

Den siste SIDS konferanse

Den 10. og siste SIDS International Conference ble holdt 23.-26. juni i Portsmouth i England. SIDS International (SIDSI) ble her slått sammen med International Study and Prevention of Infant Death (ISPID). Fra nå av skal de internasjonale miljøene innen krybbedød og dødfødsler arbeide mot felles mål. Dette er i tråd med utviklingen Landsforeningen uventet barnedød (LUB) og de fleste av våre søsterforeninger har vært igjennom. Konferansen i Portsmouth var en verdig avslutning på SIDSI's konstruktive internasjonale samarbeid gjennom 21 år for å forstå hvorfor barn dør, hvordan man kan forebygge dette og hvilken hjelp og støtte etterlatte familier har behov for.

Konferansen bød på spennende og varierte foredrag og postere fra forskere, fagfolk og foreldre fra hele verden. LUB presenterte våre prosjekter omkring barn og sorg, skrivekurset og brosjyren *Trygt sovemiljø*. Det sosiale programmet bar preg av at vi befant oss i sjøfartsnasjonen Englands viktigste havneby, med åpningsseremoni på sjøfartsmuseet, båttur i havna og festmiddag på et storslått krigsskip fra 1800-tallet. Hva har vi så lært fra konferansen? En forsker innen krybbedød, en innen det psykososiale feltet og våre to foreldrerepresentanter formidler her sine erfaringer.

Redigering tekst + foto: Line Schrader



Millitær oppvisning under åpningsseremonien

Bakgrunnsbilde: Spinnaker Tower

Noen refleksjoner

Som forsker på psykososiale aspekter ved tap av barn var konferansen spennende og samtidig tankevekkende. Sørgende har behov for å komme sammen og dele sin sorg, men dersom dette blir et hovedfokus, blir det nødvendigvis mindre plass til ”veien videre”.

Tekst: Kari Dyregrov, forsker og fagrådsmedlem

Det var med glede jeg noterte meg at det i tillegg til det viktige medisinske fokuset var mange presentasjoner som omhandlet psykososiale aspekter etter tapet av et barn. Tema som ble tatt opp her var: sorgreaksjoner, støtte- og hjelpetiltak, ivaretagelse av søsken, betydningen av sosiale nettverk, seksualitet og sorg, med mer. Dette er tema som er viktige for etterlatte etter tidlig/brå barnedød. Foredragsholderne og tilhørerne var i stor grad foreldre som arbeidet i støtteforeninger og/eller hadde mistet et barn. I tillegg var det noen få forskere. Praktisk, relevant og godt arbeid ble presentert i en varm og støttende atmosfære. Foreldre ga hverandre mye og god støtte ved et sterkt sorgfellesskap; både gjennom foredragene og i kontakter som ble knyttet etterpå.

Som forsker stilte jeg meg spørsmålet: Kan et slikt sorgfellesskap bli for sterkt og kanskje til og med ekskluderende?

Sørgende har behov for å komme sammen og dele sin sorg, men dersom dette blir et hovedfokus, blir det nødvendigvis mindre plass til ”veien videre”, noe som alle sliter med. Et sterkt sorgfellesskap kan også bidra til at etterlatte som har et sterkere fokus på fremtiden enn fortiden ikke føler sin sorg som likeverdige.

Jeg gjorde meg også noen tanker om hvordan blir man sett på som forsker i dette miljøet dersom man ikke har mistet barn. Ved et par anledninger fortalte jeg deltakere som jeg kom i kontakt med at jeg har mistet et eldre søsken i krybbedød. Da opplevde jeg til min overraskelse å være ”innenfor” på en helt annen måte – ikke den distanserte forsker. Ettersom jeg i liten grad har identitet som etterlatt, har jeg hatt fokuset på forskningen og ikke på min bakgrunn. Derfor er det tankevekkende for meg at jeg opplever at forskningen blir mer anerkjent dersom min bakgrunn er kjent. Selvsagt kan jeg også ta feil i at det er slik.

En annen observasjon på denne, som på tidligere konferanser, er at de medisinske foredragene omtales som de ”vitenskapelige”, mens de psykososiale er for foreldre. På førstnevnte deltar medisinske forskere som studerer de mange viktige årsakene til krybbedød, mens svært få av



disse presenterer eller deltar som tilhørere på tema som ikke omhandler medisinske aspekter. ”Fagfolkene” har sin konferanse, møter sine kollegaer og diskuterer sin forskning. Foreldre og noen svært få forskere (inkludert meg selv) deltar på en parallell konferanse i konferansen. En slik todeling er uheldig av flere grunner. Forskningen rundt psykososiale temaer er likeså ”vitenskapelige” som de medisinske, om enn ofte basert på andre vitenskapelige metoder. Videre burde begge forskergrupper vise interesse og i noen grad være tilhørere på hverandres presentasjoner. Slik kunne psykososiale og medisinske tema i større grad smelte sammen til den helheten de utgjør for å forstå årsakssammenhenger rundt krybbedød, og for å kunne forholde seg til og støtte dem som sitter igjen.

Krybbedødsforskning med fokus på gener

Det er nå flere miljøer internasjonalt som søker etter gener og genfeil som kan ha betydning for plutselig barnedød. Så langt peker funnene i retning av at det finnes flere ulike uheldige kombinasjoner av gener som kan disponere for plutselig død.

Tekst: Arne Stray-Pedersen, lege og styremedlem

Det faglige programmet på den internasjonale krybbedødskonferansen var som vanlig delt opp i to parallelle rekker av forelesninger der den ene omhandlet presentasjoner av nye forskningsfunn og den andre var hovedsakelig knyttet opp til temaer omkring sorgbearbeiding og forebyggende arbeid.

Gener og genfeil

Hva var nytt fra forskningsfronten? Det

er nå flere miljøer internasjonalt som søker etter gener og genfeil som kan ha betydning for plutselig barnedød. De mest lovende funnene er gjort på genområder som koder for hjerterytmeforstyrrelser, temperaturregulering og stoffskifte. Så langt peker funnene i retning av at det finnes flere ulike uheldige kombinasjoner av gener som kan disponere for plutselig død. Det foregår også mye spennende forskning som tyder på at ubalanse i hjernens signalstoffer kan ha avgjørende betydning for dødsmekanismen. Ingvar Jon Rognum (ja, det er sønnen til Torleiv)

er ennå ikke ferdig med legeutdannelsen, men har allerede i to år på deltid samarbeidet med forskere fra Harvard i USA, og kunne presentere spennende funn om signalstoffer i hjernestammen som kan spille en rolle ved krybbedød.

Dødsstedsundersøkelser

Fra vertslendet kom det både gode og dårlige nyheter. Det er nå innført obligatoriske dødsstedsundersøkelser ved plutselig barnedød i hele Storbritannia basert på anbefalinger fra Peter Fleming og hans gruppe. Undersøkelsene sikrer at omstendighetene rundt dødsfall blir tilstrekkelig belyst, noe som ivaretar både barnets og pårørendes rettssikkerhet. Måtte vi få dette til i Norge også snart! På den annen side beveger de seg bakover i Storbritannia når det gjelder de medisinske undersøkelsene etter barnedødsfall. På grunn av innstramminger i lovverket blir blodprøver og vevsprøver ofte ikke sikret under obduksjon, noe som gjør at undersøkelsene blir mangelfulle og man risikerer å overse viktige sykdomsforandringer og også dødsårsaker.

Patologien satt i skyggen

Fra en rettsmedisiners ståsted var det i det hele tatt rart å oppleve at patologien og behovet for god diagnostikk fikk så lite plass på konferansen. Det er fortsatt behov for å diskutere hvilke undersøkelser som bør utføres ved barnedødsfall og ikke minst hvordan funnene skal tolkes. Disse emnene får vi gi desto større plass på Soria Moria-konferansen som arrangeres i høst. Jeg må også innrømme at jeg ennå er litt snurt for at jeg selv ikke ble tildelt tid til å presentere mine forskningsresultater, men ble henvist til en poster. Ikke var det lagt opp til en egen bolk der man fikk presentere posterne heller, såkalt poster-walk. Særlig surt var det i og med at posteren min ble borte på Subwayen i London og jeg måtte hive meg rundt for å få trykket opp en ny.

Vi ser frem til neste konferanse som skal arrangeres i Australia.

Lærerikt å delta som forelder



Jeg var så heldig å få være med på den internasjonale krybbedødskonferansen som foreldrerepresentant fra LUB. Turen over til England gikk fint selv om sommerfuglene sloss om plassen i magen min. Hva kunne jeg lære, ville jeg klare meg med min gamle skoleengelsk og ville jeg forstå alt de sa? Mest av alt gledet jeg meg til møtene med foreldre fra andre land.

Konferansen ble spennende. Jeg fikk mulighet til å lære mer om forskning på hvorfor barna våre dør og omkring sorgstøtte. Det viktigste for meg er møtene med foreldrene fra andre land. Vi fikk utvekslet erfaringer, og fant ut at det både er forskjeller og likheter i våre erfaringer fra ulike land og kulturer.

Holdt foredrag om leke- og samtalekassen

Line Schrader og jeg holdt foredrag om leke- og samtalekasseprosjektet på engelsk. Jeg må si jeg var skikkelig nervøs, men fikk god hjelp av Line til å trene på uttalen. Line fortalte litt om prosjektet og jeg fortalte om mine erfaringer som kontaktperson med å bruke leke- og samtalekassen i møte med barn i sorg. Jeg følte at det gikk bra. En psykolog holdt foredrag etter oss om oppfølging av barn i sorg. Etterpå ble det stilt mange spørsmål i plenum som vi besvarte etter beste evne. Det ble også utvekslet en del erfaringer. Vi fikk mange positive tilbakemeldinger, og flere viste interesse for å bruke ideer fra prosjektet vårt i eget arbeid med barn i sorg.

Utvekslet erfaringer med foreldre En kveld ble vi invitert hjem til Ann Deri-Bowen som var en av arrangørene for konferansen, forelder og ansatt i FSID (LUBs søsterforening i England). Der møtte vi mange hyggelige foreldre. Vi

utvekslet historier om hvordan vi hadde mistet våre barn og hva det har gjort med oss. Det viser seg at man ikke er så forskjellige i måten å reagere på, og vi diskuterte viktigheten av å følge opp barn som regnes som for små til å være med i sorggrupper.

Vakker minnestund i katedral

Vi var også med på en arrangert båttur og fikk se Portsmouths store havn og lære om byens lange sjøfartshistorie. Det ble holdt minnestund i en fantastisk katedral, Portsmouth Cathedral. Minnestunden var preget av et gutte/mannskor som sang meget vakkert. Det var lagt fram steiner som vi plukket opp og la sammen på katedralgulvet.

Til topps i Spinnaker Tower

Helge Gautvik mente at når vi først var i Portsmouth, måtte vi opp i Spinnaker Tower, byens 170 meter høye landemerke. Jeg var litt betenkt med min høydeskrekk, men bestemte meg for at jeg ikke skulle sitte på gamlehjemmet og angre på alt jeg ikke hadde turt å gjøre. Det kilte godt i magen da vi til slutt sto på øverste utkikksnivå 110 meter over bakken.

Det har vært en meget lærerik tur både faglig, psykologisk og sosialt!

*Toril Kristoffersen,
landsstyremedlem og kontaktperson*



Trine Giving Kalstad, Toril M. Kristoffersen og Helge Gautvik utenfor en av byens tradisjonelle puber.



Arne Stray-Pedersen



Linda Ferrante og Marianne Arnestad fra Rettsmedisinsk institutt.



Toril og Line svarer på spørsmål etter foredraget. Til høyre: Psykolog J. Thomas.

Nye ISPID ble født

I Portsmouth ble de to internasjonale organisasjonene SIDS og ISPID slått sammen til nye ISPID. Vi har stor tro på at den nye organisasjonen vil bidra til å øke kunnskapen om dødfødsler og krybbedød.

Siden forrige SIDS International Conference (Japan 2006) har undertegnede jobbet i en gruppe med mandat til å fremforhandle en sammenslåing av International Society for the Study and Prevention of Infant Death (ISPID) og SIDS International (SIDS). Gruppen besto av tre foreldrerepresentanter fra SIDS og tre representanter fra ISPID. Det har vært en konstruktiv prosess hvor foreldrerepresentanter og forskere fra hele verden har jobbet for å slå sammen de to internasjonale organisasjonene. Vi har avholdt jevnlig telefonkonferanser med et fast mål om å legge frem forslag til en sammenslått organisasjon til møtet under konferansen i Portsmouth.

Under årets møte i England godkjente begge organisasjonenes generalforsamlinger det fremlagte forslaget om fusjon og nye ISPID ble født (International Society for the Study and Prevention of Perinatal and Infant Death). ISPID er registrert som en veldedig organisasjon i staten New York, USA. Nå jobbes det med å få på plass en ny hjemmeside. Forhåpentligvis vil vi snart kunne legge frem en ny link til den nye organisasjonen på vår hjemmeside.

I det nye styret sitter det nå totalt åtte medlemmer hvorav fire er representanter fra ulike foreldreorganisasjoner og fire er individuelle medlemmer fra ulike faggrupper. Følgende land er representert: USA, Japan, New Zealand, Australia, England, Norge, Canada og Israel.

Landsforeningen uventet barnedød har vært en pådriver i prosessen med å slå sammen de to organisasjonene. Landsforeningen har gjennom mange år sett verdien av å ha gode og nære bånd til de ulike nasjonale miljøene innen krybbedød og dødfødsler. Vi tror at dette vil fungere bra internasjonalt også. Min erfaring så langt med internasjonalt arbeid er at veldig mange personer med høy faglig kompetanse er villig til å delta i frivillig arbeid. Med det som utgangspunkt har jeg stor tro på at den nye organisasjonen vil bidra til å øke vår kunnskap om krybbedød, dødfødsler og sorg.

Helge Gautvik, styreleder



Helge Gautvik og Toril M. Kristoffersen

Oss foreldre imellom 3-08

Bokomtale

Hva skal vi med stjerner nå?

Av Per Arne Dahl og Espen Olafsen
Schibsted forlagene, 2007

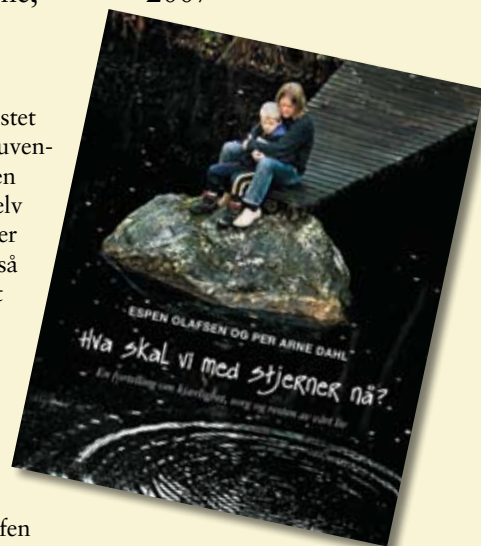
For meg som har mistet et barn plutselig og uventet, gir denne boka en god gjenkjenning. Selv om en tsunami er mer voldsom totalt sett, så kan det være et godt bilde på det kaos av fortvilelse og maktesløshet som jeg kan kjenne igjen.

Jeg har lest Per Arne Dahls bok om tsunamikatastrofen 2. juledag 2004. Historien fortelles gjennom Espen Olafsen sine opplevelser av å miste sin samboer og deres datter under særskilte dramatiske omstendigheter. Boka tar deg med inn i paradiset som ble til et helvete i løpet av sekunder og minutter. Idyllen som sprakk så totalt for så ufattelig mange og som rystet en hel verden. Opplevelsene som for oss andre som ikke var der, har blitt til begrep og ført til endringer i tidsregninger. Det sterkeste med boka er når Espen selv forteller sin historie. Med utrolig detaljkunnskap over egne opplevelser klarer han å skildre smerten han opplevde. Leseren får et innblikk i hvordan mannen som før dette var kjent som aktiv fotballtrener, ble kastet inn i maktesløshet, håp og fortvilelse. Han er veldig god til å beskrive sine tanker, følelser og handlinger både under tsunamien og i tiden etter. Boken viser kampen Espen kjemper for å få tilbake livet sitt etter en katastrofe, og det gjør den med tyngde. Det er ikke en kokebok i riktig sorgarbeid, men en sterk og personlig skildring av det som skjedde.

Forfatteren har tydeligvis hatt et nært og sterkt forhold til sorgen i familien. Han har fulgt dem tett med trøst, råd og veiledning. Det gir boka troverdighet. Tittelen henspiller på diktet av W. H. Auden som leses i begravelsen i komedien "Fire bryllup og en gravferd". Diktet er kanskje noe av det sterkeste som er skrevet i forhold til kjærlighet mellom mennesker. I boka finnes også flere andre dikt og små ord som utfyller på en god måte.

For meg som har mistet et barn plutselig og uventet gir boka en god gjenkjenning. Selv om en tsunami er mer voldsom totalt sett så kan det være et godt bilde på det kaos av fortvilelse og maktesløshet som jeg kan kjenne igjen. Sorgen og smerten er universell og relativt likt. Boka er verdt å kjøpe, lese og gi videre til andre som trenger å lære litt om sorg, kjærlighet og håp.

Øystein Lie



Landsforeningen uventet barnedøds brosjyrer og hefter (gratis), video og diktbok kan bestilles fra hovedkontoret på tlf: 22 54 52 00, fax: 22 54 52 01, eller på mail: post@lub.no/www.lub.no. Kun porto belastes.

Landsforeningen uventet barnedød – en presentasjon

Landsforeningen uventet barnedød skal være til stede for dem som trenger oss, være seg gravide, nybakte foreldre, etterlatte foreldre og andre pårørende, helsepersonell, hjelpeapparat, forskere og fagmiljøer. Presentasjonsheftet beskriver foreningens formål, virksomhetsområder og verdigrunnlag.



Når et lite barn dør – i mors liv, ved fødselen eller i de første leveårene

Informasjonsheftet er ment som en første hjelp til foreldre som mister barn. Heftet formidler etterlatte foreldres erfaringer og fakta knyttet til hvordan barnet døde og formidler kunnskap omkring det å ta avskjed, obduksjon, gravferd, mors kropp etter en fødsel, foreldres rettigheter ved barns død, samt sorg og sorgarbeid.

Plutselige dødsfall – hvordan kan du hjelpe?

Den aller viktigste hjelpen foreldre kan få etter tapet av sitt barn, gis av deres nærmeste sosiale omgivelser. Heftets målgruppe er familie, venner, naboer og arbeidskollegaer til etterlatte foreldre. Heftet gir konkrete råd om hvordan vi kan være til god hjelp og støtte, samtidig som det gir bakgrunnskunnskap om vanlige sorgreaksjoner og sorguttrykk.



Når sorgen rammer en av dine ansatte

Dette informasjonsheftet henvender seg til arbeidsledere og arbeidsgivere for ansatte som har mistet noen de er glad i plutselig og uventet. Deltaelse i arbeidslivet er for mange etterlatte essensielt for å finne tilbake til en meningsfylt hverdag. Derfor er det viktig at arbeidsgivere, arbeidsledere og kolleger har innsikt i hva sorg gjør med et menneske og hvordan man best kan tilrettelegge jobbsituasjonen. Heftet gir konkrete råd og veiledning i hvordan man kan og bør forholde seg til ansatte i sorg, samtidig som det formidler kunnskap om sorg og sorgreaksjoner.

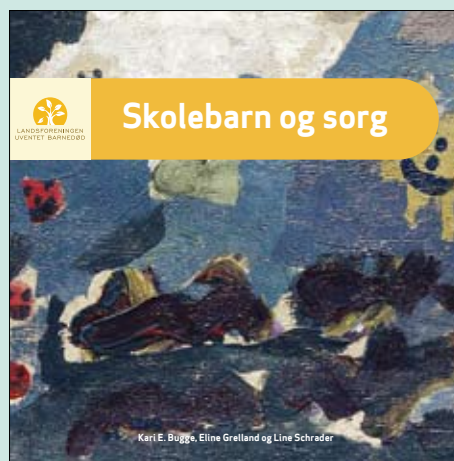


Ungdom og sorg

Heftet om ungdoms sorg inkluderer både sorg når ungdom mister noen de er glade i, og sorgen de opplever når de selv eller noen av deres nærmeste blir alvorlig syke eller skadde. Det er rettet mot ungdom, men gir nyttig informasjon også til familie, skolen, trenere og andre som er i kontakt med ungdom. Heftet omhandler sorgreaksjoner, død, ritualer, hjelp, støtte og livserfaringers betydning for sorgen. "Ungdom og sorg" er utgitt i samarbeid med Foreningen "Vi som har et barn for lite", Kreftforeningen, Landsforeningen for trafikkskadde, LEVE - Landsforeningen for etterlatte ved selvmord.

Skolebarn og sorg

Her forteller barn selv hva sorg er, hvordan barn sørger og hva som hjelper i sorgen. En del av heftet er rettet mot voksne og forteller hvordan man best kan støtte barn i sorg. En egen del er skrevet til sørgende barn (5-12 år) og deres venner. Heftet er gjennomillustrert med barnetegninger. Heftet er utgitt i samarbeid med Foreningen "Vi som har et barn for lite", Kreftforeningen, Landsforeningen for trafikkskadde, LEVE - Landsforeningen for etterlatte ved selvmord og Voksne for barn.

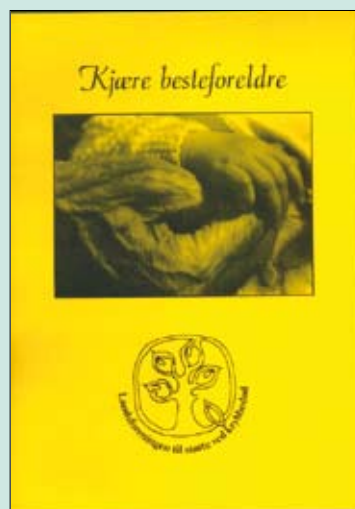


Små barns sorg

Dette heftet gir god innsikt i temaet barn og sorg og omhandler hvordan barn sørger etter at de har mistet noen de er glad i. Også barn sørger på forskjellige måter og det handler om å gi rom for at barn får uttrykke seg på sin måte. Heftet gir konkrete råd for hvordan vi som voksne kan være til hjelp og støtte for barn i sorg. (Bestilles fra Bufetat; www.bufetat.no/foreldreveiledning bestillingsnr.Q-0935).

Kjære besteforeldre

En brosjyre rettet mot besteforeldre som har mistet sitt barnebarn. Brosjyren omhandler den doble sorgen besteforeldre ofte opplever. Den gir råd om hvordan besteforeldre kan støtte sine voksne barn som har mistet sitt barn samtidig som det skal gis rom for egen sorg over barnebarnet.





Gravferdsveiledning – for foreldre som har mistet et lite barn

Heftet er ment som en veiledning til etterlatte foreldre og til de profesjonelle som er rundt foreldrene de første dagene. Det gis informasjon om det å ta farvel med sitt barn slik at foreldre kan ta beslutninger som er riktige for dem.

Særlig beskrives hvilke muligheter foreldrene har til å sette sitt personlige preg på gravferden.

Parforhold og sorg ved tap av barn

Sorg er en stor belastning – også på parforholdet. Par opplever ofte at de sørger ulikt. Kommunikasjonen mellom foreldrene blir ofte vanskelig fordi man mangler kunnskap om hvordan foreldre bruker ulike strategier for å håndtere sorgen. Dette kan også føre til problemer med seksuallivet. Gjennom dette heftet får foreldre kunnskap om hvilke utfordringer sorgprosessen kan innebære. Slik gis foreldre mulighet til å forstå og akseptere forskjellige måter å sørge på.



Nytt svangerskap etter tapet av et barn

Dette heftet retter seg mot foreldre som etter å ha mistet barn ønsker eller venter nytt barn. Å være gravid mens en sørger er ofte tøft. Her beskrives de forbudte følelsene; gleden over nytt liv og angsten for å miste igjen. Andre tema er tilknytning til det nye barnet, ivaretagelse av søsken, parforholdet og møte med hjelpeapparatet. Heftet er også av stor nytteverdi for helsepersonell.

Når barnet dør – en brosjyre for helsestasjonen

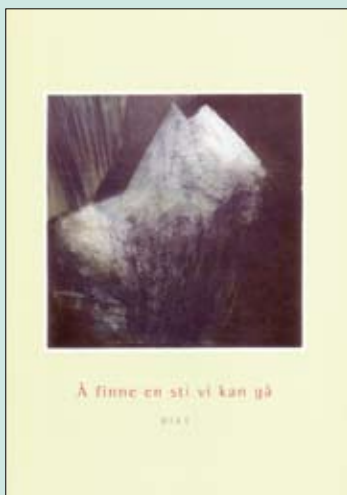
Dette heftet retter seg mot helsestasjonen, samt helsesøstre og jordmødre i primærhelsetjenesten. Heftet gir innblikk i etterlatte foreldres tanker og behov etter å ha mistet barn. Heftet omtaler myter om sorg og sorgprosessen, og formidler forslag til hvordan helsestasjonen kan følge opp familien ved et barns død.



Dikt – Å finne en sti vi kan gå

Her er det samlet dikt og tekster som foreldre og annen nær familie har skrevet eller funnet trøst i da de selv opplevde at et barn døde. Diktene, som omhandler sorg og savn, håp og glede, er skrevet for etterlatte, men kan gjerne leses av andre som møter mennesker i sorg. Bokens dikt og tekster er anonymt utvalgt av en forfatter i samarbeid med en redaksjonskomité.

Boka koster kr 100,-

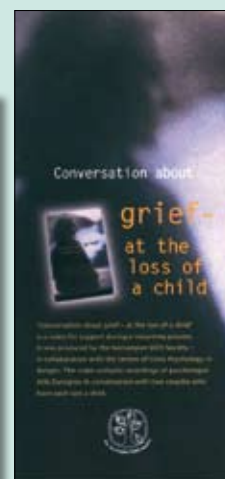


Trygt sovemiljø for spedbarnet

Denne lille informasjonsfolderen beskriver hvordan spedbarnet kan sove trygt både i egen seng på foreldrenes soverom eller sammen med foreldrene i foreldresengen (samsoving). Brosjyren har lite tekst og store illustrasjoner og er utarbeidet i samarbeid med Helsedirektoratet og Ammesenteret. Heftet bestilles fra Helsedirektoratet: trykksak@helsedirektoratet.no

DVD: Samtale om sorg - ved tap av barn

Dette er en dvd til sorgstøtte for foreldre og er ment som et supplement og / eller et alternativ til deltagelse i sorgstøttegruppe. Den er også meget godt egnet for helsepersonell og fagpersoner som ønsker å møte de sørgende med større innsikt og forståelse. DVDen koster kroner 100,- + porto. Den finnes også med engelsk undertekst.



Krybbedødspermen

Krybbedødspermen (revidert 2004) er en veileder for helsepersonell ved krybbedød og annen barnedød. Permen inneholder informasjon og anbefalinger om utvikling av rutiner for hvordan helsepersonell tar i mot og følger opp familier som mister barn. Permen kan være en viktig ressurs og gi verdifull bakgrunnskunnskap som sikrer at foreldre får den informasjonen de trenger vedrørende dødsfallet, obduksjon, oppfølging, rettigheter samt sorgreaksjoner. Abonnement på Krybbedødspermen koster kr 100,- (engangsavgift) + porto. Revisjoner tilsendes abonnentene automatisk



Tantes største sorg

– Å miste egne barn må være det verste man kan oppleve, men å miste et tantebarn må være det nest verste, sier Oddny Sandstøl Frisk, som mistet niesen, Siri, ved fødselen for snart tre år siden.

Tekst: Line Schrader

– Vi er fem søsken. Alle vi andre hadde barn. Nå var det endelig søsteren vår på 36 år sin tur, og vi gledet oss på hennes vegne, forteller Oddny. Hun har en familie med tette bånd der alle bor i nærheten av hverandre.

– Søsteren vår hadde gått over tiden og ble satt på kur for å starte fødselen. Hele familien var i beredskap og ventet spent. Vi gikk til slutt og la oss før vi hadde hørt noe, men vi undret oss fordi det skulle gå raskt når fødselen først ble satt i gang, forteller Oddny.

På morgenen ringte moren. Det hadde vært komplikasjoner ved søsterens fødsel. Navlestrengen hadde kommet i klem, så lille Siri hadde ikke fått



nok luft. Hun døde kort tid etter fødselen.

– Det var et forferdelig sjokk. Vi var helt uforberedt. Søsteren min hadde hatt et helt normalt svangerskap, det var ingen tegn til at noe var galt, sier Oddny.

Søsteren og mannen hennes dro rett hjem etter at Siri døde, de orket ikke å være på sykehuset.

– De dro direkte til mor og far der alle vi søsknene allerede var samlet. Denne formiddagen er det tøffeste jeg har opplevd.

Vi hadde ikke annet valg enn å være der sammen med dem. Det gjorde forferdelig vondt å

kjenne på sorgen og smerten både for dem og for oss. De fortalte om alt som hadde skjedd. Vi snakket masse sammen, forteller Oddny, som syntes det var vanskelig å vite hva de skulle si og gjøre.

– Sammen klarte vi også å tenke litt praktisk, både i forhold til søsteren min, som nettopp hadde født, og litt frem mot begravelsen. Det var godt å kunne hjelpe til med noe praktisk, det lettet litt på trykket.

Sorg over en ukjent

– Jeg har selv født tre barn og kjent på den enorme gleden dette er. Jeg vet hvor stort dette hadde vært for meg, og det var så vondt at søsteren min ikke skulle få oppleve det, men komme tomhendt hjem fra sykehuset, sier Oddny.

– Å miste sine egne barn må være det verste man

kan oppleve, men å miste et tantebarn må være det nest verste. Det var så fælt å se hvor vondt søsteren min hadde det, forteller Oddny som skrev diktet "Tante sitt gull" til Siris begravelse:

– Det kom bare av seg selv, jeg skrev det rett ned. Diktet sier noe om de følelsene jeg hadde. Jeg fikk jo aldri anledning til å bli kjent med Siri. Vi vil aldri få vite hvem Siri ville vært. Det blir litt uvirkelig, jeg sørget over noen jeg ikke kjente. Det ble nok mest en sorg over min søsters sorg.

Viktige bilder

Oddny fikk aldri selv se Siri. Søsteren ville huske Siri som hun var da hun var varm og myk, og ville ikke se henne etter det. Oddny er glad for at det ble tatt mange bilder av Siri på sykehuset. Helsepersonellet lagde også en minnebok der de skrev inn alt som hadde skjedd, limte inn bilder og dikt.

– Midt oppi all sorgen imponerte det meg at helsepersonellet brukte så mye tid på å lindre sorgen mest mulig og lage et fint minne av Siri. Denne boka har vært veldig fin for hele familien. Slik fikk vi se hvordan Siri så ut og bli litt mer kjent. Siri var jo helt fullbåren. Vi kan se familielikheten.

Lettelse med nytt barn

Søsteren ble raskt gravid igjen.

– Vi gikk alle med hjertet i halsen. Det var blandete følelser, vi var mest glade, men også redde. Det var en tøff tid, sier Oddny. Heldigvis gikk alt fint denne gangen, og lille Ida ble født ett år og en uke etter at Siri døde.

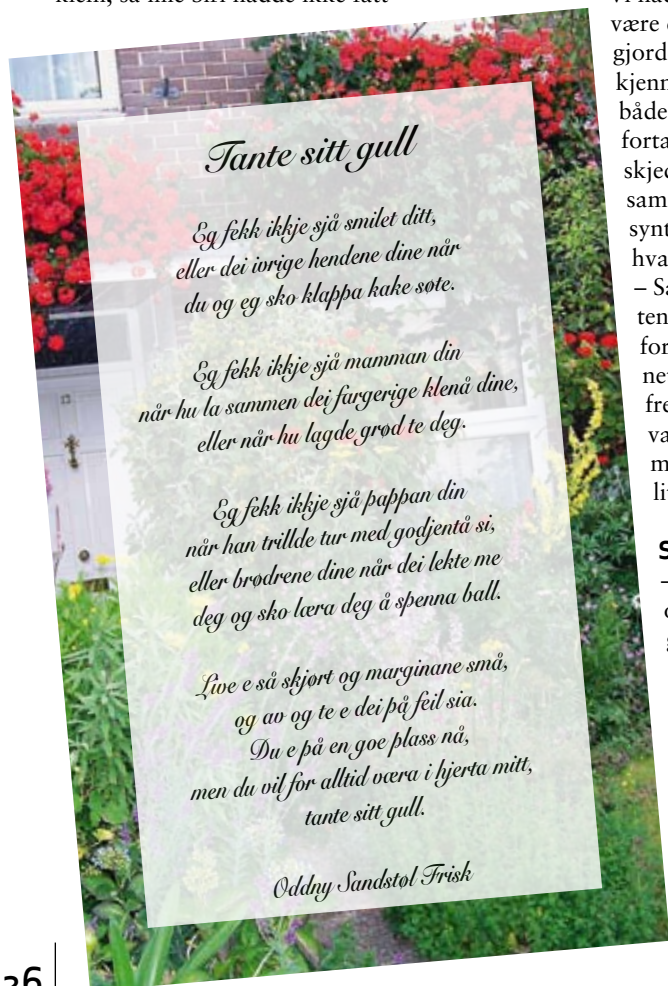
– Det var flott at det ble en ny jente, det var det søsteren min ønsket seg. Familien opplevde det som en stor lettelse, fokuset fra Siri ble flyttet over på Ida, sier Oddny, men legger til:

– Vi minnes fortsatt Siri, foreldrene mine har bilde av henne stående framme, og vi markerer dagen hun ble født og døde.

Hun er en del av familien, men vi snakker ikke så mye om henne lenger. Det er Ida vi er opptatt av nå.

– Å miste tantebarnet mitt er den største sorgen jeg har opplevd, sier Oddny, som er 45 år gammel.

– Nå leser jeg dødsannonser og legger merke til alle som dør rundt fødselen. Det gjør også søsteren min. Hver gang kjenner jeg et stikk i hjertet. Jeg tenker på sorgen og smerten de opplever. Det er vondt å høre om flere, avslutter Oddny.



Forferdelig også for nettverket

– Å miste et barn man har stått veldig nært er forferdelig enten du er tante, bestemor eller mors bestevenn. Sorgen kan ikke alltid graderes etter slektskapsnærhet, det viktigste er hvor nært forhold man hadde til barnet som døde og de etterlatte foreldrene, sier dr. philos Kari Dyregrov ved Senter for Krisepsykologi.

– Denne tanten hadde tydelig et svært nært forhold til søsteren sin og dermed til det døde barnet, sier Dyregrov når hun hører Oddnys historie. Kari Dyregrov har forsket på møtet mellom etterlatte og deres sosiale nettverk, og ga sammen med ektemannen Atle Dyregrov ut boken ”Sosial nettverksstøtte ved brå død” i 2007 (se intervju i *Oss foreldre imellom* 3.07).

– Ved dødfødsel sørger nære venner og familie over noen de ikke kjente. Det er en sorg over forventningene, fantasiene og forestillingene man hadde av hva man skulle gjort sammen med barnet, hvordan barnet skulle bli. Tapet av en framtidig rolle som for eksempel tante eller bestemor blir viktig, slik spiller også det nære biologiske forholdet til barnet inn. Man sørger mer over dette enn tapet av selve personligheten, for den vet man ingen ting om, sier Dyregrov. Hun understreker at det er mange paralleller til å miste barn etter fødselen. I sitt forskningsarbeid intervjuet hun nettverket rundt etterlatte ved krybbedød og selvmord.

– Blant medlemmene i det sosiale nettverket ved krybbedød, var det mange som kjente barnet relativt lite, og noen hadde aldri møtt barnet. Forholdet til barnet var ikke det som slet mest på dem, det var sorgen til de etterlatte. De ville gi dem alt de kunne, likevel var det ikke nok. Derfor var det for mange godt å kunne hjelpe til med noe praktisk som de så at foreldrene satte pris på.

Nytt barn, ny utfordring

Når etterlatte foreldre får et nytt barn, er det nye utfordringer både for foreldrene og det sosiale nettverket.

– Det finnes mange måter å forholde seg til et nytt barn, både blant foreldre og det sosiale nettverket. Det er foreldre som kun dveler ved det som var og ikke klarer å forholde seg skikkelig til det nye barnet. Dette kan tyde på komplisert sorg, foreldrene kommer seg ikke videre.



Det andre ytterpunktet er de som bare forholder seg til det nye barnet. Det beste er nok å finne en balanse. Det nye barnet må ikke bli et erstatningsbarn, sier Kari Dyregrov og fortsetter:

– De etterlatte setter som regel stor pris på at nettverket nevner det døde barnet innimellom. Samtidig er det store individuelle forskjeller i hvor stort behov foreldre har for å snakke. Er man usikker om det er ønsket eller ikke, bør man rett og slett bare spørre foreldrene (se ”Ikke alltid bra å snakke”, s. 29).

– Om foreldrene ikke snakker om sorgen og det døde barnet, men fungerer fint i livet ellers, så er det ingen grunn til bekymring. Det høres ut som denne familien har funnet en grei balanse med å ta minnene om det døde barnet med seg, samtidig som de i det daglige er mest opptatt av det nye barnet, sier Dyregrov.

Frivillighetsprisen 2008

Kjenner du en initiativrik person, lokal forening eller en gruppe som har gjort en bemerkelsesverdig innsats for samfunnet rundt seg, og som fortjener en ekstra takk for innsatsen?

Da bør du klikke deg inn på nettsiden www.frivillighetsprisen.no og nominere din kandidat til Frivillighetsprisen 2008. Nominasjonsfristen er 1. oktober.



2008 international
stillbirth conference



World Health
Organization

Delta på internasjonal dødfødselkonferanse i Oslo!



5.-7. november arrangeres en stor internasjonal konferanse om dødfødsler i Oslo. Blant foredragsholderne er flere medlemmer i Landsforeningen uventet barnedød. Landsforeningen kan dekke reise- og oppholdsutgifter for medlemmer som ønsker å delta. Vi har fortsatt ledige plasser, men vær raskt ute, det er førstemann til mølla!

Les mer om konferansen på www.lub.no. Vi ber om at medlemmer som ønsker å delta, tar kontakt med LUB på mail post@lub.no eller telefon 22 54 52 00.

Omgivelser

Mange av oss som mister barnet vårt plutselig og uventet opplever at det sosiale nettverket rundt oss svikter.

Som regel fungerer nettverket bra rett etter barnets dødsfall og tiden rundt begravelsen. Men etter begravelsen er interessen dalende. Familier og venner sukker lettet ut, og føler selv at de har vært til stor støtte, og det har de også vært. Men for oss foreldre så har den lange veien tilbake til livet så vidt startet. Det harde arbeidet det krever å bygge



Landsforeningen uventet barnedød takker KIWI for støtte til Informasjonskampanjen
Denne siden opp

KIWI

opp ny tillit til livet, en tro og et håp om at livet vil oss noe, og helst noe godt, er så vidt i gang.

Det ligger en forventning fra omgivelsene om at sorgen har en tidsramme. Tidsrammen på hvor lenge foreldre skal sørge blir ofte målt i alderen på barnet. Mistet du barnet ditt i mors liv, så er det ikke alle som vil gi deg like god aksept på sorgen som hvis barnet ditt ble levende født.

Vi foreldre forventer at omgivelsene skal forstå at i det øyeblikket du får vite at du er gravid bygges det en relasjon. Helt uavhengig av hvor lang denne relasjonen ble, død i mors liv, komplikasjoner ved fødselen, krybbedød seks måneder, hjer-tefeil tre år, død i ulykke fire år, er den tiden vi fikk med dette barnet, et helt liv for oss. Døren som stod på gløtt til det vi trodde var vår framtid, er lukket, og det tar tid å finne en ny dør.

Sorgen blir forsterket når venner eller familie ikke forstår dette. Det blir enda en tapt relasjon å sørge over. Å oppleve at en du trodde var din beste venn, ikke lar høre fra seg. Eller en slektning som sier etter at begravelsen er over "ja, ja jenta mi, det er godt det er over, så du kan ta fatt på hverdagen igjen, når var det du skulle begynne å jobbe?" Eller en god arbeidskollega som tre måneder etter dødsfallet sier "Ja nå er vel alt bra?" Eller en venn som sier to år etter barnets død: "Herregud jeg blir så deppa når du prater om den døde ungen din, kan ikke du prate om noe annet, blir du aldri ferdig med det?" Eller en medfølende nabo som griper tak i deg med en fortvilet mine "nå forstår jeg hvordan du har det" Og du kjenner kulden tar tak i deg og spør tilbake; "har du også mistet barnet ditt?" "Nei, nei, jeg har mistet hunden min". Og eksemplene om uærbødige kommentarer og handlinger som har blitt meg fortalt kunne fylle opp et titall med sider.

Nå er det sikkert noen som leser dette

“ Det ligger en forventning fra omgivelsene om at sorgen har en tidsramme. Tidsrammen på hvor lenge foreldre skal sørge blir ofte målt i alderen på barnet.



som synes jeg er urettferdig, og det er fint. For det betyr at dere har stått sammen med oss som har mistet barn når vi har trengt det. Det er mange flinke folk som har en forståelse for alt dette som jeg har sagt, og takk og pris for dere. Nå i skrivende stund er det atten år og åtte måneder siden Marte døde. Skal jeg fortelle dere en hemmelighet? Før jeg tør å fortelle min hemmelighet, må jeg forsikre dere om at jeg er helt normal. Jeg bruker ikke nervepiller eller går på jevnlig besøk til psykolog. Ikke at det er noe galt med det. Jeg har lang utdannelse, god økonomi og to vellykkede barn, kort sagt normal. Viktig å fortelle at jeg er normal! For min hemmelighet er: "Jeg sørger enda!" Nå er det sagt. Jeg vil bare si en gang til: "JEG ER NORMAL!". I et av de hemmelige rommene inni meg er det en smerte og en sorg. Noen ganger har jeg behov for å gå i dialog med denne smerten og sorgen for å vekke til live minnene om et barn jeg skulle hatt. Følelsen av at det hendte meg et barn i en annen tid i en annen virkelighet blir borte. For mange av oss er smerten det eneste bevis på at barnet vårt har vært, og vi ønsker ikke at den skal forsvinne. Husk, jeg er normal!

Ellen Gyllensten Alvestad

Slik mediene ser det

I denne spalten skriver vi kortfattet om stoff som omhandler forskning på og forebygging av plutselig barnedød, samt sorg. Hvis du ønsker å lese hele artikler, kan du kontakte Landsforeningens hovedkontor for å få tilsendt kopi av artikkelen eller avisutklippet.



Viktig å kjenne spark i magen

Etter at gravide ble bedt om å følge nøyerer med på fosterbevegelsene til barnet i magen, har antall dødfødsler i Norge gått ned. Prosjektet Tell Trivselen kan ha bidratt til den positive utviklingen, skriver *Gravid* nr. 4/08. (Se også *Forskningsnytt* s. 14)

Nytt hefte om barnedød

Gravid, *Mamma* og *Stavanger Aftenblad* har i sommer hatt store oppslag om å miste barn i dødfødsel i forbindelse med Landsforeningens nye informasjonshefte *Når et lite barn dør – i mors liv, ved fødselen eller i sine første leveår* (se også brosjyreoversikt s. 24-27). Camilla Emilie Hatleskog, som mistet sitt første barn, Jesper, i dødfødsel, er hovedforfatter og initiativtaker til heftet. – Med hjelp fra Landsforeningen uventet barnedød klarer jeg nå å gjøre det tragiske dødsfallet om til noe som kan ha stor betydning for andre foreldre. Det er en god følelse!, sier Hatleskog.

Bakteriell infeksjon knyttes til krybbedød

En studie fra Storbritannia viser en sammenheng mellom bakteriell infeksjon og krybbedød, melder *ABC Nyheter* i mai. Prøver fra babyer som døde på uforklarlig vis, hadde større sjanse for å være infisert med potensielt skadelige bakterier. Studien er publisert i det anerkjente tidsskriftet *The Lancet*.

Sommel med dødsstedsundersøkelser

Aftenposten, ANB-NTB og diverse lokalaviser melder i juni at to lands-

dekkende ekspertgrupper skal undersøke alle omstendigheter rundt barnedødsfall. Alle som mister barn under tre år, skal få tilbud om dødsstedsundersøkelse.

Hensikten er å rekonstruere hendelser så detaljert som mulig, for på den måten å kunne fastsette en dødsårsak, skriver *Aftenposten*. – Vi har kjempet lenge for dødsstedsundersøkelser, sier generalsekretær Trond Mathiesen i Landsforeningen uventet barnedød.

TV 2 Nyhetene setter i august fokus på myndighetenes sommel med å innføre dødsstedsundersøkelser ved uventet barnedød. Ann Kristin Willberg mistet lille Josefine i krybbedød, men ingen kunne si hvorfor hun døde. Dødsstedsundersøkelser kunne gitt bedre svar. Tidligere helseminister Sylvia Brustad sier at konflikter er en årsak til forsinkelsene. Stridstemaet har bl.a. vært helsepersonells taushetsplikt. – Vi har gått inn for at den skal kunne fravikes ved mistanke om at det har skjedd noe kriminelt, sier Brustad. Et forslag om innføring av dødsstedsundersøkelser er nå ute til høring, men selve undersøkelsene vil tidligst komme i gang neste år. (Les mer på www.lub.no)

Englesiden.com

KK forteller i juni om Anita Owren som startet diskusjonsforumet Englesiden.com i 2004 etter å ha mistet sønnen Odin ved fødselen. Englesiden er et lukket forum for dem som har mistet barn. Psykolog Atle Dyregrov er generelt positiv til hva internett kan tilføre mennesker i sorg: – Sorggrupper er viktige, men kan være et tungt skritt å ta. Da er det enklere å ha internett hjemme og regulere det selv.

Ikke alltid bra å snakke



Vi må respektere dem som ikke ønsker å snakke om noe fælt som har skjedd. Vi må ikke «tvinge» mennesker til å snakke om sine innerste reaksjoner umiddelbart, skriver psykolog Atle Dyregrov i en kronikk i *Aftenposten* i august.

Et lite utdrag: Gjennom mange års praksis som psykolog har jeg stadig møtt eller blitt kontaktet av mennesker som er bekymret for noen som ikke vil snakke om noe forferdelig de har opplevd. I en årrekke har mitt svar til foreldre og andre som er engstelige for det manglende uttrykket vært å spørre hvordan det ser ut til å gå med vedkommende. Har personen endret seg dramatisk? Trekker han eller hun seg unna andre mennesker og isolerer seg? Går det ikke bra på skole eller i arbeid? Om de svarer ja til alt dette, er det grunn til uro, men hvis ikke ber jeg dem senke skuldrene og respektere at de ikke ønsker å snakke eller uttrykke sine tanker og følelser om det som har skjedd og at det er mange som greier seg utmerket uten slike uttrykk. (...) Det finnes en relativt stor gruppe, rundt 20 prosent, som hverken før eller senere uttrykker sterke sorgreaksjoner. De vender raskt tilbake til sin hverdag og greier seg utmerket i ettertid. (...) Vi skal ikke tvinge noen til å snakke, men legge til rette for at de som ønsker dette, får anledning. (Les hele kronikken på www.aftenposten.no. Link er lagt ut på www.lub.no).

Pengegaver gir rett til skattefradrag

Gaver til Landsforeningen uventet barnedød gir rett til skattefradrag på 28%. For gaver øremerket forskning er det ingen nedre beløpsgrense. Øvre beløpsgrense er 10.000 kroner (eller inntil 10% av nettoinntekt). For generelle gaver kan skattefradrag oppnås dersom du gir minst 500 kroner til Landsforeningen uventet barnedød i løpet av et år. Du kan få skattefradrag for inntil 12.000 kroner. Dersom du ønsker skattefradrag for din gave må navn og fødselsnummer (11 sifre) fylles ut. Bedrifter må oppgi organisasjonsnummer (9 sifre).

Velkommen som giver på www.lub.no



Landsforeningens bærebjelke er aktivitetene som fylkeslag og lokallag inviterer til over hele landet – hele året! Under Norge Rundt kan du lese mer om hva som foregår. Kanskje får du også noen tips til aktiviteter? Vær vennlig og skriv billedtekster bak på bildene dere sender til Oss foreldre imellom.



En del av familiene samlet utenfor hovedhuset på det gamle handelsstedet på Kjerringøy.

Nordland Fylkeslag: Familiehelg på Kjerringøy

Vi her i Nordland fylke fikk endelig til familiehelg - og hvilken helg det ble. Tretten voksne og ni barn dro til Kjerringøy fredag 22. august.

Vi bodde på Kjerringøy prestegård. Der leide vi både hovedhuset og fjøset, og undertegnede trivdes utmerket i fjøset! Fredagen øste regnet ned, det var som om alle slusene åpnet seg på en gang. De første ankom rundt middagstider fredag, og de siste kom sent på kvelden. Da ordna vi til med god mat og presentasjonsrunde. Barna fant hverandre fort, og det gjorde sannelig de voksne også. Det ble ganske sent før det var stille på prestegården denne natten. Lørdagen opprant med nydelig vær, og etter frokosten tok vi en tur til det gamle handelsstedet. Der fikk vi omvisning på selve stedet, og inne i hovedhuset. Det var en opplevelse, med en flink guide som fortalte historien bak alle disse flotte bygningene. Vi var både i fengsel og på bakeri, og naturen rundt er ubeskrivelig flott. Etterpå var det kafébesøk, før Toril Kristoffersen og barna dro på tur i fjæra for å finne ting i naturen til minnestunden. Vi voksne ordna til grilling, mens Toril, Åke (Torils sønn, red.anm.) og barna ordna til minnestund. Det ble en flott minnestund, de hadde virkelig lagt sin flid i å gjøre det så koselig som mulig. Etterpå var det grilling og masse god mat. De fleste måtte ha seg en strekk etter

matorgien. Utover kvelden ble det spilt spill av diverse slag og mange verdensproblemer ble løst. Vi kosa oss virkelig. Søndagen var det full sommer i nord, og barna dro av gårde på ridning. Mens de var på ridning, var det på tide å pakke ned og vaske. Ett flott teamwork gjorde at denne jobben gikk som smurt. Det var snart på tide med avskjed, selv om de fleste hadde lyst til å forlenge denne helga. Nord-Norge viste seg virkelig fra sin aller beste side denne søndagen. Når man i tillegg er i så godt selskap, var ikke hjemlengselen særlig stor. Toril har vist seg som den fødte ”tigger”, så vi ble sponset med masse frukt og grillmat fra butikker i Bodø. Vi hadde så masse mat at vi ei stund lurte på om vi skulle starte med salg av grillmat for å tjene inn utgiftene på helga, men undertegnede er jo sykepleierstudent og må tenke på ”skikketheta” si. Dermed var det bare å spise mer mat... Vi hadde ei fantastisk helg, det er nesten som om vi var i vår egen lille verden der ute. Alle storkosa seg, både store og små, og det ble knytta vennskap for livet på prestegården på Kjerringøy. Det å få møte andre som har opplevd akkurat det samme som en selv, er en utrolig følelse, ikke rart at vi følte oss som en stor, lykkelig familie nesten fra første minutt! Vi hadde til og med en egen ”Denne siden opp”-baby, lille Vilo (Victoria Louise, Åkes datter og Torils barnebarn), hun gikk fra fang til fang og sjarmerte hele gjengen. Alt i alt var dette et suverent arrangement



Kos med grillmat lørdags kveld. Bak f.v. Martine og Selina, foran f.v. Vegard og Jørgen.

som ga skikkelig mersmak. Vi er allerede i gang med planlegginga av neste familiehelg her i Nordland.

*Elisabeth Langstrand,
fylkeslagsleder i Nordland*

Østfold fylkeslag:

Synliggjør Landsforeningen på stand 25. oktober og 1. november

Landsforeningen uventet barnedød/Østfold fylkeslag har stand på Torvbyen i Fredrikstad lørdag 25. oktober kl. 11-14 og på Storbyen i Sarpsborg lørdag 1. november kl. 11-14. På standene vil vi dele ut informasjonsmateriell og være tilgjengelige for en prat.

Minnestund i Fredrikstad 1. november

Lørdag 1. november kl. 15 blir det minnestund i Gamle Glemmen kirke i Fredrikstad. Det blir musikk, diktlesning og lystenning for barna vi har mistet, etterfulgt av sosialt samvær. **Velkommen!**

Knut Refsdal, Østfold fylkeslag

Hedmark/Oppland og Oslo/Akershus fylkeslag: Familiehelg på Hunderfossen

20.-22. juni arrangerte Hedmark/Oppland og Oslo/Akershus fylkeslag familiehelg på Hunderfossen familiepark.

Vi ble sju familier til sammen som møttes på Peppes pizza fredag kveld, etter at vi hadde «flyttet inn» i store fine leiligheter på Solsiden. Vi ordnet med bord sammen og fikk pratet og blitt litt kjent mens vi koste oss med pizza.

På lørdag møttes vi ved inngangen og var kjempeklare for en fin dag i parken, store og små. Humøret var stabilt strålende hos samtlige, mens været var mer ustabilit, men stort sett var det oppholdsvær. Da vi samlet oss utenfor leilighetene for å grille lørdag kveld, fikk vi sol fra skyfri himmel. Herlig! Vi koste oss med pølser, brus og litt godteri, og pratet gikk lett. Silje Tollefsbøl leste et dikt hun hadde skrevet selv, og det ble en fin opplevelse. Noen var nok slitne etter en lang dag



med full fart og tok tidlig kvelden, mens andre hadde rukket å sove litt før grillinga og kunne sitte oppe litt lenger. Det var veldig avslappende at her kunne alle gjøre det som passet best for en sjøl. Søndag var vi også i parken alle sammen, men det var varierende hvor lenge. Dette var første gang jeg var med på familiearrangement i regi av LUB, og jeg

var veldig spent på forhånd. Det ble en veldig fin og spesiell opplevelse som frister til gjentagelse. Dette håper jeg vi får til neste år også, gjerne med flere familier i tillegg til dem som var med i år.

*Tone Fagerheim,
Oslo/Akershus fylkeslag*



Aksel Degrell og Joachim Bryni sitter på trollet.

Når våren kommer
med sin sol og varme
til meg
da tenker jeg:
Nå kommer blomster fram
og hvisker navnet
til min bror.
Jeg lukker mine øyne
og jeg kjenner
at han tar på meg.
Han vil være min vår.

*Silje Tollefsbøl
(dikt lest opp på familiehelgen)*

Agder fylkeslag:

Minnestund Allehelgensdag på Christiansholm festning i Kristiansand

Søndag 2. november blir det igjen minnestund på Christiansholm festning i Kristiansand. Det blir diktlesning, levende sang/musikk og lystenning for barna vi har mistet. Etterpå blir det samlingsstund med kaffe og kaker. Foreningen "Vi som har et barn for lite" er også med på arrangementet. Nøyaktig tidspunkt kunnegjøres på www.lub.no (Se: Medlemmer – Lokal aktivitet – Agder fylkeslag) og i annonse i Fædrelandsvennen og Agderposten.

Velkommen!

Ingvild Lunde, Agder fylkeslag

ET BARN FOR LITE

En konsert med håp og kjærighet til trøst for alle som har mistet det aller kjæreste.

**Jo Nesbø & Lars Jones
Svein Tindberg
Benedicte Torget
& Øystein Sevåg**



**Allehelgensaften, lørdag 1.nov
kl.1800 i Kulturkirken Jakob**

kr. 150 + avgift. Kun 500 plasser.
Billetter på Posten, tlf: 815 33133
eller
klikk her: www.billettenservice.no.

Alle barn - se her!

Tro om de voksne vil tjuvlese?

Hei alle barn!

Det høres kanskje rart ut, men mange voksne er litt redde for å møte barn som har sorg. De vet ikke helt hva de skal si eller gjøre. Derfor er det noen voksne som unngår å snakke med dere om det som er vanskelig. Og det synes vi er dumt. Derfor har vi lagd samtale- og lekekassene. Det er en kasse med leker, bøker, tegnesaker og mange andre ting til barn. Noen foreldre som vi kaller for kontaktpersoner, har fått kassene.

Kontaktpersonene prøver å hjelpe familier der barn har dødd. Kontaktpersonene har selv mistet barn, så de forstår hvor fælt det er. Vi håper kontaktpersonene tør å møte og hjelpe mange barn nå som de har fått så fine kasser. Kassene kan nemlig hjelpe både dem

og dere barna til å leke og snakke sammen om det dere har opplevd. Flere barn har fått prøve kassen så langt, og vi har hørt at det har vært fint. Kanskje du er en av dem?

Hilsen fra Line



Innholdet i samtale- og lekekassen.

Bokomtale

Himmelen bak huset

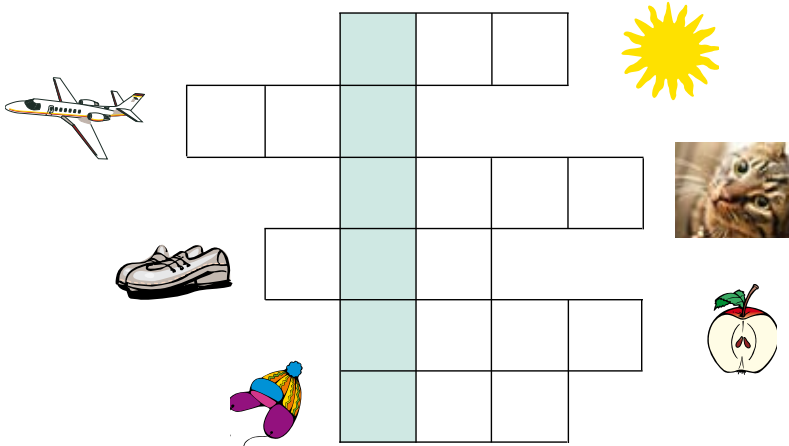


Gaute Heivoll, illustrert av Øyvind Lauvdahl.
Cappelen Damm 2008.

*Mammaen til Jon er død.
Likevel kommer hun alltid for å si
god natt til Jon når han ligger i
sengen sin og skal sove.
Men en kveld kommer hun ikke.
Jon får ikke sove.
Heldigvis får pappa en idé.
Han binder en rød tråd rundt store-
tåen sin, så kan Jon nappe i sin ende
av tråden, om han skulle bli redd.
Litt utpå natten bråvåkner Jon.
Han drar forsiktig i den røde tråden.
Pappa svarer ikke.
Jon står opp og følger tråden. Den
går ikke inn på pappas soverom.
I stedet forsvinner den ut i mørket.*

Boken berører Jons sorg og savn på en var og fantasifull måte. Den røde tråden bringer ham på et slags magisk vis nærmere en mamma han nesten ikke husker, for han var bare fire år da hun døde. Det er spennende å følge Jon og den røde tråden. Boken kan være fin å lese for barn i sorg, uansett om det er en mamma, søster, bror eller noen andre dere er glade i som er død.

Ny konkurranse



Løs bildekryssordet og send inn løsningsordet, gjerne på et postkort eller over e-post. Husk navn, alder og adresse! Lykke til!

Ler du?

Ole: «Pass deg for den stanga der borte!»

Knut: «Hvilken stangngngngng...»

En mann gikk over til naboen og sa: «Hunden din forfølger en politimann på sykkel!»

«Umulig!», sa naboen, «Hunden min kan ikke sykle!»

«Jeg vil bli astronaut og reise til solen.»

«Men der er det da altfor varmt?»

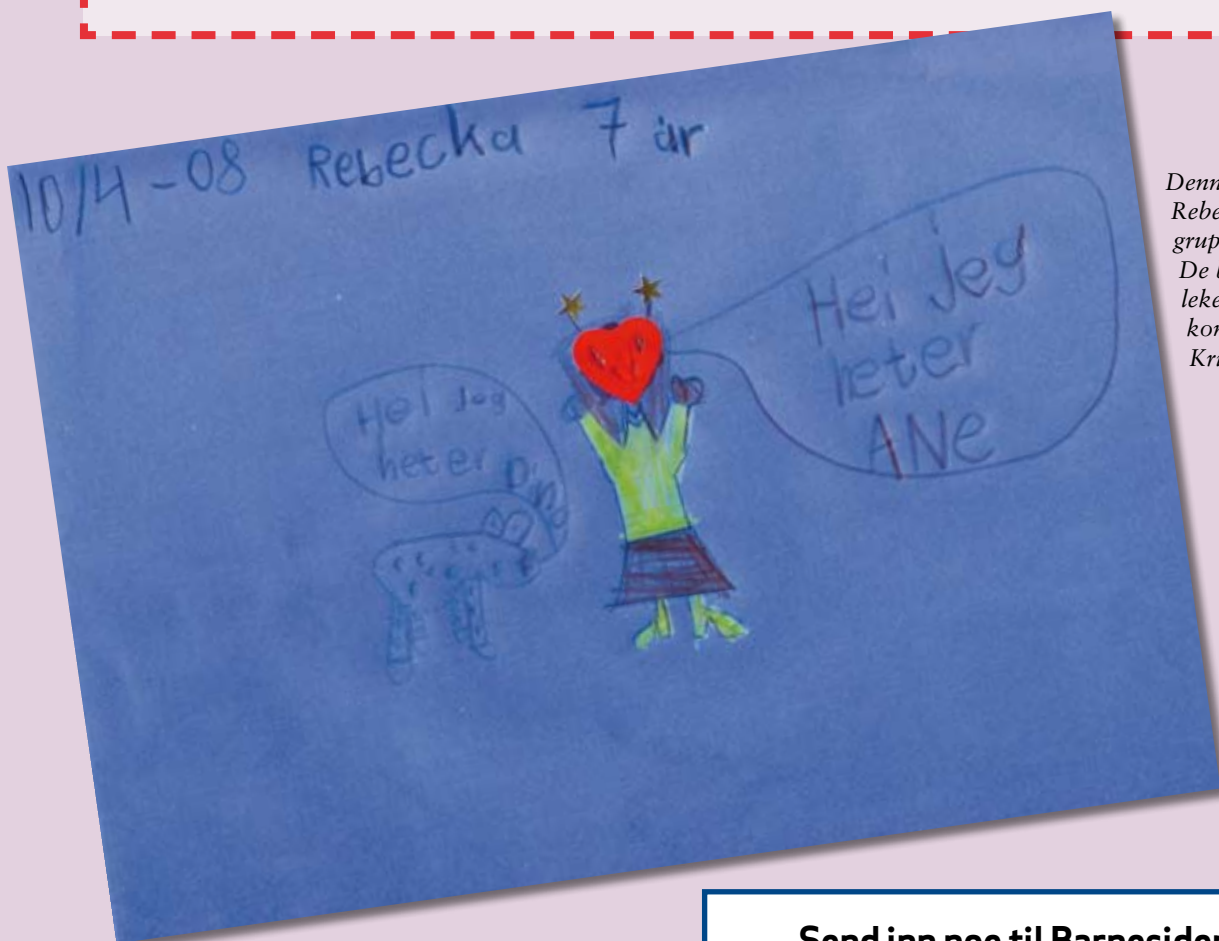
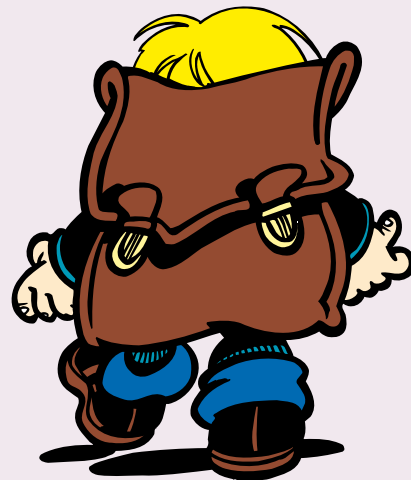
«Nei da, jeg reiser om natten.»

Frisøren: «Hvordan skal jeg klippe deg?»

«Sånn som min bror.»

«Hvordan har han det da?»

«Jo takk, bare bra.»



Denne flotte tegningen har Rebecka (7 år) tegnet på gruppe for barn i Bodø. De bruker samtale- og lekekassen sammen med kontaktperson Toril Kristoffersen.

Svar på konkurranse

Jan Inge Lamo, 14 år, fra Fjellhamar, fant riktig løsningsord på forrige konkurranse. Gratulerer! Løsningsordet var "Tivoli". Overraskelse kommer i posten!

Send inn noe til Barnesidene da vel!

Har du en historie, en tegning, et dikt, en vits eller noe annet du har lyst til å dele med andre? Send det til: Barnesidene, Landsforeningen uventet barnedød, Ole Fladagers gt 1A, 0353 Oslo eller send e-post til line@lub.no.

Husk å skrive navn, adresse og alderen din på alt du sender inn til bladet!

Landsstyret



Helge Gautvik (leder)
Hestehagen 6
6421 Molde
Telefon: 913 17 093
hgautvi@online.no



Toril M. Kristoffersen
(nestleder)
Røtnes
8289 Våg
Telefon: 757 77 403 (priv)/
917 59 507
tmkristo@online.no



Elisabeth Langstrand
Trollhaugen 3
8072 Bodø
ellangs@hotmail.com
Telefon 908 72 356



Ellen Veinan
Ole Tobias Olsensv. 16
8021 Bodø
Telefon: 957 54 155
ellenvei@start.no



Arne Stray-Pedersen
Gulleråsveien 26F
0779 Oslo
Telefon 230 71 319/33
arne.stray-pedersen@
labmed.uio.no



Ingvild Lunde
Tyrihansvn. 38
4638 Kristiansand,
Telefon 404 04 246
ingvild.lunde@losmail.no



Arild Aanestad
Nesbu Terrasse 101b
4052 Røyneberg
Telefon: 516 56 397(priv)/
9171 5035
joker.valand@ngbutik.net



Tone Fagerheim (vara)
Vestengsletta 20 B
2070 Råholt
Telefon: 480 27 066,
tonemf@online.no



Elin Kronborg (vara)
Vårstien 13
6518 Kristiansund N
Telefon 922 15 767
elkro67@hotmail.com

Fagrådet



Torleiv O. Rognum (leder)
Rettsmedisinsk Institutt
Rikshospitalet
0027 Oslo
Telefon: 230 72 718
t.o.rognum@labmed.uio.no



Jon Risdal
Schæffersgate 22
0558 Oslo
Telefon: 913 18 127
j.risdal@samlaget.no



Toril M. Kristoffersen
Røtnes
8289 Våg
Telefon: 757 77 403 (priv)/
917 59 507
tmkristo@online.no



Jens Grøgaard
Kvinne- og barnesenteret
Ullevål univ. sykehus
0407 Oslo
Telefon: 221 18 080
jens.grogaard@ulleval.no



Arne Stray-Pedersen
Gulleråsveien 26F
0779 Oslo
Telefon 230 71 319/33
arne.stray-pedersen@
labmed.uio.no



Rolv Skjærven
Med. Fødselsregister
Kalfarveien 31
5018 Bergen
Telefon: 555 88 534
rolv.skjaerven@smis.uib.no



Kari Dyregrov
Senter for Krisepsykologi i
Bergen
Fortunen 7
5013 Bergen
Telefon: 555 96 180
kari@krisepsyk.no



Oddbjørn Sandvik
Fjellstrandvn. 36
1458 Fjellstrand
Telefon: 906 66 496
odd-san@online.no



Nina Aurora Malm
Akuttmottaket,
Barnesenteret
Ullevål universitetssykehus,
0407 Oslo
Telefon: 230 15 500
nilm@uus.no



Frederik Frøen
Folkehelseinstituttet
Afdeling for epidemiologi
Pb 4404 Nydalen
0403 OSLO
Telefon: 234 08 287
frederik.froen@fhi.no



Eli Saastad
Høgskolen i Akershus
Pb 423
2001 Lillestrøm
Telefon: 648 49 225
eli.saastad@fhi.no

B-PostAbonnement

RETURADRESSE

og melding om adresseendring:
Landsforeningen uventet barnedød
Ole Fladagers gt. 1 A
0353 Oslo



*Jeg ønsker meg et kart
som kan vise meg
veien gjennom sorgen
så du kan bli
levende for meg igjen,
og ikke bare er
to album som
står i bokhyllen.*

Ellen Gyllensten Alvestad