



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*.

Formidlingsarbeid til helsepersonell i Troms

Tillitsvalgt i Troms, Hanna Nilsen deltok på fagdag for helsesøstre i Tromsø. - Hvorfor er det så vanskelig å snakke med foreldre om barnet som døde?, undrer Hanna Nilsen. Les hennes refleksjoner her.

Da jeg er på 6 ukers kontroll etter å ha født mitt tredje barn finner følgende samtale sted:

- *Hvordan tar storebror Einar det å bli storebror da, spør legen?*
- *Jo, det har gått over all forventning. Ingen sjalusi, han er bare så utrolig stolt!*
- *Hvordan går det for deg da, Hanna, tenker du mye på Henrik og at det kan skje igjen?*
- *Jaa, det er vel vanskelig å la være, men det har allikevel gått bedre enn forventet.*
- *Tenk, Hanna, nå har du to gutter, fortsetter legen*
- *To? Jeg har tre!*
- *Jada..., sier legen litt forlegent, ser ned og bytter samtaleemne.*

Det forundrer meg stadig hvor vanskelig det er, selv for helsepersonell å møte foreldre som har mistet sitt barn. Det virker som en vanskelig balansegang for mange å vite om man skal snakke om barnet som er gått bort, eller om man skal velge det tryggere alternativet: å bare snakke om barnet/barna som lever.

Et tomrom som må fylles

I tiden etter vi mistet Henrik pendlet jeg mellom total utmattelse og en enorm rastløshet. Det var som at tomrommet som hadde inntatt livet vårt måtte fylles med noe, men med hva? Alt vi skulle ha gjort med Henrik, mat, stell og kos, ble i stedet byttet ut med et besøk på kirkegården i ny og ne. På nettet møtte jeg en mor som skrev at hun besøkte graven hver dag og følte at det var det eneste

hun kunne gjøre for barnet sitt. Selv følte jeg ikke den nærheten til Henrik når jeg var på grava, så det ble heller sjelden.

Møtet ga resultater

Vårt møte med sykehuset den dagen Henrik døde og helsestasjon i tiden etterpå, var positiv. Vi ble møtt på en profesjonell og omsorgsfull måte, og dette tror jeg i ettertid har hjulpet oss mye. Det er allikevel ting som kunne ha vært gjort annerledes og derfor bestemte jeg meg for å ta kontakt med sykehuset/nyfødt intensiv. Vi fikk en fin samtale og sammen utarbeidet vi en folder med hvilken informasjon foreldre som har mistet sitt barn trengte når de kommer til sykehuset og hvilken informasjon de kan få senere fra helsestasjon. Informasjon er viktig, men det er begrenset hva en kan ta til seg rett etter en har mistet sitt barn.

Avdelingslederen på nyfødt intensiv ba meg deretter å ta kontakt med helsesøsteren som har ansvar for alle helsestasjonene i Tromsø kommune. De ville at jeg skulle komme og delta på en fagdag for alle helsesøstre i Tromsø kommune. Det var en fin mulighet til å fortelle vår historie og komme med forslag til forandringer. Fremfor alt var dette kanskje en fin mulighet til å informere om LUB og det arbeidet som drives der. Jeg opplevde at helsesøstrene var veldig positive og åpne for temaet, men at de syntes at den gode intensjonen ofte forsvant i den ellers så travle hverdagen.



Andreas og Hanna Nilsen, Troms fylkeslag

Foreldre må engasjere seg!

Jeg tror at det er viktig at vi som foreldre engasjerer oss – på den måten som føles riktig for den enkelte – for det er vi som vet hvordan det oppleves å miste et barn, og har derfor gode forutsetninger til å forandre det som burde være bedre. Eller som fagsjef i LUB Trine Giving Kalstad har sagt det: ”Disse historiene ønsker vi i større grad skal fortelles som en viktig del av LUBs arbeid. Dette fordi de berører, og når man berøres er muligheten for endring STOR! Og da kan vi bidra til at helsepersonell lærer mer om sorg, at rammede familier får bedre oppfølging og at media tar opp våre saker oftere.

*Hanna Nilsen
Tillitsvalgt i Tromsø*

Vellykket tradisjon med familieweekend på Hunderfossen Familiepark



Også i år arrangerte Hedmark fylkeslag familiehelg på Hunderfossen familiepark. Dette er tydelig noe som fenger, vi var 48 personer, fordelt på 12 familier, sju fra Oslo/Akershus og fem fra Hedmark.

Like etter ankomst fredag ettermiddag møttes de som ønsket det til minnestund. Etterpå var det treff på Peppes Pizza, hvor vi fikk god tid til å hilse på hverandre, prate og kose oss med deilig pizza.

Lørdag møttes vi ved inngangen hvor det ble delt ut billetter og avtalt tid for felles

lunsj. De fleste brukte hele dagen i parken og det var mange fornøyde ansikter å se - både store og små. På kvelden grillet vi og mange fikk fine samtaler utover kvelden. På søndag valgte noen å besøke Lilleputthammer, en del dro tidlig hjem, mens andre tilbrakte enda en dag i Hunderfossen-parken.

Det er flere og flere som blir med på denne årlige turen og som kommer igjen år etter år, det tyder på at dette er noe som oppleves fint.

All ros til Elin og Geir Tollefsbøl som har dratt dette i gang og som gjør en kjempejobb både på forhånd, underveis og i etterkant av arrangementet. Og takk for at vi som hører til Oslo/Akershus også er så heldige at vi får være med på dette!

Tone Fagerheim
Oslo/Akershus

Landsforeningen
uventet barnedød
takker KIWI for
støtte til
Informasjons-
kampanjen
Denne siden opp

KIWI



**Landsforeningen uventet
barnedød takker
for økonomisk støtte**

Våland Mat a.s. - din nærbutikk
Armauer Hansens vei 11
4011 Stavanger

Grillfest i Sør-Trøndelag



Foto: Stig Negard

28. juni hadde Sør-Trøndelag sin årlige grillfest for medlemmer og deres familier. 18 personer møtte opp på Sverresborg museum, til grilling og leker i finværet. I tillegg til å treffe mange gamle medlemmer var vi glade for å møte noen nye ansikter. Det ble en veldig bra dag!

Sommerfest i Agder fylkeslag 28. juni 2009

Den tradisjonelle sommerfesten vår ble også i år en samling med små og store hos Camilla og Kjetil Wiig i Grefstadvika, Grimstad. Camilla og Kjetil eier et fantastisk sted, med stor hage og sjøen som nærmeste nabo. Her holder de åpent hus for fylkeslaget år etter år. Opplegget trenger ikke være så voldsomt når vi er på slikt et fantastisk sted. Ungene leker og koser seg i hverandres selskap. Ballspill og bading er de store aktivitetene som fenger de aller fleste. Noen

ganger er det godt å bare få være sammen. Været var som det pleide på disse sommerfestene, sol fra skyfri himmel. Med solkrem på huden, saltvann i håret og grillmat i magen ble det igjen en kjempevellykket fest. Vi gleder oss allerede til neste sommersamling...

Nettverksmøte

Eksisterende og gamle sorggrupper møtes i nettverksmøte i Agder. Nettverksmøte er noe vi har hatt med



Anders (2 1/2 år), Alvilde (5år), Alexander, Adine (2 1/2 år), Mats (4 år) og hunden Mira. Lille Mikkel (7 mnd) og helt ferske Karen (10 dager) var sovende i sine vogner da bildet ble tatt.

"På scene- kanten"

5.-7. juni 2009

Etter et vellykket pilotprosjekt i november 2008, ble et nytt kurs arrangert for kvinner som har mistet barn i juni 2009. Åtte deltakere fra hele landet deltok på Soria Moria hotell i Holmenkollen som viste seg å være et flott og godt egnet sted å ha kurset.

Metoden psykodrama er sterk og krevende. Opplevelsen kan være intens for deltakere som aldri har jobbet med metoden før, noe ingen av deltakerne hadde. Flere fortalte at de opplevde en følelsesmessig forløsning av noe de ikke hadde erfart tidligere. I en homogen gruppe som dette, forsterkes gjerne opplevelsene. Gruppen var støttende overfor hverandre og tilbakemeldingen fra deltakerne var at helgen hadde vært en trygg opplevelse, med rom for å vise og bearbeide følelser.

Trude Merethe Valø
og Trude K. B. Hansen
Kursledere

jevne mellomrom i Agder. Dette er en samling der eksisterende og gamle sorggrupper møtes. Dette er en fin måte å holde kontakten med foreningen på for de medlemmene som ikke lenger er med i en sorggruppe. Vi samles over god mat og gode samtaler.

Etter at vest- og aust-Agder ble slått sammen til et fylkeslag, er avstanden mellom medlemmene blitt litt større. På nettverksmøtet treffes vi derfor omtrent på midten, i Grimstad hos Camilla og Kjetil Wiig i Grefstadvika. Denne kvelden var vi 14 personer som delte ulike erfaringer og utfordringer vi støter på i hverdagen. Siden gruppen består av både relativt nyrammede og vi som har vært med en stund, er vi innom mange ulike temaer. Praten går i ett, så tiden har en tendens til å gå ifra oss og det blir sent... Denne kvelden bruker vi også til å diskutere aktiviteter og arrangement som gruppa ønsker at fylkeslaget skal arrangere. Alle er så fornøyd med nettverksmøtet at det ble bestemt at dette er noe som skal arrangeres en gang i halvåret. Dette kan varmt anbefales til andre fylkeslag.

Kristine Lie, Agder fylkeslag