiviteter i LEVE Nordland 2020:

- Har avholdt 7 styremøter og behandlet 50 saker.
- 29.01.: Foredrag for prestene i Domprostiet om å møte etterlatte etter selvmord v/Odd
- 05.02.: Foredrag i Odd Fellow-loge om LEVE Nordlands arbeid v/Odd
- 06.02.: Deltok på presentasjon av rapport etter Nordland Fylkeskommunes prosjekt Nullvisjon Selvmord» v/Odd
- 16.03.: LEVE Nordlands årsmøte ble utsatt pga. korona-krisen.
- Ingen styremøter mars – april – mai.
- 04.06.: Møte med ass. rådmann Bodø kommune og leder for kriseteamet om likeperson LEVE som medlem.
- 11.06.: Styremøte med fysisk oppmøte på Kirkekontoret.
- 11.06.: Årsmøte for LEVE Nordland som ble gjennomført digitalt.
- 19.06.: Møte i kriseteamet med likeperson LEVE (Monica Vassbotn) som innledet om å være etterlatt, og hvordan hun kan være en ressurs i kriseteamet.
- 21.06.: Kitty Vassdal startet sin solidaritetsmarsj for etterlatte etter selvmord ved fylkesgrensen til Trøndelag. Odd deltok fra LEVE N.
- 25.07.: Kitty gikk Dronningruta i Steigen på sin solidaritetsmarsj. Fylkesråden i Nordland Kirsti Saxi og fylkesleder LEVE N. Odd gikk med på turen.
- 26.07.: Kitty avsluttet sin solidaritetsmarsj gjennom Nordland i Steigen med friluftsgudstjeneste. Odd deltok.
- 10.09.: Møte med fylkesråden for folkehelse Kirsti Saxi og Kitty Vassdal og Atle Andreassen fra LEVE Nordland.
- 10.09.: Markering av Verdensdagen i Stormen kulturhus, Bodø. Atle Andreassen ledet møtet, og Kitty Vassdal holdt foredrag om sin solidaritetsmarsj Nordland på langs.
- 06.10.: Nettverkssamling for kriseteam i regi av Fylkesmannen og RVTS med fokus på selvmord. Monica Vassbotn og Odd deltok fra kriseteamet i Bodø kommune.
- 29.10.: Oppstart av ny sorggruppe i Bodø v/Annelise og Odd
- 13.-15.11.: Likepersonkurs i Bodø arrangert av LEVE Nordland og Nordland fylkeskommune på SAS-hotellet med 16 deltakere.
- 15.12.: Juleavslutning for styret i LEVE Nordland med besøk av ordføreren i Bodø kommune.



*Landsforeningen for  
etterlatte ved selvmord*

**LEVEs formål** er å støtte etterlatte og berørte ved selvmord,  
og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet,  
opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.

## **LEVE Oppland**

### **ÅRSRAPPORT for 2020**

Fylkesstyrets struktur og organisering

Styret i LEVE Oppland har i 2020 bestått av 8 medlemmer inkludert vara, alle etterlatte.

Styret i Leve Oppland har bestått av:

Leder: Inger Holden

Kasserer: Bjørg Christophersen Lie

Sekretær: Jorunn Midtskogen

Styremedlemmer:

Roar Nyholt, Mai Stine Lysbakken og Mauritz Lie

Varamedlemmer:

George Füller og Willy Smedhaugen

Det har vært gjennomført 6 styremøter. På Zoom og Villa Utsikten Lillehammer, Frivilligsentralen i Gjøvik.

Styremedlemmene kommer fra flere kommuner i Oppland.  
Styret har ikke hatt ungdomskontakt i perioden.



Lokallag - Det er ingen lokallag i fylket.

#### Økonomi og finansiering

Innestående 31.12.2020 kr 124 977,40

Vi mottok også støtte på kr 35 000 - som tilskudd til arrangement i forbindelse med verdensdagen for selvmordsforebygging. Det ble tilbakeførte midler til Leve sentralt kr. 5892,11.

#### Aktiviteter gjennom året

Vi har hatt 2 Cafe-kvelder i Gjøvik og 1 i Lillehammer med godt besøk. Bakgrunnen for at det har vært få Cafe- kvelder er situasjonen med pandemien og de smittevern hensynene en må ta. Det ble gjennomført en rusletur på strandpromenaden i Lillehammer.

Sommeravslutningen ble gjennomført med en rusletur på Maihaugen den 16. juni med medbrakt kaffe og noe å bite i.

Styret hadde juleavslutning på Hvelvet i Lillehammer.

Temakveld - Smerten ved å være til. Arrangement på Gjøvik bibliotek og litteraturhuset. Overføring fra Litteraturhuset i Oslo. En samtale om selvmord mellom forfatter Tiril Broch Aakre, humorist Else Kåss Furuseth og psykiater Finn Skårderud. Leve Oppland var med som medarrangør, og hadde ansvaret for en uformell prat på Heim etter temakvelden.

Vi har vært på 2 møter på PULS - Ditt værested, kulturkafe i Gjøvik i forbindelse med temakveld om selvmordsforebygging i Fjellhaven 11. mars 2021.

Tema kveld – Eksistensielle temaer og pasienter i selvmordsrisiko på Villa Utsikten i Lillehammer. Foredragsholder var Ane Inger Bondahl Søberg, sykehusprest og PhD-Stipendiat.

Det var utstilling av Ari Behns bilder på Gjøvik Gård i desember hvor leder representerte Leve Oppland.

En fra styret var på Litteraturhuset i Oslo på teaterforestillingen «Dødsbudskapet» av Jon Fosse.

Deltakelse i digitalt landsmøte 03.10.20

Det ble sendt ut info - skriv til medlemmene ang avlyste cafékvelder pga pandemien og smittevern hensyn.

Det ble også sendt ut Leve-Nytt til jul til medlemmene. Mamut reklame på Fåvang trykket dette gratis for Leve Oppland.

Leve var invitert til brukerforum og Nasjonal krisekonferansen med tema «vold i nære relasjoner». Leve deltok ikke pga pandemien.

#### Medlemsmasse

Pr 31.12.20 har vi 58 enkeltmedlemskap, 20 familiemedlemskap og 4 ungdomsmedlemskap. Vi har ikke hatt egen ungdomskontakt i perioden.

#### Media/eksponering

Annonsering av markeringen av Verdensdagen i Gudbrandsdølen Dagingen, Oppland Arbeiderblad og flere lokalaviser.

#### Omtale/artikkel Totens Blad

<https://www.totensblad.no/2020/nyheter/ma-ha-apenhet-om-at-600-tar-sitt-eget-liv-hvert-ar/>

<https://gibt.cld.bz/gjoviksblad/gb202032/6/>

#### Annonse:

<https://gibt.cld.bz/gjoviksblad/gb202031/15/#zoom=z>

<https://gibt.cld.bz/totensblad/tb202030/15/#zoom=z>

<https://eavis.oa.no/titles/oa/676/publications/3880/pages/20>

<https://kulturnett.oppland.org/hva-skjer/#viewtype:item/templatetype:1/daytype:1/params:{%22Categories%22:%22%22,%22SearchText%22:%22%22,%22DateFrom%22:%2210.09.2020%22,%22DateTo%22:%22%22,%22Municipalities%22:%22%22,%22Kunde%22:%22oppland-v2%22,%22Id%22:%221439497%22,%22ItemDate%22:%2210.09.2020%22,%22WeekDays%22:%22%22,%22List%22:%22%22,%22Count%22:%22%22,%22Distributor%22:%22%22}/>

Forøvrig har vi vært i kontaktet med flere kommuner i forbindelse med forebygging av selvmord og oppfølging av etterlatte og deres behov.

#### Politisk arbeid

Det har ikke vært samarbeid direkte mot politiske partier ut over kontakt med ordføreren og varaordføreren i Vestre Toten kommune i forbindelse med markeringen av Verdensdagen.

#### Eventuelt/ Annet

2020 var preget av pandemien og begrensningene den medførte gjennom året.

Det har vært en økning i antall henvendelser fra «nye» etterlatte per mail og på vår Leve telefon. 35 henvendelser på telefon og 12 henvendelser per mail.

Flere av de som har tatt kontakt har hatt behov for flere samtaler. Det var også noen som hadde behov for at Leve Oppland tok kontakt med helsepersonell for videre hjelp og støtte.  
3 etterlatte har hatt møte med likemenn.







*Landsforeningen for  
etterlatte ved selvmord*

**LEVEs formål** er å støtte etterlatte og berørte ved selvmord,  
og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet,  
opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.

**LEVE OSLO**

**ÅRSRAPPORT for 2020**

### **Fylkestyrets struktur og organisering:**

Styret består av:

Monica Smith, etterlatt og leder,  
Nina Gjerde, fagperson/etterlatt og likepersonansvarlig,  
Anita Henriksen, etterlatt og kunstterapeut  
Grethe Liland, etterlatt,  
Nina Clarke, etterlatt,  
Simon Molvær Grimstad, fagperson,  
Lise Færeveag, etterlatt og kasserer

Styret har en nokså flat struktur og har fordelt faste og løpende oppgaver mellom seg. Styrets medlemmer har fordelt deltagelse i cafémøtene for å være synlig og tilgjengelig for medlemmene i fylkeslaget. I tillegg har styremedlemmer vært aktive i de ulike prosjektene som nevnes nedenfor.

LEVE Oslo opprettet en konto i Zoom 29. mars for å kunne gjennomføre aktiviteter digitalt. Deretter har styret kunne gjennomføre jevnlige, effektive møter med enda bedre deltakelse enn før. Zoom-kontoen er også brukt til digitale sorggrupper og til annen digital møte-aktivitet.

### **Økonomi og finansiering:**

Fylkeslaget har god økonomi og har fått flere tilskudd i 2020, både til konkrete prosjekter fra Leve sentralt, og i form av minnegaver og andre gaver. Prosjektene har levert egne rapporter og regnskap. Vi har kr 80 000 i økt saldo fra utgangen av 2019. Egenkapitalen er nå på kr 265 931,06. Tilskudd fra Oslo kommune er inkludert i dette.

### **Medlemsadministrasjon:**

LEVE Oslo har tatt i bruk Profundo til medlemsadministrasjon. Dette har gjort at vi har fått automatisk oppdaterte medlemslister og mye bedre oversikt over medlemstallene våre. Vi benyttet Profundo en stund for å sende ut eposter også, men har siden sluttet med det fordi det ikke var fleksibelt nok. Vi sender nå eposter fra google mail kontoen til Leve Oslo. Vi har sendt ca. en epost i måneden til medlemmene for å informere om Cafe Leve og andre arrangementer og nyheter. LEVE Oslo har også egen åpen Facebook side der vi deler den samme informasjonen til medlemmene.

Antall medlemmer pr 31.12.20:

Familiemedlemskap 56

Enkelt-medlemskap 87

Ungdom/unge voksne 25

Støttemedlemskap 2

Totalt 170 medlemmer i Oslo

### **Aktiviteter gjennom året**

#### Café LEVE

Etterlatte og berørte i alle aldersgrupper er velkommen til Café LEVE. Vi leier lokaler på Frogner Seniorsenter (Schaftefløkken). Vi møtes 1. mandag i mnd. Dette lokalet brukte vi bare to ganger før koronarestriksjonene satte inn i midten av mars. Som vist nedenfor er ingen treff avlyst pga. koronaen, for enten har vi møttes i Frognerparken eller på zoom. Frammøte på begge de nye arenaene har ikke vært stort, men vi har på zoom truffet noen som ellers ikke ville kommet på vanlig cafe. Hvert treff har vært ulikt, men vi har opplevd at det har vært meningsfylt for de frammøtte.

Her er oversikten over cafemøtene for 2020:

- 3. februar: Årsmøte i LEVE Oslo med etterfølgende konsert. Artist Elin Furubotn som bl.a. har samarbeidet med Morten Abel, ga LEVE Oslo en gratiskonsert.
- 2. mars: Ellen Kristvik lanserer bok om datteren sin; «Notat ved avgrunnen, ei mors forteljing».
- 4. mai: Rusletur i Frognerparken med rolig samtale i grupper.
- 8. juni: Tur i Frognerparken. Samlet oss etterpå rundt bord på kveldsstengt cafe «Anne på landet» Vi bød bl.a. på kringle.
- 7.september: Frognerparken med tur og fin prat rundt bordet på «Anne på landet» etterpå.
- 5. oktober hadde vi vårt første cafe-treff på zoom.
- 2.november: Vi inviterte til treff på zoom for uformell samtale, og kanskje dele noen tanker om årets markering av Allehelgensdag eller hvordan det er å være oss i denne pandemitiden. Vi anbefalte og la ved linken til videoen med lystenning som ble laget til Verdensdagen, i invitasjonen.
- 7. desember: Vi inviterte igjen til et treff på zoom kl 19.00 til ca. kl.20.00. med stemningsfull start med lystenning og diktlesing ved Valborg Bertelsen, vår faste diktleser. Noen hadde deltatt på webinarret «Julen – med sorg som bakteppe» som LEVE holdt til 3.desember. Dette temaet preget også samtalen.

#### Verdensdagen:

I dagene og ukene før verdensdagen for selvmordsforebygging hang LEVE Oslo opp skilt og klistremerker med støttende utsagn på flere steder i Oslo. Vi bidro med mange filmsnutter til LEVEs verdensdagsfilm. På selve verdensdagen hadde vi stand i Vaterlandsparken i og vi deltok i livestrømmet panel om selvmordsforebygging hos The Human Aspect sammen med Solveig Kloppen, Tove Gundersen (Rådet for Psykisk Helse) og Lena Yri Engelsen fra Landsforeningen for 1001 dager Oslo (se separat rapport).

#### Sorggrupper:

Sorggruppene som tilbys medlemmene i fylkeslaget driftes av Fransiskushjelpen. Gruppene møtes hver 3.dje uke. Styremedlemmene Grethe Liland, Anita Henriksen, Nina Clarke og styrets ressursperson Valborg S. Bertelsen, er blant sorggruppelederne. 2020 har gitt sorggruppene utfordringer mht. fysiske møter. Noen sorggrupper har hatt digitale møter/gåture /treff som alternative måter til samvær. Deltakere i sorggruppene inviterer ofte med seg nye gruppedeltagere på cafékvelder.

#### Likepersontjenesten:

Vi har som tidligere 9 aktive likepersoner, en mann og 8 kvinner. Våre likepersoner har mistet barn (3), mann (2), foreldre (3), søsken (1). Aldersmessig er bare en av våre likepersoner under 35 år. I Oslo har vi for tiden to veiledere, Simon Molvær Grimstad (27 år) og Nina Gjerde (72 år).

Styremedlem (veileder)Nina Gjerde har telefonsamtaler med alle som tar kontakt med LEVE Oslo og tilbyr likepersontaler til de som uttrykker behov for dette. 15 personer har fått tildelt likeperson i 2020. Det er ca. samme antall som i 2019.

Vi i har for det meste greid å dekke det behovet vi har fått kjennskap til, men ikke når det gjelder de unge. Noen av disse har vi i stedet for å tilby likeperson, formidlet kontakt med aktuelle kursholdere og sorggrupper på Fransiskushjelpen.

Tidsbruk for antall møter, telefonsamtaler og SMS er ikke formelt registret, men hver etterlatt får tilpasset kontakt i forhold til sitt behov. (1-2 møter pr person. 3-4 telefoner og mange SMS). SMS brukes både i for- og etterkant av kontakten. Veiledningen har som i fjor vært tilbud om en- til en-veiledning ved behov.

2 gruppeveiledninger for likepersonene er avholdt, den ene ble gjennomført på Zoom.

Våre likepersoner melder at de har opplevd å ha "akkurat passe mange oppdrag". Bare en hadde "litt færre enn ønskelig". Ingen meldte at de hadde for mange oppdrag.

Veilederne har tilbud om veiledning av veileder på RTVS, Synnøve Wiig. Møtet med henne har vært planlagt, men avlyst grunnet korona.

#### Turgruppe

En av våre likepersoner, Nina Tjønn, har drevet en turgruppe en gang i måneden i 5 år fram til sommeren 2020. Det har vært en fin aktivitet og var en flott arena for fortsatt sorgbearbeidelse. De fleste av turdeltakere hadde hun selv vært likeperson for, men holdt på denne måten kontakten gjennom lengre tid. LEVE Oslo ønsker å starte noe lignende igjen.

#### Prosjekt på tvers:

##### Treff for unge etterlatte i Oslo og omegn

Simon Molvær Grimstad og Nina Clarke planla og gjennomførte et fysisk treff for unge etterlatte 10 oktober 2020. Treffet var meget vellykket, men deltakelse ble noe begrenset på grunn av smittesituasjonen av korona i Oslo. Se separat rapport.

##### Kunsterapi:

Helgekurs i kreative uttrykk ble gjennomført okt.2020. Et prosjekt på tvers, arrangert på Sjøholmen i Bærum for medlemmer av Leve i Oslo, Akershus og Hedmark holdt av kunstterapeutene Astrid M Bondø og Anita Henriksen.

Et vellykket kurs på et egnet sted og lokale. Deltakerne følte trygghet og tilhørighet med likesinnede. Det var en annerledes og god måte å tilnærme seg og bearbeide sorg, tap og savn. Kurset var et lavterskeltilbud hvor man slipper å kjenne på prestasjonsangst og usikkerhet. En kombinasjon av kreativitet, deling og refleksjon ga de etterlatte inspirasjon og støtte som satte i gang en helingsprosess med nye verktøy.

Evalueringen fortalte om et stort behov for denne type kurs, 9 av de 12 påmeldte gjennomførte kurset, da 3 måtte melde avbud pga. koronasituasjonen.

Nytt kurs er planlagt i januar 2021 og er fulltegnet med 14 deltakere.

##### Prosjekt Yoga:

Monica Smith har holdt et yogakurs hvor man kunne være til stede fysisk en helg i november 2020. Maks antall deltagere var på 14 personer. Kurset var fullt, og tilbakemeldingene veldig gode. Yoga og mindfulness er nyttige verktøy for mennesker som har opplevd et traume, og er noe vi vil fortsette å tilby i Leve Oslo.

##### Media/eksponering:

30.01: Monica Smith holdt foredrag på et seminar i Helseetaten om Leve og selvmordsforebyggende arbeid.

Februar: Monica Smith var konsulent for teaterstykket «Unge Werthers lidelser» av Goethe, en oppsetning som monolog på Det Norske teateret.

6 .10: Simon Molvær Grimstad og Nina Clarke holdt foredrag om omsorg for selvmordtruede og etterlatte ved Ullensaker Røde Kors.



12.10: Monica Smith holdt et tretimers foredrag for studenter ved videreutdanning i Psykisk helsearbeid på OsloMet, storbyuniversitetet.

30.10: Monica Smith holdt foredrag for Frelsesarmeens Rusomsorg.

Grunnet pandemien falt det bort to foredrag for Monica Smith, et om familieutfordringer etter selvmord, Modum Bad, og et for Virke, gravferdsetaten.

25.11: Nina Clarke holdt foredrag for Barn av Rus om selvmordsforebygging blant barn og unge, og om barn og unge som pårørende i en familie der omsorgspersoner opplever selvmordstanker.

Monica Smith skrev en kronikk som ble trykket i Vårt Land.

<https://www.vl.no/meninger/verdidebatt/2020/01/25/a-hjelpe-etterlatte-etter-selv mord/>

#### Politisk arbeid:

Monica Smith representerer Leve i BrukerROP som er Helsedirektoratets nasjonale brukerråd for rus- og psykisk helsefeltet. Vi får innspill fra Helsedepartementet som blir drøftet og sendt tilbake.

#### **Eventuelt/ Annet**

Prosjekt for mødre med sorg som sitter fast: Nina Clarke startet et samarbeidsprosjekt med Nasjonalt Senter for Selvmordsforskning og -forebygging og Landsforeningen for uventet barnedød for å gi støtte til mødre med sorg som sitter fast. Prosjektet er uavhengig av Leve Oslo, men er verdt å nevne likevel.

Monica Smith sitter som pårørenderepresentant i Kontrollkomisjonen på Blakstad Sykehus.



Landsforeningen for  
etterlatte ved selvmord

**LEVEs formål** er å støtte etterlatte og berørte ved selvmord,  
og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet,  
opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.

## **LEVE ROGALAND**

# **ÅRSRAPPORT for 2020**

### **Fylkesstyrets struktur og organisering**

**Leder**

- Sybille Greiner

**Styremedlem:**

- Oddmund Holgersen (nestleder)
- Ann Elin Ulland (sekretær)
- Tonje Holen (kasserer)
- Oddveig Kjærvoll
- Helga Kristine Moksheim Saltveit
- Tanja Lauvskar
- Elisabeth Magnusdottir (fritatt fra 12/2020)

**Vara:**

- Sveinung Helgevold Grude

### **LEVE Lokallag Haugaland**

Leder Oddmund Holgersen  
Ann Elin Ulland  
Helga Kristine Moksheim Saltveit

#### Fagpersoner:

Grete Munkejord, nordfylket  
Gudrun Austad, sørfylket

## Økonomi og finansiering

Leve Rogaland har en god økonomi. I 2020 hadde LEVE Rogaland et overskudd på kr 37.191,56. Totale utgifter var på kr 127.656,63.  
Se vedlagt regnskap og budsjett.

## Aktiviteter gjennom året

- Det har vært lite aktiviteter dette året, grunnet corona-situasjonen i landet.
- 1 arbeidshelg, 3 styremøter på messenger og 1 fysisk styremøte.
- Sørfylket: 1 Levetreff på Klepp, 6 Levetreff på BådeOg.
- Nordfylket: 5 vanlige Levetreff i Haugesund og 2 turkvelder.
- Verdensdagsmarkering 10. september i Sandnes og 8. september på Karmøy.
- Familiedag med tur til Kongeparken 21. november. Ca 30 stk deltok.
- Foredrag:
  - Oddmund:
    - Odd Fellow Loge Haugesund
  - Sybille:
    - Mestringsenter på Bryne
    - 2 forelesninger på Jåttå videregående skole
    - 1 forelesning på Sandnes videregående skole
    - Mannsforum
- Likepersonsoppdrag: Vi har fire personer som er registrert som likepersoner. Disse har totalt hatt ca 30 oppdrag

## Medlemsmasse

- 32 familie (ganges opp med to)
- 44 enkelt
- 7 ungdom/unge voksne
- 1 støttemedlemsskap
- Totalt 116 medlemmer

## Unge LEVE

Ingen aktivitet i Rogaland

## Media/eksponering

- Sybille har hatt et intervju med Sandnesposten og NRK Radio Rogaland i forbindelse med Verdensdagen

## Politisk arbeid

- Sybille har hatt et møte med Fylkeskommunen

## Eventuelt/ Annet

Sybille Greiner



*Landsforeningen for  
etterlatte ved selvmord*

**LEVEs formål** er å støtte etterlatte og berørte ved selvmord,  
og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet,  
opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.

**LEVE Sogn og Fjordane**

**ÅRSRAPPORT for 2020**

## 1. Fylkesstyrets struktur og organisering

I Sogn og Fjordane har vi eit fylkeslag med medlemmer frå både Sogn, Sunnfjord og Nordfjord. Vanlegvis møtes styret på Thon Jølster Hotel fire gongar i året.

Medlemer i styrt er:

Hildegunn Støve , Stryn	På val i 2022
Monica Røed Frøyset , Sandane	På val i 2021
Knut Røneid , Gaupne	På val i 2021
Mette-Elin S. Sæther , Naustdal	På val i 2022
Marianne Kristin Pleym Refvik (Leiar Unge LEVE)	På val i 2021
Vara 1. vara Anne-Len Vågane , Eikefjord	På val i 2021
Vara 2 vara Eva Marie Pleym, Raudeberg	På val i 2022
<b>Fag</b>	
Nils-Petter Hauge, Stryn	På val i 2021
Eli Vikøren, Førde	På val i 2022
Vara 1. Sigurd A.W. Sande	På val i 2021
<b>VALNEMND</b>	
Eli Vikøren , Førde	På val i 2022
Monica Røed Frøyset , Sandane	På val i 2021

1. Alle er valde for to år.
2. Etter avslutta periode i styret skal ein – ved behov- som hovudregel sitje i valnemda minimum ein periode.

I dette unntaksåret har fylkeslaget møttest berre to gongar. Ein prøvde å arrangere møter hausten 2020, men måtte avlyse to gongar. Det var utfordrande ikkje å kunne møtes, då desse møta gjev nødvendig påfyll av krefter, oppleving av samhald og motivasjon. Alt like viktig nå ein skal stå i dette arbeidet over tid.

Av ulike årsaker har virtuelle møter vore mindre aktuelt.

## 2. Lokallag

Fylkeslaget har ingen lokallag.

Styremedlem Sigurd Sande har imidlertid hatt kontakt med ei uformell etterlatte-gruppe i ytre Sunnfjord. Dette er etterlatne som over år har møttest for å støtte og forme kvarandre sin kvardag positivt. Slike grupper er føremålstenlege då ei slik form minskar kravet til formalitet.

## 3. Økonomi og finansiering

Regnskap for 2020 ligg ved (vedlegg 1). Økonomien i fylkeslaget er blitt stabilt god og vi er betre rusta til å iverksette målretta tiltak og arrangement til beste for etterlatte - og det sjølvmondsførebyggande arbeidet i fylket.

Fylkeslaget hadde eit overskot på kr 140.329,99 i 2020.

Nokre av tilhøva som påvirka resultatet i 2020:

1. Sparebanken Vest overrekte ei gåve på kr 84.000,-.
2. Fylkeslaget mottok om lag 25.000,- i minnegåve.
3. Fylkeslaget mottok gåve på kr 19.900,- frå Skreia idrettslag etter «minne-fotballkamp» i Sogn.

Tusen takk til dei som støtta LEVE. Det betyr mykje for fylkeslaget.

Fylkeslaget mottek ingen fast støtte frå offentlege instansar.

## 4. Aktivitetar gjennom året

Det var trist å måtte avlyse fagdagen/20-årsmarkeringa i Førde i oktober 20 som fylkeslaget hadde planlagt over lang tid. Program og foredragshaldarar var solid, og mange hadde synt interesse for arrangementet. Grunna pandemien blei både dette og alle andre tilsvarande arrangement i LEVE avlyst.

Det er særskilt tre tiltak/arrangement som synte igjen i fylket i 2020:

### 1) «Minne-fotballkamp»

Skreia IL fotballag tok initiativ til å ville markere støtte til det sjølvmondsførebyggande arbeidet ved å arrangere ein fotballkamp mellom Kaupanger og Skreia damelag i kaupanger. Dette på bakgrunn av at ei jente frå Sogn som spelar på Skreia, miste bror sin i sjølvmond.

Kampen blei gjennomført i Sognehallen 25. januar. Arrangementet blei dekkja både i Oppland Arbeiderblad og Sogn Avis og gjorde eit stort inntrykk på mange. Styremedlem Knut Røneid var LEVE sin representant på arrangementet.

- 2) LEVE v/styreleiar mottok kr 84.000,- frå Sparebanken Sogn og Fjordane som resultat av julegåveaksjonen «**Hjartebank i jula**». Innslag i «Fjordingen 8. mai.

### 3) Markering verdsdagen i Måløy

Fylkeslaget markerte Verdsdagen 10. september med ei fin markering i Måløy sentrum. Det blei halden ein fin konsert av artisten Line Dybedal, styreleiar Hauge hadde appell – alt innråma av mange faklar (sjå bilete under).

### 5. Medlemsmasse

Fylkeslaget har 16 familiemedlemskap og 32 einskildmedlemskap. Styremedlemene har og kontakt med innbyggarar som ikkje er medlem.

### 6. Unge LEVE

Unge LEVE har ikkje hatt arrangement dette året. Ein har gjentekne gongar prøvd å samle unge i fylket, noko som har synt seg vanskeleg med unntak av eitt høve. Fylkeslaget ønsker sterkt å få til gode tiltak for denne målgruppa, men ser at ein truleg må møte desse på andre måtar, eventuelt i alternative (virtuelle?) fora før ein møtes fysisk for slik å gjere terskelen for fysisk oppmøte mindre.

### 7. Media/eksponering

Alle tre arrangementa i kapt 4 blei eksponerte i media.

Fylkeslaget prøvde noko nytt i høve arrangementet på verdsdagen, i det dette blei streama. Fylkeslaget har fått tilbakemeldingar om at ein ønsker at fleire arrangement skal bli sendt live på nettet i framtida. Ikkje minst i respekt for alle medlemmer som av ulike årsaker slit med å kome seg på/oppsoke ulike arrangement.

### 8. Politisk arbeid

Det har vore lite politisk retta arbeid i 2020.

### 9. Eventuelt/ Annet

- Jorunns heiderspris

LEVE, Sogn og Fjordane fylkeslag, har etablert ein pris til den eller dei som har gjort ein ekstraordinær innsats i Sogn og Fjordane for å:

- vere ei synleg kraft i det sjølvmoedsførebyggande arbeidet i fylket over tid, og/eller
- vere ei tydeleg stemme for dei etterlatne ved sjølvmoed sine vilkår i fylket over tid, og/eller
- gjennom eitt eller fleire tiltak medverka til å fremje samfunnet si forståing av sjølvmoedsutfordringa generelt, og etterlatteperspektivet spesielt .

Prisen blir delt ut årleg.

Prisen i 2019/2020 blei delt ut til Tone Merete Lillesvangstu, ein framtrédande journalist og programleiar i Sogn og Fjordane.

Ho har gjennom fleire år vore ei tydeleg og varm stemme for temaene sjølv mord og sjølv mordsførebyggande arbeid i fylket. Det er viktig at ein har mediafolk som ikkje berre set temaet på agendaen, men som har mot til å gjennomføre heile sendingar der innbyggjarane får god tid til refleksjon gjennom sterke bidrag.

- Fylkeslaget ga ut to nr av LEVEnytt i 2020, hhv eitt før sommaren og jul (sjå vedlegg).
- Styreleiar Nils-Petter Hauge var medforfattar i boka «Nye perspektiver på selvmord. Sorgstøtte og forebygging hånd i hånd». Hauge medverka i kapitlet «Er vi tilfredse med hjelpeapparatet si støtte til sjølv mordsetterlatne i dag?» Kapitlet er skrive saman med Kari Dyregrov - professor i psykisk helse og rus ved Institutt for velferd og deltaking, Fakultet for helse- og sosialvitskap, Høgskulen på Vestlandet.
- Sigurd Sande har bestemt seg for å tre ut av det formelle LEVE-arbeidet. Fylkeslaget ønsker å takke han for hans utrettelege arbeid for foreininga vår gjennom mange år.

Det var fullt fortent at han fekk LEVE sin heiderspris i 2019 (sjå bilete). Vi takkar deg Sigurd for innsatsen du har lagt ned gjennom mange år.

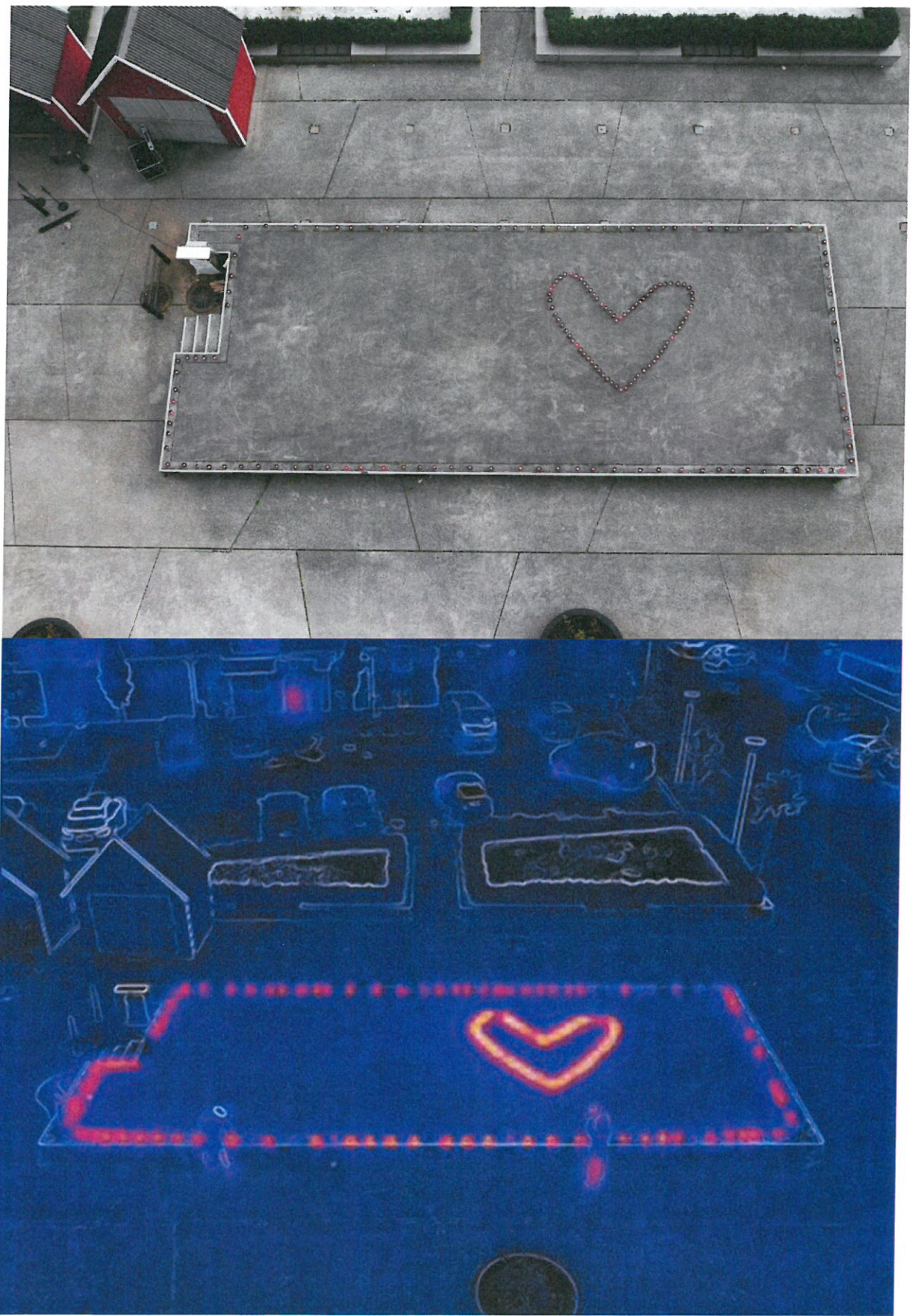
LEVE, Sogn og Fjordane fylkeslag

Styret





Frå markeringa av verdsdagen 10. september i Måløy sentrum.





*Landsforeningen for  
etterlatte ved selvmord*

**LEVEs formål** er å støtte etterlatte og berørte ved selvmord, og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet, opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.

## **LEVE Sør-Trøndelag, ÅRSRAPPORT for 2020**

### **Fylkestyrets struktur og organisering**

Styret i LEVE Sør-Trøndelag har i 2020 bestått av 7 medlemmer inkludert vara, hvorav 6 er etterlatte og en er fagpersoner. Leder fungerer også som økonomiansvarlig/ kasserer, men styret har i 2020 hatt signaturrett i fellesskap.

Det er gjennomført 9 styremøter i 2020. Møtene gjennomføres til fast tid og på samme sted den første tirsdag i måneden (unntatt juli og august), men pga pandemien er noen møter gjennomført digitalt. Styremedlemmene har alle tilhørighet til Trondheim kommune. Det er to ungdomskontakter i styret og ett styremedlem har også bidratt i koordinering og drift av likepersonstilbud og sorgstøttee arbeidet. Ett styremedlem har hatt svangerskapspermisjon i perioden mai - desember.

### **Lokallag**

Det er ingen lokallag i de kommunene som hører til fylkeslaget. Det er påbegynt sonderinger med hensyn til opprettelse av kontaktpersoner i de kommuner det er registrert medlemmer.

### **Økonomi og finansiering**

Laget har god økonomi; innestående pr. 31.12.2020: kr. 359.857.

Fylkeslaget har søkt om og mottatt støtte fra både private og offentlig virksomheter. Øvrige inntekter skriver seg fra Den Norske Kirke, minnegaver og gaver/donasjoner fra bedrifter og privatpersoner, grasrotandel, medlemskontingent samt prosjektstøtte fra LEVE, Sparebank1 og Trondheim kommune til sammen kr. 86.000.

Fylkeslaget opprettet i 2020 VIPPS-konto og har lagt inn informasjon både om VIPPS-nummer og kontonummer på fylkeslaget side på [www.leve.no](http://www.leve.no).

Inntektene i 2020 ble større enn budsjettet, bl.a. pga flere større minnegaver og VIPPS-overføringer og færre arrangement. For nærmere beskrivelse vises det til årsregnskap og balanse.

### **Aktiviteter gjennom året**

[Handlingsplanen](#) danner grunnlaget for fylkeslagets aktivitet, men koronapandemien satte en stopper

for det meste av fylkeslagets planer. I store deler av 2020 var vi dessuten husløse, ettersom vårt faste lokale i Mangfoldhuset i Trondheim skulle renoveres.

Ivaretagelse av etterlatte har likevel latt seg gjennomføre, og individuelle likepersonersamtaler er fortløpende gjennomført etter hvert som behov ble kjent, uavhengig av om den etterlatte er medlem i LEVE eller ikke. Alle nye medlemmer får tilbud om samtale. I 2020 ble det gjennomført 14 samtaler.

Sorgstøtte i gruppe har vært et gjennomgående tilbud også i 2020, riktignok med en pause mens pandemien var i sin første fase. Tilbudet praktiseres som en åpen gruppe (dvs ingen påmelding) siste tirsdagen i måneden i perioden jan - mai og sept - nov. Sorgstøttetilbudet ledes og driftes av to etterlatte med fagbakgrunn. I 2020 har tilbudet blitt annonsert på LEVE Trøndelag sin Facebook-side og trd.events.no, samt i regionavisa (Adressa). I 2020 har antall deltakere variert mellom 2-5 personer hver gang.

Sosiale treff: LEVE Sør-Trøndelag har heller ikke i 2020 gjennomført sosiale treff som en fast ordning. Det ble gjennomført byvandring i juni med ca 30 deltakere. Det tradisjonelle førjulsarrangementet måtte utgå av smittevernhensyn.

#### Førstehjelpskurs ved selvmordsfare; Oppmerksom på selvmordstanker

I 2020 har LEVE Sør-Trøndelag fasilitert ett halvdags OPS-kurs, med ca 25 deltakere. Fylkeslaget betalte kursavgiften for deltakerne.

#### Markering av Verdensdagen for selvmordsforebygging 10. september

LEVE Sør-Trøndelag markerte Verdensdagen under parolen "Sammen om å forebygge selvmord" med en paneldebatt bestående av bl.a.fylkespolitikere fra Rødt og Høyre, der regjeringens nullvisjon for selvmord var et aktuelt tema. Kristin Espeland, som både er phd-stipendiat ved NTNU, etterlatt og LEVE-medlem, innledet med et nært, personlig og godt faglig fundamentert foredrag.

Arrangementet som ble gjennomført i samarbeid med VIVAT og RVTS Midt, var gratis og åpent for alle interesserte på digital plattform/sosiale media. Pga pandemien var det kun 50 som var fysisk tilstede i salen, omtrent like mange fulgte streamingen og opptaket er senere sett av over 600 personer.

#### Annet:

Det er ikke gjennomført møter med likepersoner ved veileder fra RVTS Midt i 2020, men individuell veiledning av likepersoner ved behov har gått som vanlig. Tiltak rettet mot seniorer som ble påbegynt i 2019 har stått på vent i 2020.

### **Medlemsmasse**

Medlemstallet har holdt seg stabilt rundt 100 de senere år, og medlemsregisteret viser at det ved utgangen av 2020 var 99 medlemmer i fylkeslaget (109 inkl husstandsmedlemmer og interessenter) fra 15 ulike kommuner, hvorav 75 % med tilhørighet til Trondheim. Fylkeslaget har også i 2020 hatt økt fokus på å informere om at også personer som ikke selv er etterlatt, kan bli medlem av LEVE.

### **Unge LEVE**

Lavterskelgruppe for unge etterlatte på Facebook har 34 medlemmer, alle aktiviteter markedsføres i gruppa. Interessen for egne aktiviteter for unge etterlatte er forsåvidt stor, men aktivitetsnivået har vært preget av pandemien. Unge etterlatte har fått tilbud om samtaler med likeperson og deltakelse i sorggruppe, og er alltid invitert til øvrige aktiviteter som fylkeslaget har arrangert. Dette er det flere som har benyttet seg av. Egen sorggruppe-/samling for unge etterlatte er etterspurt, men lot seg heller ikke realisere i 2020. Én av ungdomskontaktene i styret har hatt permisjon i perioden mai - desember.

### **Media/eksponering**

I forbindelse med Verdensdagen for selvmordsforebygging ble det tatt kontakt med og sendt pressemelding til alle mediehus i søndre del av Trøndelag. Responsen var gjennomgående lav, og man spør seg om e-posten kan ha havnet i mottakerens spamfilter. Trønderdebatt publiserte imidlertid følgende [reportasje](#) i anledning av fylkeslagets verdensdag- markering og vi ble kontaktet av lokalavisa for Hitra-Frøya som planla også en reportasje i forbindelse med Regjeringens

nullvisjonvedtak.

### **Synlighet i sosiale media**

Facebooksiden LEVE Trøndelag er en felles side for LEVE i Trøndelag, men LEVE Sør-Trøndelag står for flest innlegg. Facebooksiden teller nå rundt 500 følgere, inkludert følgere utenfor fylket. Alle LEVE-arrangement i regi av LEVE Sør-Trøndelag promoterer, for å nå ut til flest mulig i hele fylket.

### **Politisk arbeid**

Samarbeid med fylkeskommunepolitikere (fra Høyre og Rødt) i forbindelse med bl.a. Verdensdagen for selvmordsforebygging har resultert i at Trøndelag fylkeskommune arbeider for at LEVE i Trøndelag skal bli en post i fylkeskommunens budsjett.

LEVE Sør-Trøndelag er også representert i Kommunalt råd for mennesker med nedsatt funksjonsnedsettelse i perioden 2019 - 2022. Det er til tider meget interessante saker som blir diskutert i rådet, og LEVEs representant blir kjent med andre brukerorganisasjoner og får innblikk i hvilke utfordringer de har i hverdagen. Mange av sakene i 2020 handlet om universell utforming av både gangveier, bussholdeplasser og tilrettelegging av personer med nedsatt funksjonsevne. Det har vært svært få saker der psykisk helse, forebygging av selvmord, selvskading og lignende har vært tema. LEVE Sør-trøndelag inviteres til å bidra med innspill på temaer/utfordringer som kan løftes opp og diskutere i rådet. Gjerne i samarbeid med Mental helse og andre brukerorganisasjoner nært tilknyttet LEVE. Disse sakene vil da bli orientert om i ett av disse rådsmøtene, og sendt de til politikere som videre svar eller utredning.

### **Eventuelt/ Annet**

Internkommunikasjon med medlemmer via e-post har blitt betydelig enklere og mer treffsikker i forbindelse med nytt medlemssystem. Det er likevel fortsatt slik at noen medlemmer ikke har oppgitt e-postadresse eller annen kontaktinfo, og disse er det vanskelig å komme i kontakt med. Det kommuniseres også via Facebooksiden LEVE Trøndelag og på [www.leve.no/fylkeslag/sor-trondelag](http://www.leve.no/fylkeslag/sor-trondelag). Bistanden fra LEVEs sekretariat til å holde hjemmesiden ajour, oppleves derfor som svært viktig.

### Samarbeid med andre

Fylkeslaget har også i 2020 samarbeid med Mangfoldhuset i Trondheim, RVTS Midt, VIVAT, Kirkens SOS i Trøndelag/Trondheim, LEVE Nord-Trøndelag, Den norske kirke og Trondheim kommune. Angående samarbeid med LEVE Nord - Trøndelag; fylkesleder i sør og nestleder i nord har gjennomført to fellesmøter i 2020, der samarbeid om og deltagelse på hverandres arrangement har stått på dagsorden. Tematikken evt. sammenslåing av fylkeslag har også vært berørt.

### **Oppsummering**

Alt i alt har 2020 vært et annerledes år. Den største utfordringen for fylkeslaget i år har vært koronasituasjonen og smittevernråd som har gjort det krevende å gjennomføre arrangement/møtepunkt. Det er fortsatt utfordrende er å få medlemmene i tale med hensyn til deres ønsker og behov, samt å få medlemmer til å engasjere seg i fylkeslagets arbeid. Fremdeles er det slik at flere av de som har benyttet seg av lagets aktiviteter/ tilbud ikke nødvendigvis er medlemmer, men kjenner seg berørt av problematikken.



*Landsforeningen for  
etterlatte ved selvmord*

**LEVE' s formål** er å støtte etterlatte og berørte ved selvmord,  
og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet,  
opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.

**LEVE TELEMARK**

**ÅRSRAPPORT for 2020**

## **Fylkesstyrets struktur og organisering**

*Leve Telemark ble opprettet 1.9.2005.*

*Pr. januar 2020 har fylkeslaget ca. 40 medlemmer.*

**Styret i LEVE Telemark 2020 har 7 styremedlemmer og er sammensatt slik:**

*Trine Colseth Aaby (leder)*

*Rolf Klubben (nestleder)*

*Sonja Falch (styremedlem/sekretær)*

*Åse Matre Dalene (styremedlem/økonomiansvarlig)*

*May-Britt Hørsrud (styremedlem/ansvarlig Kafe Leve)*

*Kristin Kaste Lona (styremedlem/ungdomskontakt)*

*Line Sanderhoff (styremedlem)*

*LEVE Telemark har hatt tre styremøter i 2020.*

## **Lokallag**

*Leve Telemark har pr. dato ikke lokallag.*

## Økonomi og finansiering

LEVE Telemark har i 2020 fått tilskudd fra begge kommunene, Skien og Porsgrunn.

<b>Regnskap LEVE TELEMAR 2020</b>			
<b>Saldo fra kontoutskrift 31.12.2019</b>	<b>117 206,41</b>		
Utgifter			
Drift kafe,møter etc		3 500,80	
Gebyrer		667,50	
Styremiddag fra LEVE		2 676,00	
	Totalte utg	6 844,30	
Inntekter			
Tilskudd fra Skien kommune			25 000,00
Tilskudd fra Porsgrunn kommune			10 000,00
Tilskudd fra LEVE sentralt til Verdensdagen			5 000,00
Tilskudd fra Leve sentralt styremiddag			2 676,00
Grasrotandel Norsk Tipping			1 667,82
Gaver			3 500,00
Andel medlemskontigent fra LEVE sentralt			4 850,00
Kreditrenter			27,00
	Totalte innt		52 720,82
<b>Saldo pr. 1.1.2021</b>			<b>163 082,93</b>
	Skien, 19.januar 2021		
	Åse Matre Dalene		
	Økonomiansvarlig		

### Aktiviteter gjennom året

**Verdensdagen** 10.september. Arrangementet gjennomføres i samarbeid med flere organisasjoner og LEVE er hovedarrangør. Arrangementet består av forskjellige kulturinnslag og appeller/taler med fokus og ettertanke på berørte og etterlatte etter selvmord.

**Kafe LEVE.** Møteplass for LEVE Telemarks medlemmer og andre interesserte. Kaféen er både en sosial møteplass og har også funksjon som sorggruppe. Det er stort behov for kaféen som pga Covid-19 har vært nedstengt fra mars til og med august, men klarte å holde oppe i fem av årets måneder.

**Skien kommune.** Samtaler om selvmord og selvmordsforebygging med politikere, fagfolk og andre personer som er berørt/etterlatte. Samtaler for å samle ideer og forslag, tanker og erfaringer som innspill til det politiske miljøet.



**Veileder for likepersoner.** LEVE Telemark fikk tildelt veileder for våre likepersoner. LEVE Telemark har fem likepersoner og støtten som ligger i å ha veileder for denne tjenesten er viktig. Veileder er fra 2020 Berit Aanesen og i november holdt hun en temakveld for våre likepersoner.

**Medlemskontakt.** LEVE Telemark sendte i november ut en forespørsel til sine medlemmer om det var ønskelig med økt aktivitet i form av gå/prate-turer og lunsjmøter. Det var liten respons, men antar at dette skyldes i stor grad situasjonen knyttet til pandemien. Tiltaket tas opp igjen senere.

Også sommer – og juleavslutning med medlemmene måtte dessverre avlyses i år.

### **Medlemsmasse**

Pr. utgang 2020 har LEVE Telemark ca 40 medlemmer.

### **Unge LEVE**

Leve Telemark har ikke etablert Unge Leve.

### **Media/eksponering**

I forbindelse med Verdensdagen som ble holdt i Ibsenhuset, Skien var Leve Telemark eksponert både i NRK/radio og TV2.

Arrangementet ble også annonsert i sosiale medier og arrangementet ble «streamet»

### **Politisk arbeid**

Etter initiativ og forespørsel fra helsepolitikere i Skien har LEVE Telemark deltatt i flere møter om åpenhet og forebygging av selvmord. Møtene har hatt form av uformelle sofasamtaler sammen med både berørte av selvmord og fagfolk. Samtalene har hatt stor betydning og fått gode tilbakemeldinger som viktige innspill til det politiske miljøet når det gjelder tiltakspakke for psykisk helse.

Porsgrunn kommune har eget brukerråd for Psykisk helsetjeneste og rusomsorg. Leve Telemark v/Rolf Klubben har i flere år vært engasjert og deltatt i dette brukerforumet og på den måten gitt nyttig innspill på vegne av LEVE. Brukerrådet er sammensatt av flere etater/foreninger knyttet til psykisk helse.

## Eventuelt/ Annet

*LEVE Telemark hadde to delegater til det digitale Landsmøtet i LEVE og hadde to deltakere på Fylkessamlingen.*

23.februar 2021.

Styret i LEVE Telemark:

Rolf Klubben  
(nestleder)

May-Britt Hørsrud  
(styremedlem)

Åse Matre Dalene  
(økonomiansvarlig)

Sonja Falck  
(sekretær)

Kristin Kaste Lona  
(styremedlem)

Line Sanderhoff  
(styremedlem)

Trine Colseth Aaby  
(leder)



*Landsforeningen for  
etterlatte ved selvmord*

**LEVEs formål** er å støtte etterlatte og berørte ved selvmord,  
og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet,  
opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.

**LEVE TROMS**

**ÅRSRAPPORT for 2020**

## ❖ Fylkesstyrets struktur og organisering:

Julie Fredriksen	Fylkesleder/sekretær
Vivi Beate Fredriksen	Kasserer
Kristin Fredriksen	Styremedlem
Sandra Marlen Magnussen	Styremedlem
Lisa-Mari Magnussen	Styremedlem
Johnny Fredriksen	1. varamedlem
Beate Losvik	2. varamedlem
Trine Holterman	Ungdomsrepresentant
Rikke Rindahl	Valgkomité
Kurt Holterman	Valgkomité

- Styret består av etterlatte og vi har brukt vår kompetanse, engasjement og nettverk i vårt samarbeid med og for LEVE.
- Vi har i 2020 avholdt 6 styremøter og behandlet totalt 21 saker.

## ❖ Lokallag

- Det ble på årsmøtet, 16.02.20 diskutert rundt dette med lokallag og at det er svært ønskelig både fra vår side og fra distriktene og byene rundt om i Troms. Når vårt arbeid startet i februar, gikk det knapt en måned og så kom Covid-19 og stengte ned hele Norge i flere måneder. Deretter ble resterende år preget av mange restriksjoner, regler, lover og anbefalinger som resulterte i at danning av lokallag og hele dens prosess ikke lot seg gjøre i 2020.

Vi håper å få startet på denne prosessen i 2021, da vi mener at det absolutt hadde vært nyttig med 1-2 lokallag spredt i fylket. Da vil vi på aller best måte kunne ivareta etterlatte så raskest mulig og vårt arbeid vil bli mer heldekkende og effektivt.

Det nye styret har et ønske og mål om å etablere en kommunikasjon med personer i aktuelle områder, for et møte og/eller LEVE café – så fort restriksjoner er opphevet. Hovedmålet er å ha 1-2 selvstyrte lokallag i tillegg til fylkesstyre som er i Harstad. Dette vil bli diskutert på styremøte.

## ❖ Økonomi og finansiering

- Oversikt over regnskap 2020 og budsjett 2021 er sendt som eget dokument.
- Regnskap 2020:

I regnskapet for 2020 vil man under 'inntekter' se at summen er betraktelig økt, dette grunnet pengegaver som er mottatt i løpet av året. Det ble ikke mottatt sum for landsmøte fra LEVE sentralt, da landsmøtet foregikk digitalt. De midler vi fikk tildelt i

forbindelse med Verdensdagen ble returnert i sin helhet, da LEVE Troms besluttet å ikke ha arrangement grunnet Covid-19.

Under 'kostnader' vil man se at det er brukt midler til sentrale møter. Her inngår dekning av reiseutgifter for likepersonskurs som ble holdt i Bodø 13.-15. november. Dette ble vedtatt på et av våre styremøter. Det har ikke blitt brukt noen midler til å avholde café – da vi tidligere i år besluttet å ikke ha flere i 2020.

Det ble avgjort på årsmøtet i 2020 at styret skulle gå til innkjøp av en pc for fylkesleder å bruke til LEVE-relaterte oppgaver. Denne har kommet til svært god nytte og er avbetalt i løpet av dette året. Det er i tillegg kjøpt inn Office-pakke og antivirusprogram. PC vil bli overført til ny leder.

Det er gjort enkelte korrigeringer for regnskapet. Disse endringene gjelder for renter, pengegaver og grasrotandelen, samt kontingent er korrigert. Dette grunnet nyere tall, enn det som var når årsrapporten ble skrevet. Regnskapet godkjennes med et overskudd på 74 578,51 kroner.

#### - Budsjett 2020:

Budsjettet for 2021 vil være nokså likt som 2020, med noen få justeringer. På inntekter øker vi pengegave/grasrotandel da vi ser at denne har økt litt og litt hvert år. I tillegg har vi økt summen for Verdensdagen, da vi tenker at det vil være nødvendig med «ekstra» utstyr (håndsprit osv.).

Under 'kostnader' har vi satt ned summen for sentrale møter, dette fordi vi tenker at de fleste møter og kurs vil avholdes digitalt. Summen for café er økt, fordi vi til neste år også tar høyde for at vi kanskje må leie andre lokaler enn tidligere brukt og dermed må betale en sum for dette.

Vi budsjetterer med aktuelle tall, basert på erfaringstall fra 2020. Likevel har vi et ønske om å generere et høyere budsjett, med tanke på eventuelle reiser og arrangementer. Det vil være vanskelig for oss å kronefeste nøyaktig tall, grunnet usikkerhet rundt covid-19, men det vil kunne dekkes av vårt overskudd.

### ❖ Aktiviteter gjennom året

- Det har i 2020 dessverre blitt lite aktiviteter som er gjennomført eller deltatt på. Vi har blant annet blitt invitert til å delta på dialogseminar og Mannedagen i Tromsø som ble avlyst grunnet Covid-19.

04.03.20 deltok fylkesleder Julie på åpning av Pårørendesenter i Harstad.

06.03.20 deltok fylkesleder Julie på møte med noen leger ved UNN Harstad, hvor hun fortalte om vårt arbeid.

27.08.20 var Julie, Kristin og Lisa-Mari ute i et av Harstads populære turområder og satt opp skilt og klistremerker i forbindelse med Verdensdagen 2020. Dette på oppfordring av LEVE sentralt. Det ble tatt bilder som ble brukt i en video, for Verdensdagen.

03.10.20 deltok Julie, Vivi og Sandra på digitalt landsmøte, arrangert av LEVE sentralt.

13-15.11.20 deltok ett av våre medlemmer på likepersonskurs i Bodø.

I tillegg til disse datoer, har fylkesleder hatt 8 individuelle samtaler med etterlatte, hvor flere av disse er satt i direkte kontakt med våre likepersoner og/eller Unge LEVE. Våre likepersoner har også fulgt opp en eller flere av etterlatte som det ble etablert kontakt med tidligere.

### ❖ Medlemsmasse

- Det har i løpet av 2020 kommet en oppdatering angående medlemslister, som fungerer svært bra i forhold til oppdateringer av både nye og avsluttede medlemmer og interessenter. Pr. 15.01.21 har LEVE Troms 65 medlemmer. Det er kommet oversikt over alle ulike typer medlemskap og hvor mange som ligger under begrepet «familiemedlemskap». Det har også i 2020 kommet en ny funksjon for å gjøre arbeidet med medlemsmasse lettere – «Min Side». Dette synes fylkesleder har fungert veldig bra. Det er en oversiktlig og brukervennlig side. Styret har ikke fått noen tilbakemeldinger fra medlemmer angående dette.

### ❖ Unge LEVE

- Leder i Unge LEVE, Trine Holterman, sitter i vårt styre som ungdomsrepresentant. Vi har i 2020 ved flere anledninger samarbeidet angående innkommende saker med etterlatte, hvor det var naturlig å kunne involvere Unge LEVE.

### ❖ Media/eksponering

- LEVE Troms har fortsatt en facebook-gruppe for våre medlemmer og en åpen side hvor alle kan se innlegg og nyheter som blir lagt ut. I år har det vært liten pågang der, men med det vi har lagt ut oppleves det at vi når ut til de aller fleste. Det har det siste året vært mye snakk om selvmord og psykisk helse i media. LEVE Troms har vært fremstilt i to ulike, lokale aviser angående blant annet Verdensdagen 2020 og det spesielle året vi har vært igjennom.

Styret har i utgangspunktet ikke merket økt pågang grunnet Covid-19.

Årsmøtet er likevel enige om at LEVE generelt er blitt mer bemerket den siste tiden, og nevnes i flere tilfeller. Også dette med selvmordsforebyggende arbeid nevnes, blant annet under Trontalen 2020 av Kronprins Haakon, ble det sagt at handlingsplanen for selvmordsforebygging skal følges opp av regjeringen. Det kan kun gi et håp om forbedring.

### ❖ Politisk arbeid

- Vi har ikke gjort noe politisk arbeid i 2020.

### ❖ Eventuelt/Annet

- Avslutningsvis ønsker styret i LEVE Troms å komme med noen tanker for året som har vært. Vi gikk inn i et nytt år med pågangsmot og iver etter å gjøre godt frivillig arbeid. Det var dermed tøft når Covid-19 kom og la, ikke bare en demper, men fullstendig stopp i flere måneder – for vårt arbeid. Vi har allikevel forsøkt å være

synlige og nokså aktive for våre medlemmer, med varierende resultat. Styret er klar over at det har vært mange arrangementer og invitasjoner som har blitt takket nei til og man har kanskje ikke vært like synlige og til stede som alle skulle ønsket. Vi vet at året har vært tøft for mange av våre medlemmer – nettopp fordi det har vært tøft for oss også. Styret har forsøkt å avholde styremøter i henhold til nasjonale retningslinjer. Vi har et ønske og håp for at 2021 blir et svært annerledes år der fysiske arrangementer, kursing, møter og andre sosiale sammenkomster, igjen kan forekomme.

## Årsrapport 2020 for LEVE Vestfold

Årsrapporten er basert på strukturen i LEVEs handlingsplan. LEVE Vestfold har arbeidet i henhold til vår virksomhetsplan for 2020.

2020 har vært påvirket av korona-pandemien. For å synliggjøre dette i årsrapporten vil vi også ta med alle planlagte arrangementer og heller markere dem i *kursiv og AVLYST*. Konsekvensen av avlysningene er vi nok for nær i tid til å kunne analysere.

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

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

#### **A. Likepersonstjeneste**

LEVE Vestfold har ni kursede likepersoner, hvorav åtte er aktive. Vi har ekstern veileder for likepersonene og oppfølging fra RVTS Sør.

*Nov. 20 - Samling for likepersoner v/veileder Eli Stålesen. AVLYST*

*Des. 20 - Likepersonskurs – Se kap. 2 Selvmordsforebygging AVLYST*

7.des 20 - Samling med RVTS Sør. På Zoom.

#### **B. Samtalegrupper / sorgstøttegrupper**

I Vestfold har vi to samtalegrupper, hvorav den ene er i samarbeide med Den norske kirke. Det er en gruppe for dem som har mistet barn (8 personer) og en for dem som har mistet andre nære (6 personer). Vi driver åpne grupper; det betyr at antall gruppemedlemmer kan variere i løpet av året. Erfaringsmessig er det ofte ledige plasser, så det er god anledning til å komme inn raskt.

Antall gruppemøter i 2020: 8 for den ene gruppa og 9 for den andre. Korona har skyld for årets unormalt lave tall.

Gruppene drives av Ragnhild Løkke og Arne Elstad. Randi Beck er også med som leder etter behov.

Planen var at vi også skulle starte ny gruppe i syd-fylket. Dette ble lagt på is pga korona.

#### **C. Sorgstøttegrupper for barn og unge i Vestfold**

Gruppen arrangeres i samarbeid med Den norske kirke og Sykehuset i Vestfold. Åpent for alle livssyn og uansett hvordan man har mistet, inkl. selvmord.

For barn 6-14 år:

Sorgstøttegruppene arrangeres i Eik kirke. Nytt kurs hvert semester med 6 samlinger. Vi kommer på hjemmebesøk til nye som ønsker å melde seg på. Gruppeledere er ansatte på sykehuset og i kirken.



For de over 14 anbefaler vi Unge LEVE.

#### D. Kafé LEVE og andre åpne arrangementer

LEVE Vestfold har hatt følgende sosiale arrangementer i 2020:  
(For Unge LEVE; Se «Tiltak rettet mot unge etterlatte» nedenfor)

- 29.01 Veldedighetskonsert for LEVE Vestfold i Sandefjord. Geir Ellefsen & Friends - Sandefjord Blandede Kor i Sandefjord kirke.
- 29.01 Kafé LEVE; Tema: Allsang som livsmestring, v/duoen Huskerikke
- 26.02 Årsmøte og kafe LEVE
- 25.03 Kafé LEVE; AVLYST
- 29.04 Kafé LEVE; AVLYST
- 27.05 Kafé LEVE/Tur på Karljohansvern. AVLYST
- 17.06 Sommeravslutning på Knattholmen leirsted, sammen med Unge LEVE
- 26.08 Kafé LEVE; «Delekveld.» Innledning v/Ragnhild Løkke.

Markering av Verdensdagen:

- 10.09 Stand på fem steder i Vestfold
- 12.09 Deltagelse på 20-årsmarkering i Oslo. AVLYST
- 20.09 Minnemarkering i Sandefjord kirke
- 23.09 Forfatterkveld i i Færder og Tønsberg Bibliotek.
- 24.09 Lys i mørket, Horten. AVLYST
- 30.09 Kafé LEVE; «Selvmord sett fra en prests erfaring», v/ sokneprest Sjur Askjer, tidligere Sjømannsprest.
- 28.10 Kafé LEVE; «Valg av perspektiv når tapet rammer»- Om å miste et barn og la kjærligheten leve videre. v/ coach Anne-Britt Markman
- 31.okt - 1.nov Livsglede-kurs på Eidene, Tjøme. Kursholdere Anne-Britt Markman og Road Dons. Prosjekt på tvers av fylkeslag
- 25.11 Kafé LEVE; «Posttraumatisk endring for etterlatte/berørte ved selvmord», v/jurist Jon Schultz. Nestleder i LEVE`s hovedstyre. Arrangert på Zoom
- 28-29.11 Skrivekurs på Eidene v/Kari Rekdal. Prosjekt på tvers, arrangert av LEVE Buskerud
- 9.12 Juleavslutning sammen med Unge LEVE. AVLYST (men Unge LEVE hadde egen samling likevel)

#### E. 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. Leder er Veronica Poer. 4-8 stk pleier å møte på Kafé Unge LEVE.

- 08.02 Kafé Unge LEVE
- 26.02 Årsmøte i LEVE Vestfold
- 11.03 Kafé Unge LEVE. Pizza og kinamat-kveld
- 08.04 Kafé Unge LEVE, AVLYST
- 13.05 Kafé Unge LEVE
- 10.06 Kafé Unge LEVE
- 17.06 Sommeravslutning på Knattholmen leirsted, LEVE sammen med LEVE Vestfold
- 12.08 Kafé Unge LEVE
- 09.09 Kafé Unge LEVE

- 14.10 Kafé Unge LEVE
- 11.11 Kafé Unge LEVE
- 09.12 Kafé Unge LEVE, førjulssamling med julebrustest

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

Seint i 2018 bevilget Vestfold Fylkeskommune 300 000 kroner til prosjekt "Best før og etter" som rettes mot ungdom og lærere i videregående skole. Prosjektet ledes av Unge LEVE i Vestfold. Våren 2020 fikk vi kr.150 000. i videre støtte

Marthe Moskvil Guttelvik i Unge LEVE er registrert Likeperson.

## 2 SELVMORDSFOREBYGGING

(Tiltak for kompetansebygging innen selvmordsforebygging (VIVAT-kurs, relevante foredrag i fylkeslagets regi ol.))

*Likepersonskurs. AVLYST*

### A. Aktivitet ved Verdensdagen for selvmordsforebygging 10. september

Pga korona-pandemien måtte vi omrokkere flere av våre opprinnelige planer  
LEVE Vestfold hadde tre markeringer/arrangementer, i tillegg til to som ble avlyst.

Arr #1, 10.09 Stand på fem steder i Vestfold.

Arr #2, 12.09 *Deltagelse på 20-årsmarkering i Oslo. AVLYST*

Arr #3, 20.09 Minnemarkering "Du er ikke alene", Sandefjord kirke. Antall besøkende 100.

Vestfold fylkeskommune, Vestfold Interkommunale Brannvesen, inkl Sandefjord Brann og Redning og Larvik Brann og Redning, Sandefjord kommune, Politiet, Kirkens SOS, Den Norske Kirke v/bispekontoret og Sandefjord menighet, og LEVE Vestfold.

Det var 4 forberedende møter og 1 evalueringsmøte med alle arrangørene.

LEVE Vestfold hadde stand utenfor kirken, bl.a med installasjonen "DU ER IKKE ALENE".

Inne i kirken var det lystenning for de 74 som hadde tatt livet sitt i Vestfold og Telemark i 2018, hilsen ved leder i LEVE, Terese Grøm, apell ved etterlatt og sang/musikk ved Agnes Stock, Stian Tveit og Kjell Håkon Andersen. Minneteppe var også hengt opp.

Selv om markeringen ble noe amputert mht smittevern, ser vi at dette kan videreføres som en fast årlig markering, med potensial til å bli endel større. Vi må også i fremtiden lande LEVE Telemark sin rolle.



Arr #4, 23.09 Forfatterkveld i samarbeid med Tønsberg og Færder bibliotek. Leder Ole Hafell intervjuet forfatter Erlend Loe om hans bok Muleum, en bok om selvmordsproblematikk. Deltagere: 20

Arr #5, 24.09 «Lys i mørket», stor utendørsmarkering, sammen med Falk håndball. AVLYST

### 3 KOMMUNIKASJON

(Media/eksponering (oppsøke media med lokale saker/historier, utsending av pressemelding fra LEVE sentralt, gjennomslag for ulike medieoppslag ol.))

Vi har hatt avisoppslag i forbindelse med minnemarkering og verdensdagen, samt en NRK-reportasje i radio og på nett om eldre menn og selvmord.

#### A. Politisk arbeid (brev til og møter med lokale politikere, sende høringsvar ol.)

Som medlem i Fagråd for selvmordsforebygging har vi sendt høringsvar til Regjeringen 13.nov: Forslag om å innføre krav om at kommuner og helseforetak skal avtale hvordan de sammen skal planlegge og utvikle tjenester.

#### B. Internkommunikasjon med medlemmer (info på e-post eller sms, lokale nyhetsbrev ol)

Det er sendt ut 17 medlemsbrev til medlemmene i løpet av 2020 pr epost.

Invitasjoner til arrangementer legges ut på LEVE Vestfolds og Unge LEVE Vestfolds Facebook sider, samt på Leve.no/Vestfold. 16 arrangementer og 22 innlegg er lagt ut på Facebook for LEVE Vestfold. 13 arrangementer og 9 innlegg for Unge LEVE

Det er lagt ned mye arbeid i oppdateringer av Leve.no/Vestfold, både for å informere om oss og kommende aktiviteter, men også for å beskrive det som blir vår historie. Medlemmene oppfordres til å komme med konstruktive innspill.

#### C. Samarbeid med andre instanser (RVTS, andre frivillige org. ol.), inklusive foredrag, møter, mm.

7.des Møte med RVTS-sør. På zoom.

Samarbeid med redningsetater, fylkeskommunen, Sandefjord kommune og Den norske kirke rundt minnemarkeringen til støtte for etterlatte ved selvmord 20.sept.

Samarbeid med behandlende etater/institusjoner og Den norske kirke i Fagråd for selvmordsforebygging i Vestfold. To møter i året.

Vi får også invitasjon og møter uregelmessig på ulike kontaktforum for organisasjoner i Sandefjord og Tønsberg.

### 4 ORGANISASJON OG ORGANISASJONSUTVIKLING

(Fylkesstyrets struktur/organisering (styre- og utvalg, fordeling etterlatte/fagpersoner))

#### A. STYRE OG TILLITSVERV

Styre: Leder Ole Hafell, nestleder Anette Holtung\*, kasserer Arne Elstad\*, repr Unge LEVE Janne Hagevik\*, styremedlem Nina Irene Brekke\*, styremedlem Bård Guttelvik\*. (\*: Etterlatt)

Kafé LEVE, praktisk komité: Liv Arntzen, Morten Martinsen, Anny Dahlen, Margareth Valmestadrød, Ragnhild Løkke (er med mhp. programmet)

Kafé LEVE, programkomité: Bård Guttelvik, Ragnhild Løkke, Arne Elstad

Verdensdag komité: Bård Guttelvik, Marthe Moskvil Guttelvik, Tove Guttelvik, Janne Hagevik og Ole Hafell

Unge LEVE komité: Veronica Poer, Marthe Moskvil Guttelvik, Christoffer Vestli, Thomas Poer, Ulrikke Solberg

Valgkomité: Liv Arntzen, Ragnhild Løkke, Linda Elstad

Styret har avholdt 11 styremøter og behandlet 171 saker.

Landsstyret: LEVE Vestfold har to faste styremedlemmer i Landsstyret; Arne Elstad, Berit Skog (frem til Landsmøtet 3.okt), Heidi Dickinson (valgt inn på Landsmøtet 3.okt)

Bård Guttelvik er valgt som leder av Valgkomitéen i LEVE.

### B. Lokallag

Pt. Ingen

### C. Økonomi og finansiering (budsjett og regnskap, søknader/tilslag midler ol.)

Fylkeslaget har en sunn økonomi og for året 2020 har vi et godt overskudd. For detaljer, se det vedlagte «Resultatregnskap LEVE Vestfold 2020 og Budsjett 2021».

Unge LEVE Vestfold har fått 150 000 kroner fra Vestfold og Telemark Fylkeskommune til prosjekt "Best før og etter" for 2020. Disse midlene er ment for å gjennomføre prosjektet for enda et år (2021).

### D. 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.)

### E. Tiltak for å øke medlemstall

Vi gjør i prinsippet ikke noen målrettet innsats for å hente inn nye medlemmer, men tar kontakt med de som melder seg via LEVE sentralt / LEVE.no. Men, vi gjør mye i LEVE og Unge LEVE for å markedsføre oss og sådan driver vi rekruttering.

Ønsker å være mer aktive i 2021. Sende brev/mail til etterlatte, samt være mer synlig i avisa mht profilering av arrangement o.l.

### F. Tiltak for rekruttering til styrer og utvalg

Aktiv valgkomite

### G. Antall medlemmer (inkl. info om nedgang/oppgang fra forrige år).

Type Medlemsskap	2020	2019	+/-
Enkeltmedlemsskap	50	52	-2
Studentmedlemsskap	11	9	+2
Familiemedlemsskap	26 (x2)*	25 (x2)*	+1
Sum*	113	111	+2

\* Familiemedlemsskap regnes som 2 medlemmer, selv om tallet kan være høyere. I totalsummen regnes dette inn

## 5 EVENTUELT/ANNET

### A. Gaver

Vi har mottatt 177 130 kroner (kr.183 854 i 2019)i gaver fra foreninger, lag, private, tipping og kommuner

### B. Prosjekt «Best før og etter»

Prosjektleder Veronica Poer:

Dette prosjektet har hatt som formål at regionen 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 jobber vi for å redusere de samfunnsøkonomiske besparelsene i regionen, samtidig som at vi har villet synliggjøre Vestfold som en rollemodell for landet for øvrig. Målet var å gjøre Vestfold best - både i et forebyggende perspektiv ("før") og overfor de som har opplevd tap ("etter").

Hovedmålgruppen er ungdom og unge voksne. Disse er særlig viktig fordi effekten av forebygging er mye større enn om man satser på voksne og eldre. Alt man kan tilegne seg av kunnskap og gode mestringsstrategier som ung vil man ha nytte av også som voksen og eldre. Innsatsen har dermed et langsiktig siktemål som gjelder hele befolkningen.

Den sekundære målgruppen er voksne fagfolk som jobber med ungdom daglig. Minikurs for ansatte og lærere på skolen vil øke bevisstheten på at det å miste nære pårørende/venner påvirker læringsutbyttet i stor grad.

Siden tildeling av midler til prosjektet i slutten av 2018, har vi hatt følgende fremdrift:

- Utvikling og bearbeiding av foredraget; Let's talk about...psykisk helse.
  - *Innhold er sendt gjennomlest og faglig forankret av Fagråd for selvmordsforebygging i Vestfold, RVTS og NSSF*
- Utvikling, design og trykk av brosjyrer og roll-ups.
- Nettside er under utvikling. ([www.psyktglad.no](http://www.psyktglad.no)) Est. lansering senest høsten 2020
  - *Samlet informasjon med tilbud og ressurser i de ulike kommunene i Vestfold*
  - *Informasjon om psykisk helse*
  - *Tips fra vdg-elever og kjendiser om hvordan man kan ivareta en god psykisk helse*
- Minikurs for ansatte
  - *Ole Hafell (leder av Fagråd for selvmordsforebygging i Vestfold) vil lede kursene, sammen med en representant fra Best før og etter.*
  - *Minikursene er under utvikling og skal være klare høsten 2020.*



*Landsforeningen for  
etterlatte ved selvmord*

**LEVEs formål** er å støtte etterlatte og berørte ved selvmord,  
og å bidra til å forebygge selvmord gjennom åpenhet,  
opplysningsvirksomhet og politisk arbeid.

## **LEVE Østfold**

### **ÅRSRAPPORT for 2020**

#### **Fylkesstyrets struktur og organisering**

Styret i LEVE Østfold har i 2020 bestått av 6 medlemmer inkludert vara, hvorav 5 er etterlatte og 1 er berørt.

#### **Styret i Østfold består av:**

Frode Stensby, styreleder fram til 15.08.2020, deretter permisjon. Deltatt i styremøter og div digitale kurs.

Irene Tømte, fungerende styreleder etter 15.08.2020, styremedlem fram til 15.08.2020

Olav Erik Kolstad, kasserer / økonomiansvarlig

Rikke Gilberg, styremedlem

Annette Grønstad, vara styremedlem

Jeanette Sørli Ekaas, vara styremedlem

Sekretærfunksjonen har vært delt i styret.

Det har vært gjennomført 7 styremøter med fysisk oppmøte og 3 digitale styremøter, i 2020

Før årsmøtet, 4.3.2020, ble styremøtene gjennomført den første tirsdagen i måneden. Etter årsmøtet ble de gjennomført den første onsdagen i måneden. De digitale møtene har hatt varierende ukedag.

Alle de fysiske møtene har foregått på samme adresse, Frivilligsentralen i Askim. Styremedlemmene kommer fra flere kommuner i Østfold. 3 har tilhørighet i Indre Østfold kommune, og 3 bor i utkanten, Halden, Moss og nærområdet til Moss. Styret har ikke hatt ungdomskontakt i perioden.

#### Lokallag

Det er ingen lokallag i fylket.

#### Økonomi og finansiering

Innestående 31.12.2020 kr 82.218 -.

Av dette er kr 10.000 - prosjektmidler fra LEVE sentralt og skal betales ut til definert mottaker.

Vi mottok også støtte på kr 15.000 - som tilskudd til arrangement i forbindelse med verdensdagen for selvmordsforebygging.

#### Aktiviteter gjennom året

Leve kafé har vært forberedt i tilknytning til fysiske styremøter, med unntak av de 3 siste. Medlems besøket til disse har vært veldig begrenset.

LEVE Østfold deltok i et møte i Askim, der LEVE ble presentert. Samt eget foredrag. Møtet ble gjennomført i regi av Røde Kors, 30.01.20

Den 04.02.20 var LEVE Østfold invitert til møte i Moss Røde Kors Hjelpekorps, for å informere om vår virksomhet.

Den 04.03.20 var LEVE representert på et fellesmøte om selvmordsforebygging, med ulike hjelpeinstanser og foreninger, i Halden.

LEVE er også representert i den lokale sorg- og omsorgsgruppen i Halden distriktet.

I tillegg var det en større markering, 15.10.20 der LEVE Østfold var medvirkende. Arrangementet ble holdt i Halden kultursal og var rettet mot 130 niendeklassinger. Dette var et samarbeid mellom Halden Frivilligsentral, Mental Helse, Halden og Halden ungdomsråd.

LEVE Østfold deltok i digitalt møte, fra Litteraturhuset i Oslo, i forbindelse med verdensdagen. Møtet ble gjennomført 08.09.20

Deltakelse i oppfølgingskurs for likepersoner, i regi av LEVE sentralt, 29.09.20

Deltakelse i digitalt landsmøte 03.10.20

Samarbeidsmøte med fysisk oppmøte, med presentasjon av LEVE, i Fredrikstad, 8.10.20

Deltagelse i fysisk seminar, i regi av LEVE Vestfold, 2 styremedlemmer og et LEVE medlem, fra Østfold deltok.

Utover dette har det vært avlyst og utsatt flere aktiviteter, som var ment å være fysisk oppmøte. Blant annet 25.11.- og 27.11.- som begge var konferanse i den nye storkommunen, Indre Østfold kommune. LEVE Østfold ble spurt om foredrag. Utsatt til mai måned 2021.

#### Medlemsmasse

LEVE Østfold har hatt 45 aktive medlemmer, hvorav 6 er familiemedlemskap

#### Unge LEVE

Unge LEVE har ikke hatt egen kontaktperson i perioden.

#### Media/eksponering

Gjennomføring av prosjekt er utsatt, grunnet korona.

Planer om videonutter av styremedlemmer som skal legges på LEVE Østfold sin FB side, samt presentasjon i lokal avisene, papir og nett. Samarbeide forutsetter fysisk tilstedeværelse, og det har ikke vært gjennomførbart, i løpet av 2020

Forøvrig har vi eksponert oss tilstrekkelig til at vi er etterspurte i forbindelse med forebyggende selvmordsarbeid, og synliggjøring av oppfølgings behov for etterlatte. Dette arbeidet har gått over tid, og startet i forkant av 2020.

#### Politisk arbeid

Det har ikke vært samarbeid direkte mot politiske partier.

#### Eventuelt/ Annet

2020 var annerledes året, og totalt styrt av Covid 19

Det har vært ulike private konsekvenser av situasjonen, og styret har derfor endret struktur, i perioden.