

Magasin fra Kirkens Bymisjon 5/2007

# bymisjon

[www.bymisjon.no](http://www.bymisjon.no)

Hele verden gir side 4-5

## Gaven å gi

Det er en gave å gi, uten å få tilbake. Og det er en oppgave å ta imot, uten tanke på å gi igjen. Ingen av delene kommer helt av seg selv.

For gavene og måten vi gir dem på – det kjenner vi på ikke minst i disse dager – er nøye flettet inn i mønstre av forventning, plikt og ære. Økonomiens loviske gjensidighetskrav innhenter også fort vår gave. Før papiret er helt revet av, melder tanken om en balanse, en gjenytelse seg. – Se hva vi fikk av Olsen-familien i år. Hva ga vi dem?

Men når vi tenker slik, er det da lenger egentlig en gave? Kanskje er det bare når vi ikke får noe tilbake, ikke venter det, ikke tenker på det, at det er en gave vi gir?

Mange som sliter med dårlig økonomi i disse adventstider kjenner sikkert på hvordan tanken på gaveinnkjøp suger gleden ut av forventningen. Bare kravet ligger igjen. Kravet som en ikke makter å innfri. Alltid har noen gitt mer, dyrere, flottere.

At det er et privilegium å være slik stilt at man har noe å gi bort, er kanskje ikke så vanskelig å innse. Det skal ikke så mye til å avse noe, når man har i overflod. Det kan til og med øke det gode man har: I tillegg til velstand og behag kan vi føye andres takknemlighet og beundring. Eller kanskje til og med skyldighet. Det er jo ikke å forakte. Men gaven i det å gi stikker dypere enn som så.

Sterkere avvisning enn å få en gave i retur kan vanskelig tenkes. Det er ikke bare høflighet når noen tar imot gaven din. Det er anerkjennelse, vilje til fellesskap, respekt. Gaven i det å gi, ligger i motakelsen. Uten gjenytelse.

Derfor er det også en oppgave å ta imot! Å la den andre få være giver, ren giver. Mye beskjedenhet og høflig avvisning har i realiteten vært dekke for stolthet og ærgjerrighet. –Nei takk, du. Det er ikke farlig med meg. Jeg greier meg fint! Idealer om selvhjelpenhet og nøydsomhet har kanskje vært behagelige gjerdet mot andre?

Kanskje er dette noe vi skal øve oss på denne jula. Å gi av hjertet, og glede oss stort over at noen vil ta imot, enten de står oss nært eller fjernt. Og å motta med fryd og begeistring, uten tanke på at nå er det min tur, nå er det jeg som skylder.

For dypest sett kan vi vel ikke annet her i livet enn å motta, for å gi det videre. Alt vi har, har vi fått. Og alt vi har fått, er til låns. Det er ingen forskjell på oss der, enten vi denne gangen er den som pakker inn eller den som pakker opp. God jul!



*Sturla J. Stålsett*  
**Sturla J. Stålsett**  
generalsekretær

### BYMISJON

Informasjonsblad  
for Stiftelsen Kirkens  
Bymisjon Oslo  
Tollbugata 3,  
0152 Oslo  
Telefon 22 36 55 00

**Redaktør:**  
Per Frogner

**Journalist:**  
Atle Briseid

**Layout:**  
Waalder design  
v/Jorunn Waalder

**Forsidefoto:**  
Atle Briseid

**Hjemmeside:**  
www.bymisjon.no

**E-post:**  
firmapost@skbo.no

**Trykk:**  
Glomvik trykkeri

**Opplag:**  
52 000

IK-kontrollert  
innsamlingskonto:  
7011 05 18593



# Det beste vi kan gi

Hva er det beste vi kan gi til noen?

Alt vi ikke tok oss råd til før?

Så det blir enda mer til den som likevel har det meste fra før?

I år sier Lys i mørket-aksjonen:

Gi noen et godt nytt år til jul.

Det handler om å gi noe nødvendig til den som nesten ikke har noe.



Nordmenns forbruk har økt med 36 prosent siden 1990 meldte en avis nå før jul. Klær, reiser, hytter, elektronikk – alt flommer inn i våre liv i nye og fete mengder. Det ligger mange gleder i det nye forbruket. Men mellom alle anskaffelsene ligger også lengslene etter det våre nye ting er uttrykk for: Samvær. Vennskap. Tilhørighet. Frihet. Noe godt som kan vare og ikke blir utslitt.

I Kirkens Bymisjon møter vi mange som må være tilskuere til den nye rikdommen i Norge. Livet har tatt veier som satte dem utenfor gode lønnsoppgjør, bonuser og kjøpefest. Men behovene for et godt liv er de samme.

Se ansiktene på denne siden. Her møter du folk som vet mer enn de fleste om livets motbakker. Men se på øynene! Se på glimtene, humoren, invitasjonen, energien!

Mer enn mange salgspakater forteller disse ansiktene at det beste vi kan gi hverandre er det som skjer mellom oss som mennesker.

Et godt nytt år er ikke nødvendigvis fylt av ting.

Skal det gode skje må det legges til rette for steder og øyeblikk og ordninger som gjør livet mulig.

Det er det Kirkens Bymisjon arbeider med. Det er det vi inviterer alle til samarbeid om. Det handler om det enkle tilbudet om trivelige møtesteder for kaffe, suppe og samvær – til boligtilbud, arbeid og fellesskap, omsorg og behandling, sosial trening. Om stillhet til tro og ettertanke. Det alle egentlig trenger. Det viktigste. Det beste. Et godt år.

Hva er det beste vi kan gi?

Gaven der bare fantasien setter grenser for kvaliteten.

Der utstyr og statussymboler ikke er det viktigste.

**Gi noen et godt nytt år til jul!**

**Velkommen til Lys i mørket-aksjonen med Kirkens Bymisjon.**





Kirkens Bymisjon møter mennesker som er tilskuere til lønnsoppgjør, bonuser og kjøpefest. Men behovene for et godt liv er de samme.



foto: Dimitrios Koutsomytis





# Hele verden gir

Er gavmildhet en plikt? Foredler det sinnet? Eller er det bare noe man gjør for at juleribba skal smake bedre? Å gi står sentralt i de fleste kulturer og religioner.

Da buddhismunkene i Burma skulle protestere mot den undertrykkende juntaen i september, satte de seg ned og snudde almissekoppen. Dermed fratok de sine motstandere muligheten til å gi.

- Å legge mat i matbollen når munkene går almissegang om morgenen i Sør-Asia, er en grunnleggende religiøs handling, en måte å uttrykke sin tilhørighet til det buddhistiske fellesskapet. Da munkene i Burma nektet å ta imot gaver, uttrykte de at juntaen hadde brutt med vilkårene for å kalle seg buddhist, sier Egil Lothe, forstander i Buddhistforeningen.

*Hvor sterk var egentlig denne symbolske handlingen?*

- Veldig sterk. Det var det lengste en munk kan gå, i og med at de ikke kan bruke fysiske maktmidler uten å opphøre å være munk. Og det var ikke noe de fant på der og da. Det var et virkemiddel som har vært brukt tidligere, og som finnes i skriften, men som brukes veldig sjelden. Det sier litt om hvor sterk protesten var.

## Foredler personligheten

Den buddhistiske etikken er delt inn i gavmildhet og selvdisiplin. Det sier noe om hvor grunnleggende det er å gi.

- Å gi er en måte å foredle din personlighet på, fordi den bidrar til å svekke grådighet og ego-



- Velstandsveksten har svekket den norske givergledden, sier Haakon Larsen. Han er konsulent innen fundraising.

isme. Derfor er gavmildhet et startpunkt for alle buddhister. Alle kan foredle sitt sinn ved å gi, sier Lothe.

Buddhismen bruker også gaver som en måte å takle dårlige forhold til andre.

- Å gi til sin fiende, er med på å bedre relasjoner mellom mennesker. Det har en slags terapeutisk virkning. Samtidig skal du ikke gi for å skade, ydmyke eller krenke andre. Det skal skje med hele hjertet, slik at du ikke angrer etterpå, sier Lothe.

*- Er det en plikt å gi?*

- Nei, buddhismen er ikke en kontrollerende religion. Den har ingen personlig Gud som man må være lydige overfor. Derfor bruker man ikke ordet "plikt". Men med tanke på forståelsen av karma - at det du gjør, tar du med deg videre i dette og kommende liv - blir imperativet like sterkt. Buddha sa noe sånt som at "hvis du visste hvor verdifullt det er å gi, ville du ikke spist en brødsmule uten å dele", sier Lothe.

## En av fem søyler

Også i den muslimske læren står gavmildhet (Sakaat) svært sentralt. Den repre-

senterer én av de fem søylene for rett handling.

- Muhammed sier: Hvis magen er full, men naboen sulter, så er du ingen god muslim, sier Hassan Mir Qadri t.

Han er imam i Idara Minhaj-ul-quran-moskeen på Vålerenga - et slitent, gult lagerbygg som er ombygd til moské og kultursenter. I motsetning til buddhismen, er det ifølge muslims lære en plikt å gi av sin velstand.

- Du har ingen rett til å ha full lommebok. Gud har gitt deg kunnskap og mulighet til å skaffe penger. Derfor skal du gi pengene videre til andre. Du skal heller ikke forvente takknemlighet eller ære til ditt navn fordi du gir. Det er en *plikt*, sier imamen og griper smilet etter kaffekanna:

- Vil du ha kaffe? Husk at det er min plikt og din rett!

## Minst 2,5 prosent

Ifølge muslimsk lære skal alle gi minst 2,5 prosent av sin inntekt til fattige og trengende når egne basisbehov er dekket.

- Dette er et minimum. Hvis du har mye, eller hvis det er store problemer i landet eller i andre deler av verden, må du gi mer. Og dette gjelder ikke bare den muslimske verden, men for hele verden. Islam handler om "welfare for mankind", sier han.

Skatt til myndighetene er ikke medregnet i dette kravet.

- Vi lever jo i samfunnet og nyter godt av sys-



- Gud har gitt deg kunnskap og mulighet til å skaffe penger. Derfor skal du gi pengene videre til andre. Det er en plikt, sier imam Hassan Mir Qadri (til høyre) sammen med imam Noor-Ahmed-Noor.

temet. Derfor må vi fortsatt betale ekstra til de som trenger det. Det gjelder også for muslimer som lever i Norge, sier han.

I likhet med nordmenn, som blir ekstra gavmilde i julemåned, har muslimene også tradisjon for å gi ekstra gaver i pilegrimsmåned, Hidja. I år faller den samtidig med desember. Helt tilbake til Abrahams dager, har muslimer slaktet sauer eller geiter til minne om stamfaren som var villig til å ofre sin egen sønn til Gud. En del av kjøttet går til deg selv, en del til familien og en del til de fattige.

- Muslimer i Norge sender penger til fattige land, for eksempel jordskjelvføre i Kashmir, slik at sauer kan slaktes der. Slik sender man kjøtt til hele verden, sier Mir Qadri.

### Himmel og hav

Haakon Larsen har arbeidet som konsulent innen fundraising i flere norske organisasjoner. Han sier at nordmenn er et givende folk.

- Nordmenn har alltid gitt mye. Vi har hatt det boende i oss, sier han.

Den norske givertradisjonen har røtter i det barske kystsamfunnet og de kristne verdier. Derfor er det også folk på vestlandet som gir mest penger til veldedige formål i dag.

- Det handler rett og slett om himmel og hav. Til alle tider har vi måttet trække til for å hjelpe hverandre fordi vi visste at neste gang kunne det være oss selv som var i nød. Kristendommen som en grunnleggende verdi, kommer vi heller ikke utenom. Nestekjærlighet og det å "gi sin skjerv" er jo tuftet på Bibelen, sier han.

Nordmenn er verdensmester på frivillighet, og ifølge Larsen er det over 17 millioner frivillige i Norge i dag. Det er også et uttrykk for giverglede, mener Larsen.

- Det gjør oss godt å være deltakende og se at vi kan gjøre noe godt for andre, sier han.

- Hva er det som gjør at folk velger å gi?

- Det er veldig interessant. Avgjørelsen tas ofte i løpet av tideler av et sekund. Vi må treffes av noe, gjenkjenne avmakten i vårt eget liv og se at vi kan gjøre en forskjell. Tsunami-katastrofen er et godt eksempel: vi satt midt i feitesten juleribba og kunne identifisere oss med menneskene som var rammet av katastrofen, sier han.

### Velstanden svekker gavmildheten

Larsen mener velstandsveksten i Norge de siste årene har svekket den norske givergleden. Gaver til veldedighet øker ikke proporsjonalt med inntektene.

- Dette er helt klart verdier som er i ferd med å forsvinne. Den norske dugnadsånden er i ferd med å bli borte. Det er ille. Jeg tror det råder en ansvarsfraskrivelse. Vi er blitt late og tenker at "dette ordner det offentlige".

Han tror også giverne er blitt mer skeptiske

etter avsløringer i de veldedige organisasjonene.

- Alle vil begrunne det å ikke gi. Når man hører at det er noe galt med strukturen i mottakerlandene, får man en slik begrunnelse. Det stiller store krav til infrastruktur og tilrettelagt tilstedeværelse for organisasjonene. De har rett og slett ikke råd til å gjøre feil. Samtidig blir de kritisert for å ha for store administrasjonsutgifter. Men uten administrasjon blir det ikke noen varig hjelp, sier han.

### Hjertet renner over

Men han synes ikke det er noe bismak ved at nordmenn gir litt ekstra til jul slik at ribba skal smake bedre.

- Jeg synes det er helt greit. Vi er nå en gang i den situasjonen at vi har mye penger. En måte å se det på er at hjertet renner over av takknemlighet over et godt liv. Da må vi få lov til å synliggjøre det, sier han.



- Å gi er en måte å foredle personligheten på, fordi den bidrar til å svekke grådighet og egoisme. Derfor er gavmildhet et startpunkt for alle buddhister, sier forstander i Buddhistforbundet, Egil Lothe.

tekst og foto: Atle Briseid



God og hjertelig kontakt mellom Wenche Foss og Hudøy-leder Finn Edvin Brøndal da den populære skuespilleren både ble "avduket" og ga millionstøtte til Hudøy.

## Wenche Foss ga skulpturmillion til Hudøy

Wenche Foss er nå også på plass utenfor Nationalteatret i Oslo – som skulptur.

Da den ble avduket, var hun selv engasjert tilstede og ga en million kroner til Hudøy Feriekoloni!

Det var en historisk stor pengegave som på denne måten ble formidlet fra Bergesens Allmenntilrette stiftelse. De har finansiert statuen av Wenche Foss, og ga ved avdukingen også sin ærespris til skuespillerinnen. Reglene sier at prisbeløpet skal videregives til et ideelt formål, og Wenche Foss ga altså hele beløpet til feriekoloniarbeidet, som er et mangeårig samarbeid mellom Oslo Kommune og Kirkens Bymisjon.

- Tenk at det fortsatt er slik at vi i Oslo trenger et sommertilbud som samler tusenvis av barn til feriekoloni, sa hun og begrunnet hvorfor hun som Oslo-borger mer enn gjerne ga hele Bergesen-millionen til Hudøy.

I et fornemt, men uformelt program i Nationalteatrets lobby etter avdukingen takket daglig leder Finn Edvin Brøndal for gaven.

- Gode minner er en vesentlig del av vår livskvalitet. På Hudøy produseres det gode og glade minner for barn fra alle samfunns-lag. For å skape gode minner må man være deltaker. Det får barna god anledning til på Hudøy, sa Brøndal.

Statuen av Wenche Foss er laget av billedhuggeren Per Ung.

tekst og foto: Per Frogner

# Alle hjerter gleder seg

## God førjulstemning på Bymisjonscenteret



Frivillige medarbeidere travelt opptatt med å pakke inn julepresanger som blir fordelt i fem sekker: En merket "voksen", en annen "mann", en tredje "dame" og de to siste naturligvis "gutt" og "jente". I disse to er også hver enkelt gave merket – "gutt 4-6", "jente 12-14" osv.

I den store salen blir bordene dekket. Selv om det er påmelding til festen er det litt vanskelig å vite hvor mange som vil komme. Noen orker kanskje ikke likevel, eller de får endelig den invitasjonen de så lenge har gått og håpet på ville komme. Så er det jo alltid noen som bare kommer, selv om de ikke har fått meldt seg på forhånd.

Kjøkkensjefen vet godt om alt dette. Han dekker på til så mange det er plass til rundt bordene. Og kommer det flere, blir det alltid plass til dem, også. Mat beregner han alltid til dobbelt så mange som antall påmeldte. Ikke fordi det vil komme dobbelt så mange, men fordi mange mager ikke blir mette så lenge det er mer mat igjen. Så alt blir nok spist opp i år også, tenker kjøkkensjefen.

Bymisjonspresten går rundt og inspiserer de flotte festbordene og beundrer de pent innpakkede julegavene. Visst er desember en travel måned, men han er likevel ikke i tvil om at det er mer enn verd alt strevet. Han kjenner at han gleder seg til julekvelden. Nå gjenstår det bare å pusse på prekenen til julegudstjenesten, selve inngangen til den store festen.

Bøyd over PC-en hører han en kjent stemme utenfor den lukkede kontordøra. Kåre lager en del lyd. Stort sett lyd folk liker å høre. – Er han inne, eller ligger han hjemme og drar seg, hører presten Kåre i kjent stil til julegave-pakkerne.

- Kom inn, roper presten høyt. Og Kåre kommer tuslende. – Jaså, du har ikke annet å gjøre på en lille julaften enn å sitte og trykke på disse knappene foran skjermen din?

- Nei, nå er nok det meste klart. Og det er vel du også, Kåre?

- Tenker du på julaften, så blir jeg nok hjemme. Har det best der. Så mye styr med denne jula. Jeg har ikke noen fine klær, heller. Konfirmasjonsdressen har jeg vokst ut av. Alt for god mat her på Bymisjonscenteret!

Bak fleipen hører bymisjonspresten et ønske om å være med på festen. Sjenansen og nølengen pønsker han å respektere, men kanskje disse følelsene vil fordunste med et litt praktisk grep på problemet.

- Kåre, kan ikke vi to ta en tur ned på Dressmann? Der har de akkurat den størrelsen dress som du trenger for å bli en velkledd mann på julaften.

- Nei, det kan jeg bare ikke ta imot! Jeg skal da ikke belaste budsjettet her på denne måten.

- Det gjør du ikke, heller. Vi har noen kroner liggende i safen som er til akkurat slike anledninger som denne. Kom igjen, Kåre - neste stopp Dressmann! Så kan du være med å finne et fint slips til meg, også. Syns du ikke jeg burde ha et ildrødt slips på julekvelden?



tekst: Børre Arnøy



# Bryter med myter om prostitusjon

Irina Polyakova ved Nadheim kvinnesenter nyanserer de typiske forestillingene om menneskehandel og hallikvirksomhet i sin masteroppgave.

Russiske Polyakova, som jobber som spesialkonsulent i Kirkens Bymisjon, mener det er viktig å få fram at menneskehandel og prostitusjon er mye mer sammensatte fenomener enn det gjerne ser ut til i den offentlige debatten. I oppgaven "Unge jenter tilbys jobb i utlandet – en kvalitativ studie av transnasjonal prostitusjon til Norge fra Øst-Europa" intervjuet hun 15 kvinner fra ulike land i tidligere Sovjetunionen om bakgrunn og oppvekst, drømmer og ønsker, migrasjonsmåter og relasjon til hallikene sine. Kvinnene forteller at før år 2000 kunne man bli lurt til prostitusjon. I dag er situasjonen annerledes.

- Mange av kvinnene som kommer til Norge for å prostituere seg, vet hva de går til. Det er det økonomiske motivet som driver mange, men ikke alle har de legale kvalifikasjonene som åpner for det, sier hun.

Oftere enn tvang, er det fattigdom, tap av status, arbeidsledighet, forsørgeransvar og ønske om et materielt sett bedre liv, som driver kvinnene.

- Det er et resultat av at vesten er så liten og rik, og resten av verden er så stor og fattig. Folk migrerer for å overleve eller for å gjøre livet sitt noe bedre enn det er hjemme, sier hun

## Vil leve som ungdom i vesten

Noen drives også av nysgjerrighet og ønsket om å skaffe seg personlig gevinst.

- De vil rett og slett ha et bedre liv. De vil reiser rundt i verden, slik ungdommer i vesten gjør. De ønsker å kjøpe dyre ting, nedbetale gjeld, starte business eller ta en utdanning.

- Mange sier at de aldri kunne tjent så mye penger på andre vis. Derfor vil de heller ikke slutte, selv om de må finne seg i mange grusomheter og gale folk, sier Polyakova.

Hun mener også at kvinners seksuelle frigjøring i Øst-Europa har redusert stigmatiseringen av prostitusjon. Kvinner som tidligere måtte innrette seg etter i Sovjet-regimets asekuelle samfunn, ønsker nå spille på sin feminine sider og seksualitet.

- De uten utdanning har valget mellom å ta jobb som au pair eller å prostituere seg, og vet at det siste gir mer penger, sier hun.

## Halliken – en kjæreste

Som medforfatter av boka "Det ideelle offer", som kom på markedet i høst, tar hun et oppgjør med forestillingen om halliken som en brutal, undertrykkende mann. Kapittelet "En hallik er ikke bare en hallik" er basert på den nevnte masteroppgaven. En hallik kan like gjerne være en tidligere prostituerte kvinne, en person som kvinnen har et amorøst forhold til eller en hun føler nytte av å samarbeide med.

- Mange har en relasjon til halliken som både omfatter jobb- og kjæreste-forhold. De lever sammen over flere år og føder barn sammen, og kvinnene føler seg ikke utnyttet. Det er først etter flere år at de kan føle seg lurt, sier hun.

For noen er halliken en likeverdig forretningspartner som legger forholdene til rette for kvinnen, og som får deler av inntekten i gjengjeld. Er ikke



I boka "Det ideelle offer", som kom på markedet i høst, skriver Irina Polyakova et kapittel om kvinnenes forhold til hallikene. Hun deler de inn i tre typer: kjæreste, forretningspartner eller sjef.

forholdet slik kvinnene ønsker, er det relativt enkelt å kvitte seg med halliken.

- Kvinnene forstår raskt det norske systemet. De avslører truende halliker som ikke har makt bak truslene. De forstår at gatene ikke eies, at det nesten ikke er mafia her og at vold er straffbart og kan meldes til politiet. Mange får også hjelp av hjelpetiltak eller norske kunder til å kvitte seg med hallikene, sier hun.

## Fysisk tvang er umoderne

Dette har ført til at hallikrollen også er blitt annerledes.

- Tvang er ikke moderne lenger. De som før truet med vold, er nå blitt bedre psykologer og bruker overtalelse eller andre måter å få damene til å samarbeide, sier hun.

Hun understreker at det relativt lille antallet intervjupersoner i oppgaven ikke gir henne grunn til å generalisere.

- På Nadheim møter jeg kvinner fra andre Øst-europeiske land, som Bulgaria og Romania, og deres historier peker på andre relasjoner med halliker og andre typer utnyttelse. Det jeg vil fremheve her er at menneskehandel ikke alltid foregår slik som media og noen filmer fremstiller den, og kanskje heller ikke i samme omfang som det fremstilles, sier hun.

tekst og foto: Atle Briseid





Det flettede tauet "Danse-Lars" binder ringen sammen til et rytmisk, bølgende fellesskap.



# Danser i stolen

I sittedans er lysten til å danse viktigere enn evnen til å bevege armer og bein fullt ut.

På Sofienbergsenteret er det ingen verdens ting i veien med danselysten.

Det er dansetid. Stemningen stiger. Damene sender flørtende smil mot Hjalmar, den eneste mannen i lokalet. Han ser rett fremfor seg, en smule brydd. Damene griper tak i "Danse-Lars", det tykke, røde tauet som binder danserne sammen til en ring av fellesskap og rytme. Så vugger beboerne i sjette etasje på Sofienbergsenteret seg sittende inn i dansen.

- Sittedans handler om at beboerne skal ha en hyggelig stund i stedet for å tenke på at de er syke, sier danselærer Jette Fuglesang.

## Kliner seg inntil

Det er ikke tvil om at hun har rett. Engasjementet fra danserne er stort. De puster og synger og skravler og mimrer.

- Hvis man har en flink mann som kan føre, da er det moro å danse, da, sier en av damene.

- Jeg liker å kline meg inntil mannen, jeg. Man vil jo føle at man er til, sier en annen.

Så ler de godt. Marie, en skjønnhet i rullestol, er derimot litt melankolsk.

- Jeg har vært så glad i å danse, men nå kan jeg det ikke lenger, sier hun.

- Å, jo, da. Det er mange jo måter å danse på, sier en venninne støttende.



Hjalmar og Ragnhild (i midten) finner tonen i dansen. Solveig (til høyre) lar seg rive med.

## Kom fra Danmark

Fuglesang tok med seg sittedansen fra Danmark på 90-tallet. I 2001 startet hun opp Danseløvenes verksted, og siden har hun med bistand av Kirkens Bymisjon og Pårørendeskolen spredt om seg med sittende dansegledede. I dag sittedanser man jevnlig på 47 norske sykehjem.

- Sittedans er en kilde til livsglede og livsmot, sier hun.

Sofienbergsenteret har brukt musikkterapeut Audun Myskjås modell for å måle dansens effekt på nettopp livskvalitet og trivsel. Ikke uventet ble resultatene svært positive. Fuglesang er overbevist om at dansen har en positiv innvirkning både på demente og klare. Hennes motto er "Det er vanskelig å være mentalt passiv når man er fysisk aktiv".

- Sittedansen er verdifull, for den opprettholder kontakten med egen kropp. Dans synes å gjenskape erindring. Og så skaper den glede, sier hun.

## Snakker om dans

I dagligstua på Sofienbergsenteret danser Hjalmar og de ni damene til Wenche Myhres gamle slager, "Katta mi". De klorer og risper ut i lufta som farlige katter.

- Puh, dette tar på, sier en av dem, rød i ansiktet.

Etter en intens halvtime legger de fra seg Danse-Lars, skåler i saft fra glass med stett og snakker om gamle danseminner. Fuglesang kan navnene på alle de gamle danseskolene i Oslo og trenger bare å slenge ut noen navn, så er praten i gang.

- Jeg gikk på Bårdar, sier en.

- Bestemoren min syntes det var syndig å danse, sier en annen.

- Jeg hadde to søstere som begge var smidige og elegante. Selv var jeg stiv som en stokk, sier en tredje.

Så pakker de sammen Danse-Lars og legger den i en skuff. Noen triller inn på rommet. Ragnhild er den siste som forlater stua. Hun er blant de ivrigste danserne.

- Jeg gleder meg til hver onsdag. Er med på alt som er gøy, vet du, sier hun.



Danserne tar et godt tak i dansepartneren, Danse-Lars.



- Takk for dansen! Jette Fuglesang hilser alltid på deltakerne både før og etter dansen.

tekst og foto: Atle Briseid



# Oppskrift på et mer aktivt liv

Eldre mennesker kan ofte bli passive og engstelige.

Derfor har to ergoterapeuter ved Ammerudhjemmet tilpasset og prøvet ut en amerikansk metode som fremmer aktiv livsstil blant hjemmeboende eldre.

Nå kommer metoden i bokform.

I 2003 startet et unikt prosjekt ved Ammerudhjemmet bo- og kultursenter: Hver uke i ni måneder møttes en gruppe hjemmeboende eldre på sykehjemmets dagavdeling. I trygge omgivelser oppmuntret de hverandre til å føre en mer aktiv livsstil.

- Det å ta risiko *sammen* var veldig verdifullt og viktig, sier Margrethe Otterholt Lillebø.

Risiko i denne sammenhengen kunne være å lage mat, ta trikken, besøke en trygghetsavdeling, ta kontakt med naboen, ha kontroll over egen økonomi eller vurdere å flytte til en mer praktisk leilighet. Temaene ble bestemt ut fra gruppas egne behov og ønsker, og medlemmene fungerte som ressurspersoner og likemenn.

- Eldre blir ofte sett på som ressursvake. I denne gruppa var de eksperter. De delte av sine erfaringer med hverandre, sier Linda Kristin Svendsen.

## Første gang i Norge

Prosjektet ble kalt "Eldre gjensker livsstil" og bygget på den amerikanske metoden Lifestyle Redesign, som Svendsen plukket opp under et studieopphold i Australia. Som den første i Norge, tok hun med seg den godt dokumenterte metoden til Groruddalen og Ammerudhjemmet bo- og kultursenter, søkte penger fra Stiftelsen Helse og rehabilitering og satte i gang..

- Det var et svært godt dokumentert program, det er god forskning som ligger bak. Jeg ble veldig inspirert og fikk lyst til å gjøre dette i Norge, sier Svendsen.

- Metoden fremmer selvstendighet, helse og livskvalitet. Den gjør at eldre kan ha det bedre hjemme lengre, sier Otterholt Lillebø.

Spørreundersøkelser og intervjuer før og etter prosjektet på Ammerud viste at metoden førte til større aktivitet, bedre livskvalitet og



Ergoterapeutene Margrethe Otterholt Lillebø og Linda Kristin Svendsen ved Ammerud bo- og kultursenter har laget bok av metoden som lå bak arbeidet "Eldre gjensker livsstil".

økt selvrespekt blant deltakerne.

- Medlemmene ga uttrykk for at de hadde det bedre og følte seg mer sosiale, åpne og respektert ute blant folk, sier Svendsen.

## Stor etterspørsel

Arbeidet har gjort ergoterapeutene til populære og etterspurte kursholdere blant helse- og omsorgsarbeidere i hele Norge. Otterholt og Svendsen har derfor skrevet ned metoder, erfaringer og faglig bakgrunn i en manual som er trykket opp i 1000 eksemplarer.

- Etterspørselen er stor, så vi møter tydeligvis et behov. Det er gjort lite dokumentasjon på helsefremmende forebyggende arbeid blant eldre i Norge, sier Svendsen.

De har blant annet presentert arbeidet ved flere høgskoler og mener at metoden kan brukes med god effekt også innen psykiatrien. Metoden har også vist seg å være kostnadseffektiv fordi aktive, eldre mennesker går mindre til legen og bruker mindre medisiner.

- I stedet for å konsentrere seg om det syke, har metoden fokus på hvilke muligheter som finnes. Det er noe vi tror på. Derfor har vi også et stort behov for å fortelle om det, sier Otterholt Lillebø.

Manualen kan bestilles på:  
[firmapost.parorendeskolen@skbo.no](mailto:firmapost.parorendeskolen@skbo.no)

tekst og foto: Atle Briseid



# - Døden ga meg livsbegjær

Björg Thorhallsdottir mener nordmenn har et angstfylt forhold til døden. Derfor jobbet hun gratis i hele høst for å gi folk en naturlig anledning til å minnes sine kjære som er gått bort.

En kald søndags kveld i begynnelsen av november var bredden av Sandvikselva opplyst av fakler. På en scene omkranset av nesten 2000 mennesker sto Björg Thorhallsdottir, en av Norges mest populære billedkunstnere, og oppfordret folk til å skrive en lapp til en kjær person som er borte. Så ble lappene brent på store bål, slik at budskapet kunne stige opp til de døde.

- Jeg er kjempetakknemlig for alle de som jeg har møtt på min vei og som nå er borte, for de har jo formet meg og gitt meg så mye godt. Det er grunnen til at jeg hadde lyst til å lage arrangementet "Hjertefred", sier hun.

Selv tenner hun et lys hver eneste dag for sin avdøde ektemann, Eric. Ofte dekker hun også på til ham når hun spiser middag sammen med sin fire år gamle sønn, Thorhalldur.

- Det er vondt å se på en tom stol, men det er også veldig godt å minnes en som har vært så viktig i livet mitt. Det gir også sønnen min en mulighet til å snakke om pappaen sin, sier hun.

## Vil tulle med døden

Björg Thorhallsdottir sitter i et knall lysegrønt arbeidsrom og snakker om døden. Hun verken rynker pannen eller legger hodet i folder. Hun smiler, og av og til ler hun så høyt at det svarte ballerinaskjørtet hun har dratt over olabuksene, rister. Man skal kunne tulle litt med døden også, mener hun.

- Som 17-åring bodde jeg et år hos en familie i Mexico. Der feiret vi den døde bestemoren ved å sitte oppå graven hennes og spise skjelettkaker. Vi lo og snakket om døden. På hele kirkegården satt andre familier samlet, og folk løp rundt i skjelettkostymer. Det var skikkelig liv. Det var så naturlig og deilig, sier hun.

Hun føler et intenst behov for humor midt oppe i alt det vanskelige og sørgelige.

- Man har behov for humor når det blir så mye alvor, sier hun.

## Mistet mannen

Smil, latter, klemmer og kyss på kinnet sitter løst hos den unge kunstneren. Ordene fosser ut av munnen. Stemmen er myk og med en barnlig klang, men tankene er preget av tunge livserfaringer. I løpet av sitt 33 år lange liv har Björg Thorhallsdottir vært i nærkontakt med døden flere ganger. Hun har mistet både en venn og en nær venninne, og for to år siden døde hennes 30 år eldre kunstner-ektemann.

Forholdet til Eric var som Bjørgs latter: kort og intens. Et kvarter etter at de så hverandre for første gang på en fortausrestaurant i Sør-Frankrike, fridde han. Tre minutter senere sa hun ja. En måned etterpå reiste de til Miami og giftet seg i hemmelighet. Da de et år senere holdt bryllupsfest i Cannes, kommenterte en av gjestene av brudgommen ikke så helt frisk ut. Det skulle vise seg at han hadde rett. Eric døde av kreft og alkoholproble-



- Når du opplever sorg over å ha mistet noen, opplever du også en takknemlighet over å ha hatt dem tilstede i livet. Det er det jeg prøver å få frem, sier Björg Thorhallsdottir.

mer mens Björg var i Norge.

- Da mannen min døde, opplevde jeg at folk rundt meg manglet ord. De sa "kondolere", men visste ikke hva mer de skulle si. Jeg fikk følelsen av at mange hadde et angstfylt forhold til døden, sier hun.

## Ikke tid til å sørge

Björg tror det kliniske ved døden i Norge, med sykehjem og sykebiler



Thorhallsdottirs "Livets balansegang" ble virkeliggjort under arrangementet "Hjertefred" ved at en linedanser gikk over Sandvikselva mens hun fremførte budskapet i bildet.



I over fire måneder jobbet Bjørg Thorhallsdottir gratis med arrangementet "Hjertefred" i Sandvika. Over 1000 mennesker møtte opp for å minnes de døde.

og begravellesbyråer, gjør at nordmenn ikke får sørget som de trenger. Selv fikk hun holde Eric i hånden og være hos han i flere dager etter hans død. Asken hans ble spredd av hans nærmeste utover en blomstereng i Frankrike.

- I Norge løper alle rundt. De tar seg ikke tid til å sørge. Jeg har venner som har utsatt å sørge i to måneder, fordi det var først da de hadde tid til det, sier hun.

- Hvis du griper sorgen like mye som du griper gleden, så forsvinner den også mye forttere, legger hun til.

Thorhallsdottir sammenlikner manges unaturlige forhold til døden med en kasserolle som står på lav varme. Den står og bobler og koker til det til slutt

blir en stor klump som er vanskelig å få bort.

- Hvis du ikke får sørget, setter det seg i kroppen og du blir syk. Det er viktig å åpne opp, sørge og minnes de døde - også fordi man kommer i kontakt med seg selv. De fleste mennesker går rundt hele livet sammen med en fremmed, nemlig seg selv, sier hun.

### Døden – en gave til livet

For henne ble Erics død på mange måter en måte en gave til livet. Der hun tidligere var redd for å gå glipp av noe, har hun nå funnet en beroligende visshet om at det er familien og de nærmeste vennene som er det viktigste her i livet.

- Jeg fikk et positivt syn på døden. Erics død førte til at jeg fikk et stort livsbegjær. Jeg ble så klar over hva jeg vil og ikke vil ha i livet mitt, sier hun.

Plutselig spretter hun opp, drar ut noen skuffer og henter frem flere bilder hun har laget som omhandler døden. Bildene heter "Hva vil du finne i dine brev" eller "Livets balansegang". De lette strekene og duse fargene som appellerer til så mange, kan ved første øyeblikk virke enkle og naivistiske.

- Det er et ganske stort alvor i bildene mine, men det oppdager folk først etter hvert. Hvis bildene blir for dystre, er det ingen som vil ha dem, sier hun.

### Vil alltid glede andre

Thorhallsdottir har ved flere anledninger brukt sin kunst for å støtte Kirkens Bymisjon. Da organisasjonen arrangerte kunstauksjon i høst til inntekt for kreativt arbeid blant mennesker med rusproblemer eller psykiske problemer, donerte hun bort hele sju bilder.

- Jeg lager alltid bilder for å glede andre. Å glede andre, uten å bli selvutslettende, det er den største gleden i livet. Det var derfor jeg hadde lyst til å arrangere "Hjertefred", sier hun, og smiler unnskyldende:

- Det hørtes kanskje litt "blondinedypt" ut?

Overflatisk eller blondinedypt kan det ikke være, for svært mange blir fascinert av hennes grafiske

trykk som uten unntak handler om kjærlighet. Faktisk er Thorhallsdottir en av de mestselgende kunstnerne i Norge i dag. Hver eneste dag får hun mailer fra mennesker som er blitt berørt av bildene. Hun har til og med en egen fanklubb.

- På hvilken måte har opplevelsene av døden preget kunsten din?

- Jeg prøver å uttrykke at alle ting har to sider. Når du opplever sorg over å ha mistet noen, opplever du også en takknemlighet over å ha hatt dem tilstede i livet. Det er det jeg prøver å få frem, sier hun.



tekst og foto: Atle Briseid



# Livet snudde på

## Kort opphold

### Fabian Stang

**Fabian Stang (H) er advokat, politiker og Oslos nye ordfører. Etter en hektisk valgkamp og oppstart i sin nye jobb, gjør han Kort opphold og svarer på spørsmålene fra Bymisjon.**



**Velg et ordtak som passer deg!**

Litt godhet fra menneske til menneske er bedre enn all kjærlighet til menneskeheten.

**Hvilken arbeidsoppgave må du rekke når du ferdig med denne praten?**

Det må være 1000!!!!!!!

**Sist leste bok?**

Det store løftet (Om Oslo rådhus).

**Når du virkelig skal kose deg, hva gjør du?**

Jeg koser meg når jeg møter engasjerte mennesker.

**Hva er det beste med byen?**

Det beste med Oslo er fjorden, marka og mangfoldet.

**Hva vil du helst forandre i Oslo?**

Smilet og varmen fortjener større plass.

**Hvem kunne du tenke deg å tenne et lys for?**

Alle de som opplever ensomhetens knugende smerte.

**Gir du penger til tiggere?**

Av prinsipp ikke, men....

**Hva ville du bli som barn?**

Jeg ønsket å bli arkitekt eller advokat.

**Nevn en person som du kunne tenke deg å samarbeide med?**

Jeg kunne godt tenke meg et samarbeid med tidligere bymisjonsleder og miljøvernminister Helen Bjørnøy.

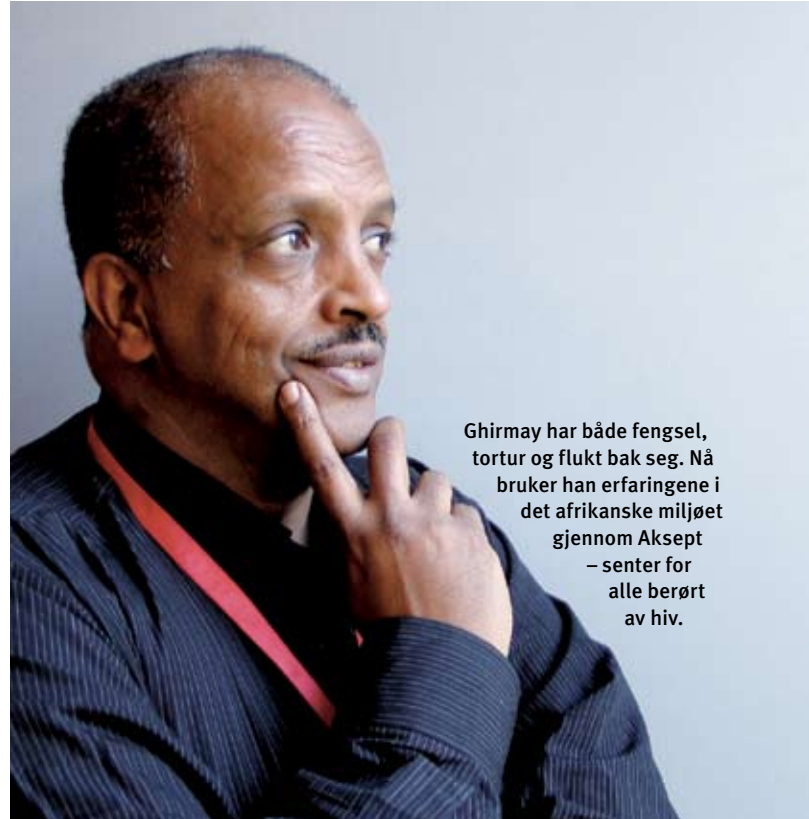
**Hvis Jesus kom til byen, hvem tror du han ville oppsøkt?**

Jeg tror han ville gått til Visit Oslo - de viser vei i vår flotte by på en utmerket måte.

**Respekt, rettferdighet og omsorg er Bymisjonens visjonsord. Hvem trenger det mest akkurat nå?**

Det er dessverre så mange at jeg ikke kan velge noen spesielt.

(Fabian Stangs svar er gitt pr. e-post)



Ghirmay har både fengsel, tortur og flukt bak seg. Nå bruker han erfaringene i det afrikanske miljøet gjennom Aksept – senter for alle berørt av hiv.

Han har opplevd det flere ganger. Viktige endringer i et hardt prøvet liv har kommet på St. Gabriels-dagen – merkedagen for engelen hans egen familie feirer. På en slik dag kom han også til Kirkens Bymisjon – og Aksept – senter for alle berørt av hiv.

Kristne etiopiske familier har sin egen engel som de feirer på faste dager. For Ghirmay Assemahegn er det St. Gabriels dag som er viktigst. Han trodde egentlig ikke det hadde noen betydning. Helt til han begynte å legge merke til at viktige ting i livet hans skjedde på denne dagen: Da han slapp ut av fengsel etter 10 år som politisk fange. Da han kom til Norge som flyktning 10 år senere. Da han fikk jobb på Aksept, for å arbeide blant afrikanere i Norge.

Det er et dramatisk liv Ghirmay (54) forteller om. Med sin stillferdige stemme, med karakteristisk afrikansk aksent, men med treffsikre norske ord etter seks år i Norge.

Gjennom skiftende politiske regimer i hjemlandet Etiopia ble han flere ganger beskyldt for å være politisk opposisjonell. I 1981 ble han fengslet for ti år, mistenkt for å ha distribuert musikk med sin brors motstandssanger. I fengselet måtte han som de fleste gjennom flere år med tortur og elendige forhold. De siste fem årene av straffen var lettere. Da fikk han bruke sitt fag, og arbeidet som språklærer med italiensk og fransk. Så kom maktskiftet i 1991 og han var fri – og nå begynte han å arbeide politisk: Han var blant stifterne av "Human rights league for the victims of red terror." Nå trodde han på demokratiet og på ansvarlighet og menneskerettigheter i

# engledagen

Etiopia. I en av landets største aviser var han journalist og seniorredaktør. Men etter noen år begynte det nye "demokratiske" regimet med de samme drapsmetodene som sine forgjengere. Da skrev Ghirmay artikkelen "De begraver sannheten mens vi begraver våre barn". Like etterpå skjønte han at han måtte flykte.

I 2001 kom Ghirmay til Norge, og som asylsøker arbeidet han bla annet på et fiskemottak i Svolvær. Vinteren var så svart og lang at en ortodoks prest som også var en del av arbeidslaget mente de var kommet til et sted utenfor skapelsen, siden det ikke var lys der!

Alt førte til livserfaring for den tålmodige Ghirmay.

## Den som har lidd tåler mer

- 10 år i fengsel hjelper deg til å tåle både egne og andres problemer, sier han. For mange er den lange ventetiden i flyktningemottak en prøvelse. Jeg kunne være glad, fordi jeg opplevde en mening i å vente. Den som har lidd mye tåler mer...

Nå kan han gi råd i samtale med andre. På Aksept er han også "naturlig hjelper" som kan gi av sin erfaring som en av de han arbeider blant. - Det hjelper å dele erfaringer, det gir støtte og viser at man kan overkomme det vonde.

## Blant afrikanere

Ghirmay er sosialkonsulent på Aksept og jobber med prosjekter rettet mot afrikanere som særlig arbeidsfelt.

Prosjektene "Masker" og "Psykososial oppfølging av asylsøkere" er prosjekter som styrker mennesker som er smittet av hiv.

Han er overrasket hvor hardt stigmatiseringen sitter også afrikanerne imellom.

- Det er lettere å være hiv-positiv i deler av Afrika, enn afrikaner med smitte i Norge. Der er det etter hvert større åpenhet og mindre diskriminering på grunn av sykdommen, fordi den berører så mange. Her i Norge er en hivsmittet afrikaner redd for å sette sitt land i skam, redd for nasjonalt stigma. Jeg forstår det ikke helt. Vi har lidd så mye i sult, tortur og nød. Så kunne vi vel støtte hverandre her i Norge. Men det skjer ikke alltid..

Ghirmay forteller også om skyldfølelsen mange bærer på fordi de får gode medisiner mot hiv her, som ikke er tilgjengelig for familiemedlemmer deres i Afrika. - Noen lar være å ta medisinen fordi de ikke synes det fortjener den.

## Mange spørsmål

I sitt arbeid blant hiv-positive har han også blitt forundret over norsk byråkrati og mangel på menneskelighet i det offentlige.

- Noen sitter mange år i flyktningemottak. Mange er syke etter å ha opplevd traumer og vold, men får ikke god nok behandling mens de venter.

For å få familiegjenforening med slektninger må man ha en inntekt på minst 180 000 kroner. Men hvis du har hiv/AIDS kan det være vanskelig å jobbe.

Flere hivsmittede sendes ut av landet, mens de er i behandling.

- Hvor er menneskelige hensyn da? spør Ghirmay. - Man kunne vel i hvert fall ventet til infeksjoner er leget... Og hvorfor må asylsøkere på introduksjonsprogram trekkes i stønad fordi de bruker tid til å oppsøke nødvendige støttesentre som Aksept?

Den erfarne etioperen har mange spørsmål - og mer og mer erfaring, også med nordmenn og norske ordninger. - Mange som er kommet til Norge er takknemlige og glad for alle ordningene som finnes. Men det er viktig at vi bygger nettverk for å hjelpe folk til finne fram i dette samfunnet, sier han.

- Nordmenn kan være litt vanskelig å få kontakt med. Du kan ha det hyggelig på pub med noen én kveld, og neste dag blir du ikke gjenkjent av sammen person hvis dere treffes på gata! Men når du får god kontakt med nordmenn kan vennskapet være dypt som en norsk fjord.



Prosjektet "masker" på Aksept handler både om åpenhet - og om å knytte nettverk

tekst og foto: Per Frogner

## Glassengler som julegave?

Arbeiderne på Lønn som fortjent har den siste tiden laget små, vakre engler av knust glass. Englene selges pent innpakket i små gaveesker og er en perfekt julegave til familie og venner.

Lønn som fortjent er Kirkens Bymisjons selsettingstiltak for personer i aktiv rus i Oslo. Arbeidstiltaket har hentet ideen til glassenglene fra Kirkens Bymisjon i Bodø, som har hatt stor suksess med dette tidligere.

Englene representerer håpet i det som tilsynelatende er knust og ødelagt, samt nærheten mellom det sønderknuste og det hellige.

Hver engel koster 150 kroner. For denne summen kan virksomheten lønne en arbeider i en time. Englene er omtrent fem centimeter høye og kommer pent innpakket i små esker. I esken ligger også et kort signert arbeideren som har laget engelen.

**Kontakt Lønn som fortjent på tlf: 22 42 13 75 eller firmapost. lsf@skbo.no for å kjøpe en engel.**



foto: Kikkut Reklamebyrå

# Kunstkort og julegaver 2007

Her ser du Kirkens Bymisjons julekort for 2007. Kjente norske kunstnere har gitt oss tillatelse til å benytte deres motiver gratis. Dette fordi vi ønsker at en størst mulig andel av salget skal gå til Bymisjonens arbeid.



**Julekort nr. 1**  
Kunstner:  
Ingrid Jangaard Ousland  
Tittel: Morgenpassasje  
Teknikk: Lito



**Julekort nr. 2**  
Kunstner: Frans Widerberg  
Tittel: Himmelfall  
Teknikk: Lito



**Julekort nr. 3**  
Kunstner: Lind-Arnold Solstad  
Tittel: Blå aften  
Teknikk: Lito



**Julekort nr. 4**  
Kunstner:  
Ebjørg Thorhallsdottir  
Tittel: Med hjertet i hånden  
Teknikk: Lito



**Julekort nr. 5**  
Kunstner:  
Nicolaus Widerberg  
Tittel: Head 1  
Teknikk: Olje på lerret



**Julekort nr. 6**  
Kunstner: Kjell Einar Midthun  
Tittel: Gammel trekirke  
Teknikk: Akvarell



**Julekort nr. 7**  
Kunstner: Eldbjørg Ribe  
Tittel: Engel med lys



**Julekort nr. 8**  
Kunstner: Ståle Blæsterdalen  
Tittel: På den 7. dag  
Teknikk: Tresnitt

## Bøker og plater



**Bok: Rom for alle – én bok om det å være menneske**  
"Det dypeste menneskelige fellesskapet, det er våre skavanker, og alle kan bidra med det. Hvis vi kan bli flinkere til å omfavne det hos hverandre, da får vi det bedre. For fasader, det er det bare noen som kan lage seg. Skavanker har vi alle."  
Pris kr. 200,-



**Bok: Rett fra hjertet**  
"Enkelt, billig og godt- og med bidrag fra både mesterkokker og bymisjonskokker. Fordi vi vil vise at det beste kan være enkelt, og at måltidet blir best når det serveres Rett fra hjertet."  
Pris kr. 200,-



**Bok: Gi oss i dag**  
Brød er livsviktig. Det er fest også! Det gjelder oss alle - uansett hvem vi er. Gi oss i dag består blant annet av franske spesialiteter fra Åpent Bakeri, sunne saker fra Godt Brød og trondheims spesialiteter fra Erichsens konditori.  
Pris kr. 339,-



**CD: Ny juleplate fra Carola!**  
Carola følger opp suksessen "Jul i Betlehem" fra 1999, med en splitter ny juleplate. Også denne gangen er platen spilt inn i Pødselskirken i Betlehem med Erik Hillestad som produsent. Platen inneholder kjente og kjære julesanger i ny drakt, men også nyskrevne låter hvor Carola selv har bidratt med tekst og toner.  
kr. 150,-



**CD: Lys i Mørket**  
Kom i julestemning med Mia Gundersen og Bjarte Hjelme-land. Tradisjonelle sanger presenteres på nye måter, og Oslo Gospel Choir leverer kvalitet i kjent stil.  
kr. 150,-



**CD: Hellige natt - Jul i Skippergata**  
Rustne struper sang av full hals da Ole Faus gjorde konsertopptak til sin juleplate på Møtstedet, Bymisjonens kafé for rusavhengige i Skippergata. Plata inneholder kjente og kjære julesanger, men også noen nye overraskelser.  
kr. 150,-



Se vår hjemmeside:  
[www.bymisjon.no/bedrift](http://www.bymisjon.no/bedrift)  
for bestilling og mer informasjon  
om kort og gaver



# Solidaritet inn i Aksept's tredje tiår



Solidariteten med mennesker som er berørt av hiv/aids fikk et svært konkret uttrykk da Aksept arrangerte åpent hus under tv-aksjonen 2007.

**Aksept – senter for alle berørt av hiv og aids, fylte 20 år 1. september 2007. Markeringen av denne milepælen er spredt over flere begivenheter gjennom hele året. Solidaritet med personer over hele verden som er direkte eller indirekte berørt av epidemien, går som en rød tråd gjennom hele jubileumsåret.**

Hagekonserten i juni satte ny rekord med 1250 besøkende og stor giverglede til solidaritetsarbeid, denne gangen i Malawi. Et annet høydepunkt vil være en danseforestilling med norgespremiere 29. november. Dansekompaniet Full Circle fra New York arrangerer en gallaforestilling

til inntekt for Inger-Lise Løfsnes Medical Centre i Zambia. Solidaritet går som en rød tråd gjennom alle arrangementene fram til gudstjenesten på Verdens Aidsdag med overskriften "Ta ansvar".

## Solidaritet på grasrota

Solidaritet forbindes ofte med mennesker vi aldri kommer til å møte. Men den solidariteten som starter på grasrota og får feste, er den solidariteten vi tror varer lengst. Aksept fikk erfare dette nokså konkret under TV-aksjonen søndag 21. oktober. Årets tema "Sammen for barn" fikk en undertittel på hiv-senteret: "positiv til positiv", et initiativ fra brukerne og brukerrepresentantene på Aksept.

Ca 75 mennesker møtte opp til åpent hus, og 23 lag med bøssebærere gikk ut. Det ble mange sterke opplevelser, som da en =Oslo-selger bidro med alt han hadde tjent fra dagens salg av magasinet. Etter noen timer var det samlet inn mer enn 90.000 kroner. Dette viser at brukerne tar ansvar.

## - En flott start

Solidaritet dreier seg om å stå sammen med andre i et gjensidig og likeverdig forhold. At årets innsamlingsaksjon på Aksept fra starten av var et brukerinitiativ, sier noe om både brukermedvirkning, likeverd og solidaritet anno 2007. Ved å organisere et åpent hus med mat, kultur og samvær, ga initiativtakerne oss alle en mulighet til å delta i en aktivitet som har betydning for andre menneskers liv.

- Dette er en flott start på Aksept's videre solidaritetsarbeid, sier Jarle Langbakk, for tiden tilknyttet Aksept's informasjonsarbeid.

- Og en glimrende start på vårt tredje tiårs virksomhet, legger Akseptleder Roger Cassidy til.

tekst: Tom Kortoe,  
koordinator for Brukerrepresentantene på Aksept  
foto: Atle Briseid

# Veslelien åpnet "Utsikten"

**En av Norges største institusjoner for rusavhengige, Veslelien i Brumunddal, er blitt enda litt større og flottere. I begynnelsen av november ble boligbygget "Utsikten" åpnet.**

Bygget, som fikk navnet på grunn av den vakre beliggenheten med utsikt over Mjøsa, består av 13 leiligheter og hever bostandarden på institusjonen enda et hakk. Samtidig blir det frigjort etterlenget plass til kontorer, administrasjon og behandling.

- Dette betyr enormt mye for oss. Det gir oss større plass til både kontorer og behandling. Samtidig fører det også til en ny giv på institusjonen, sa institusjonssjef Laila Tove Stunes da hun viste frem nybygget til den nyvalgte ordføreren i Ringsaker, Anita Ihle Steen, og andre gjester.

## Øker kapasiteten

"Utsikten" kostet omkring syv millioner kroner og øker Vesleliens kapasitet fra 50 til 52 plasser. Generalsekretær Sturla Stålsett mente at nybygget er et signal om at Kirkens Bymisjon ønsker å styrke rusomsorgen.

- Vi håper dette bygget blir til velsignelse for institusjonen, sa han.

- Dette er et konkret bevis på at vi jobber fremtidsrettet, sa Willy Kroken, leder av langtidsavdelingen.

## Takket Bymisjonen

En av brukerne kastet seg også spontant på i rekken av gratulantene:

- Vi vil takke Kirkens Bymisjon for den fantastiske jobben de gjør for oss her, og for dem som reker rundt i Oslo, sa han.



Vesleliens leder, Laila Tove Stunes (til høyre) viste frem det nye boligbygget til nyvalgt ordfører i Ringsaker kommune, Anita Ihle Steen.

tekst og foto: Atle Briseid



## Med ønske om en god jul

**Det er mange som vil være med og gi gjestene våre en god jul. Hvert år kontakter vi næringslivet i byen og spør om de kan tenke seg å stille med varer og tjenester vi trenger til Lys i Mørket-aksjonen. Og får de ikke telefon fra oss raskt nok, ringer de selv og ber om å få hjelpe til!**



Aksjonsdag på Oslo S

Når Lys i Mørket-aksjonen arrangeres, er det mange faktorer som skal på plass. Til en julaftenfeiring på Bymisjonssenteret er det behov for middag, dessert, kaffe og kaker til ca 150 mennesker. Juletreet skal pyntes og bordene likeså. Vakker julestemning lages med levende lys, julens blomster, fyr på peisen og deilig duft av røkelse. Mat og julepynt blir hvert år gitt av næringslivet, og en gjeng frivillige sørger for at alt blir tatt hånd om på beste måte. Julaftenfeiringen på Bymisjonssenteret er tradisjonsrik og stemningsfull, og danner rammen rundt gode møter mellom menneskene som feirer høytiden der.



Gjestebud i Tøyenkirken



Luciatoget ned Karl Johans gate er starten på en rekke bymisjonsarrangementer i tida fram til jul.

### 3000 teskjeer

I løpet av desember går det med utallige liter gløgg med mandler og rosiner. Unil AS har i en årrekke levert både pappkrus, teskjeer i plast, gløgg, mandler og rosiner - i tillegg til lys, servietter og andre forbruksvarer. Gløggen serveres blant annet til forbi-passerende på Stallen på jernbanetorget, og på Adventkonsertene i Gamle Logen. Til gløgg hører også pepperkaker som i like mange år er blitt levert av Baxt AS.

### 200 røde roser

Gjestebudene har lang tradisjon i Kirkens Bymisjon, og hvert år inviteres beboere på hospitser og hybelhus til en stor middag som sponses av Rica Helsefy. Da er det selve kirkerommet som pyntes av de frivillige medhjelperne, og hele middagen er lagt opp som en helt spesiell gudstjeneste. Når gjestene utpå kvelden går hver til sitt, får de med seg en rød rose på veien. Det er Ragnar Svingningen AS som sørger for å gjøre en slik gest mulig, og firmaet



Betlehemsstallen på torget er samlingssted for mange i dagene før jul.

har i mange år støttet Lys i Mørket-aksjonen på den måten.

### Trofaste hjelpere betyr mye

Firmaene som engasjerer seg i Lys i Mørket-aksjonen gjør det gjerne for mange år fremover. Det er vi svært takknemlige for! Behovet for hjelp i en høytid som for mange føles tung og ensom er stort, og vi i Kirkens Bymisjon ønsker å skape møteplasser som gjør høytiden lettere å komme gjennom. Ansatte, frivillige og gjester gleder seg over muligheten til å feire julen med god mat og vakker julepynt. For et stort firma er kanskje ikke 3000 teskjeer så mye, men for oss betyr det muligheten til en god og viktig samtale over en varm kopp gløgg!

## Visste du at...

- Lys i Mørket-aksjonen er blitt arrangert hvert år siden midten av 1950-tallet?
- det går med ca. 120 liter ferdigbrygget Ali kaffe under aksjonsdagen på Oslo S?
- våre ansatte deler ut gløgg og pepperkaker til ca 3000 mennesker i desember?
- de tradisjonsrike Adventkonsertene i Gamle Logen i år blir arrangert for 19. gang?
- julaftenfeiringene i Trefoldighetskirken og på Bymisjonssenteret samler til sammen ca. 300 mennesker?
- Smart Club sørger for innholdet i 1 200 matesker og 1 800 juleposer?
- byens næringsliv gir varer og tjenester for ca 1 million kroner hver jul?
- ca. 250 frivillige hjelper til med å gjennomføre Lys i Mørket-aksjonen?

# Kirkens Bymisjon på You tube

Kirkens Bymisjon har nå lagt ut sin reklamefilm og informasjon om Lys i Mørket – aksjonen på You Tube. Se selv på: [www.youtube.com](http://www.youtube.com), og søk på Kirkens Bymisjon.

You Tube ble kåret til "Invention of the year" i Time magazines oppsummering av 2006.

Med tanke på at denne nettsiden har svimlende 20 millioner brukere, og mer enn 65 000 nye filmer som lastes ned hver eneste dag, tror vi dette er et godt medium for å presentere reklamefilmen laget av elever ved Westerdals reklameskole.



## Gaver i 2007

Gaveinntekter 2007  
pr. oktober



### ANSATTE I INNSAMLINGSAVDELINGEN:



**Hans Jacob Torkildsen**,  
innsamlingsleder  
Arbeider med  
kampanjer og  
markedsaktiviteter

Hans.Jacob.  
Torkildsen@skbo.no  
Telefon: 22 36 55 32



**Anne-Mette Torgersen**, konsulent  
Arbeider med Lys i Mørket, faste  
givere, minnegaver, anledningsgaver

Anne-Mette.Torgersen@skbo.no  
Telefon: 22 36 55 55



**Henning Høiner**, prosjektleder  
Arbeider overfor næringslivet  
og med våre salgsprodukter

Henning.Hoiner@skbo.no  
Telefon: 22 36 55 55



**Ada Marie Magnæs**, kundekonsulent  
Arbeider med innsamlingsarbeid og  
samarbeid med næringslivet

Ada.Marie.Magnaes@skbo.no  
Telefon: 22 36 55 29



**Anne Gundersby Djup**,  
markedskonsulent. Arbeider med  
database, rutiner og økonomi

Anne.Gundersby.Djup@skbo.no  
Telefon: 22 36 55 21

## SVARSKJEMA «BYMISJON»

Ververens navn: ..... Postadresse: .....

Jeg ønsker å bli **FAST GIVER** med kr: ..... per:  måned  kvartal  halvår  år

Jeg vil betale gjennom:  avtalegiro  tilsendt giro

Ditt kontonummer ved avtalegiro (11 siffer):

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Navn: .....

Adresse: .....

Postnr.: .....

Poststed: .....

Underskrift: .....

**Givernummer** (fylles ut av Kirkens Bymisjon)

### Andre beskjeder til Kirkens Bymisjon:

Jeg ønsker ikke bladet "Bymisjon" tilsendt, men vil fortsette å være giver.

Jeg ønsker å få tilsendt informasjon om:

- Kirkens Bymisjon
- Fast givertjeneste - LYSGLIMIT
- Anledningsgaver
- Minnegaver
- Testamentariske gaver
- Annet:

**Mottakers kontonummer:**  
**7011 05 18593**

Porto  
er  
betalt



**Kirkens Bymisjon**

Svarsending 1012  
0090 Oslo

# Bymisjonkryssord

SPISE-RED-SKAP GODT-ERI SIKKER-HET SKAFFE SEG ORDNE					TUR	NAVN PÅ EIRE	SÅR-MERKE			
DEN TENNES I DES-EMBER	RIKKET	DE GIS TIL JUL	ÅR-BOK	ROVDYR HØY-SKOLE-LÆRER						
REIS-ENDE							SØNN AV (IRSK)	SPES-IELL AVTALE		
HODE-PLAGG			BÅT-BYGGER		HELGEN-BILDER		↓			
KJØKKENREPSKAP							TULL			
RESPEKT										
↳		KJ. TEGN SVOVEL	STUDER. DANSER		MASER	INTER-JEK-SJON	HVAL-ART			
KJ. TEGN RADON		PREPO-SISJON	DEI-LIGE		FEI MAT-RETT			DØDS-BLEK (OMV.)	BRONSE-VINN-ERE	KOM-MUNE I VEST-FOLD
ARNE ERIKSEN PÅ NOTEN		RUSSISK BY IKKE TIL Å STOLE PÅ						KJENT BYRA		
↳	FUGL MANGE STEMMER			ELV	VEL	UT-SETTE MYNT-ENHET				
DE KAN FORESTA GIFT-MAL										
GUD-INNER				OVER-VINTRE						
😊	IDRETS-UTØV-ERE			GAMMELT GRESK MALTID					ÆR-FUGL-HUNN	↳

Kryssordforfatter: Rolf Bangseid.

Klipp ut og send kryssordløsningen til Kirkens Bymisjon, Tollbugt. 3, 0152 Oslo, innen 25. januar

Navn.....

Adresse:.....

Løsning nr.4-2007															
					S			S	Ø						
			A	L	T	E	R	V	I	N					
		F		R		J	U	V	A	D					
M	I	L	J	Ø	F	Y	R	T	Å	R	N	S	B	E	D
	D	U	E	R	L	V	E	L	E	T	B	E	R		
	R	A	R	E	E	S	N	A	N	O	R	I			
T	E	N	S	B		L		E	R	T	F				
	T	S	U	R	S	T	O	F	F	B	U	E	T		
	T	R	Y	S	I	L	F	J	E	L	L	E	T		
		A	N	E	N	E	A	S	I	E	R	E	T		
S		L	E	N	G	T	L	T	D	G	R	I	S		
M	Å	L	T	E		E	G		E	U	R	E			
	R	Y	E	B	A	R	U	D	S	T	J	E	N		

### VINNERNE AV KRYSSORDET FÅR INGER LISE RYPDALS CD "ANSIKTER"



Plata er gitt ut på Kirkelig Kulturverksted og fikk flotte kritikker da den kom før jul: "Inderlig og vakkert!", mente Aftenposten. Inger Lise Rypdal har sammen med et spennende musikerlag laget en CD med tekster av Erik Hillestad og melodier av Karoline Krüger og Geir Holmsen. Tittelen "Ansikter" forteller om møter med enkeltskjebner. Hver sang er et lite portrett. Tekstene bringer bilder av liv zoomet inn til fortattede øyeblikk med eksistensielle overtoner og undertekster fra bibelske motiver.

### VI GRATULERER VINNERNE AV OPPGAVEN I FORRIGE NUMMER.

- Randulf Elsås Stürtzel** 1274 Oslo
- Inger Sander** 2080 Eidsvoll
- Birger Risan Brodal** 0490 Oslo

# Lys i Mørket 2007

## Program

☆ **Søndag 2. desember kl 14**

Adventkonsert i Gamle Logen  
– Billettbestilling på tlf. 22 33 22 66 (Gamle Logen)  
eller 815 33 133 (Billettsservice).

☆ **Torsdag 6. desember, kl 7-17**

Aksjonsdag på Oslo S.  
Vi serverer kaffe og kaker til de reisende,  
og lager julestemning i avgangshallen.  
Utdeling av Brosteinprisen 2007

☆ **Søndag 9. desember, kl 14**

Adventkonsert i Gamle Logen  
– Billettbestilling på tlf. 22 33 22 66 (Gamle Logen)  
eller 815 33 133 (Billettsservice)

☆ **Onsdag 12. desember**

Konsert "Det lyser i stille grender".  
St. Halvardshjemmet

☆ **Torsdag 13. desember, kl 16.30**

Lucia-feiring i sentrum.  
Åpning av Stallen på Jernbanetorget kl 17.30

☆ **Fredag 14. desember**

- **mandag 24. desember**  
Stallen på Jernbanetorget er åpen  
i tidsrommet kl 12-18 hver dag.

☆ **Søndag 23. desember**

Gategudstjeneste ved stallen på  
Jernbanetorget kl. 17.00

☆ **Mandag 24. desember**

Julaftenfeiring i Bymisjonssenteret i  
Tøyenkirken og i Trefoldighetskirken.

☆ **Romjulen på Bymisjonssenteret i Tøyenkirken:**

**Onsdag 26. desember:**  
Onsdagsmesse med suppe,  
messe og kirkekaffe.  
Dørene åpner kl 17.

☆ **Torsdag 27. og  
fredag 28. desember:**

Romjuls kro med servering av  
julemat, kl. 14-18. Gratis.



## B-PostAbonnement

# Bildet av Rebecca



**I desember er det ett år siden Rebecca Rist ble funnet drept på Breistein i Bergen. I mediene ble den unge kvinnen først og fremst omtalt med ord som prostituert og narkoman. Siden har det kommet fram flere nyanser i bildet av Rebecca - ikke minst takket være hennes egne bilder, som Bergens befolkning har fått anledning til å se.**

I sommer ble 12 kunstverk signert Rebecca Rist stilt ut i Kafé Magdalena, et av møtstedene til Kirkens Bymisjon i Bergen. I oktober ble det holdt kunstauksjon samme sted, der noen av Rebeccas arbeider og verk av andre kunstnere ble solgt.

- Rebecca hadde unike evner. Det kom ofte i skyggen av andre merkelapper som ble satt på henne. Vi ønsker å sette en alternativ dagsorden når det gjelder Rebecca Rist, og vise at hun var et menneske med mange sider, sier Thor Brekkeflat, virksomhetsleder for Bymisjonsenteret i Bergen.

Og mange fikk noe å tenke på da de fikk se hva Rebecca Rist hadde av talenter – som tidligere hadde fått lite oppmerksomhet i mediens omtale av henne. Alt i ung alder viste Rebecca sitt kunstneriske talent. Det tidligste arbeidet på utstillingen var en skulptur hun laget som 13-åring.

Det siste arbeidet – tegningen "Nyfødt barn" – ble laget i 2000. Bildet forestiller babyen til

en venninne av Rebecca, og er tegnet med blyant og fargelagt med kaffe. Det var de eneste tegnesakene den unge kunstneren hadde tilgjengelig da.

Rebecca vokste opp i Åsane som den yngste av tre søsken. Hun var en skoleflink og pliktoppfyllende jente med kreative evner, og framtiden så lys ut. Helt til livet ble snudd opp ned for henne da hun ble voldtatt av to jevnaldrende gutter. Kanskje var det dette som fikk henne til å søke tilflukt i rusen.

Hun fikk hjelp til å fullføre videregående skole på linjen for tegning, form og farge, med svært gode resultater. Men problemene var ikke over. Hun vendte tilbake til rusmiljøet, og gikk inn og ut av det i årene som fulgte.

21. desember 2006 ble Rebecca Rist funnet drept. Da hadde forsvinningsaken allerede versert i mediene i ukevis. Rettssaken mot mannen som er tiltalt for drapet, begynner nå i desember.

Venner og familie har i ettertid opprettet et minnefond som bærer Rebeccas navn. Hittil er det kommet inn 44.000 kroner til fondet. Overskuddet hvert år skal gå til miljøtiltak og fritidsaktiviteter for kvinner med tilknytning til rus- og prostitusjonsmiljøet i Bergen. Midlene vil bli kanalisert gjennom Kirkens Bymisjon i Bergen.

Brorparten av beløpet ble reist i løpet av en auksjon i oktober – også den på Kafé Magdalena – der både Rebeccas og andres



bilder ble solgt. Det største av hennes arbeider, en dramatisk aktegning i svart og rødt, oppnådde en pris på 2.600 kroner.

Les mer om Rebecca og bildene hennes på [www.rebeccaristminnefond.com](http://www.rebeccaristminnefond.com)

tekst: Kati Indrefjord  
bildekunst: Rebecca Rist



## Vår side

På "Vår side" trykker vi ord og uttrykk fra deltakerne i Bymisjonens mange tiltak og virksomheter. Denne gangen viser noen av bildene til Rebecca Rist. Rebecca var et kjent ansikt på Kafé Magdalena i Bergen. Hun ble drept for ett år siden.