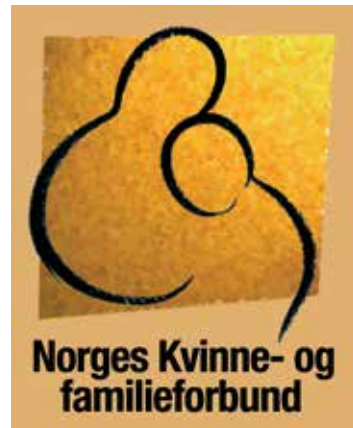


Kvinner & Familie

Nr. 1/2024



MEDLEMSBLAD FOR NORGES KVINNE- OG FAMILIEFORBUND



**Veien videre
– revitalisering av
forbundet**

**Marie-prisen
til Klokkeklovnene**



Forsidefoto: Christine Andreassen

Kvinner & familie

Nr. 1 2024

138. årgang - Grunnlagt 1887

Redaktør

Lene Sogaard Gloslie

Utgiver:

Norges Kvinne- og familieforbund

Storgata 11, 0155 Oslo

Telefon: + (47) 22 47 83 80

E-post: post@kvinnerogfamilie.no

Annonser:

post@kvinnerogfamilie.no

Abonnement:

Kan bestilles hos utgiver: Kr 150,- pr. år.

Medlemmer av forbundet får bladet gratis

Design:

cathrine@xide.no

Trykk: Trykk: X-IDE AS, Telefon 951 05 900

Adressering: Mailbroking

Opplag: 2300

Redaksjonsrådet:

Redaksjonsrådet:

Wenche Kraggerud

wenche@kvinnerogfamilie.no

Randi Helen Almskår

randiha@kvinnerogfamilie.no

Trine Berg Fines trine@kvinnerogfamilie.no

Lene Sogaard Gloslie

redaktor@kvinnerogfamilie.no

Frist for stoff: 3. mai 2024

Ettertrykk og kopiering av Kvinner & families stoff og annonser er ikke tillatt uten etter avtale.

ISSN NR: 1891 - 7992

ISSN NR trykt utgave: 1500 - 3000



Norges Kvinne og familieforbund

Hensikt: Styrke familiens posisjon gjennom tiltak som gir tid og mulighet til omsorg for hverandre.

Visjon: Anerkjennelse av kvinners ulike valg gjennom livsfaser. Verdssetting av familien som bærebjelke i utviklingen av et godt samfunn.

K&F er tilsluttet:

Associated Country Women of the World (ACWW)

Norsk TotalforsvarsForum (NTF)

FOKUS Forum for Kvinner og Utviklings-spørsmål

FN Sambandet, Frivillighet Norge, Debio, Studieforbundet næring og samfunn.



Leder

Wenche Kraggerud

Forbundsleder

Kjære medlem

Ønsker dere alle et godt nyttår. Og tusen takk for tilliten dere ga meg ved å velge meg til forbundsleder på Landsmøtet i oktober.

Det har gått noen måneder siden landsmøtet og det har vært mye å sette seg inn i, er ikke helt i mål enda, men det kommer, jeg lærer stadig nye ting.

Tema for landsmøteperioden er Omsorg gjennom hele livet. For meg innebærer dette at vi har omsorg for alle vi møter på vår vei, ikke bare vår egen familie, men de som trenger litt ekstra i disse tider vi lever i dag. Det er mange som sliter med økonomi, ensomhet og jobbsituasjoner. Bare for å nevne noe, det er mye å ta tak i, så vær et godt medmenneske.

Vi hadde et styremøte på kontoret i november, og det var et fint og konstruktivt første møte, med både nye og gamle styremedlemmer. Det var fire nye medlemmer i styret denne gangen. Det ser ut til å bli en fin gjeng. Vi skal jobbe godt med sakene våre.

Tema for denne perioden 2024 til 2025 er:

Føde og barselomsorg

Psykisk helse

Trygg alderdom

Miljø og Beredskap

Velferdsteknologi

Fødsel og Barselomsorg: kvinner skal føle trygghet i forbindelse med sin fødesituasjon og barseltid. Tilbudet er kritikkverdig mange steder i landet vårt. Der det er store avstander er det viktig å opprettholde lokale fødeavdelinger og de som har lange avstander må følges opp av jordmødre. Det er også viktig å legge til rette for fødende med et annet språk. Det er også viktig med etterarbeidet, når det nå er så liten liggetid på fødeavdelingene er det viktig at nybakte mødre blir fulgt opp når de kommer hjem. Det kan være mange spørsmål en nybakt mor lurer på. Det må bli flere jordmødre i kommunene. Psykisk helse: Dette er et felt som strekker seg bredt og det er mange som trenger hjelp i samfunnet i dag, som vi ikke klarer å se. Psykiske lidelser som angst og depresjon, er blant de vanligste årsakene til sykefravær, og det som fører til flest tapte arbeidsår i Norge. Vi vet at ved å øke kunnskapen om hvordan det er mulig å kombinere arbeid og psykiske helseutfordringer, kan vi sette søkelyset på det som er viktig for mange, å ha en jobb å gå til.

Psykisk hjelpeapparat må styrkes, spesielt for ungdom. Tilbudet må tilpasses den enkeltes livssituasjon.

Trygg alderdom: I 2030 vil det være flere eldre enn barn i Norge. Derfor har regjeringen lagt frem eldreforhøringen Bo trygt hjemme. Vi må derfor legge bedre til rette for at eldre kan ha en aktiv og trygg alderdom.

Mange eldre har bedre helse og mer ressurser enn tidligere. Noen er friske bor hjemme og bidrar med fullt engasjement i nærmiljøet sitt. Andre er pleietrengende og trenger bolig med bemanning. Uavhengig av situasjonen er fellesnevneren at alle har samme behov for å kjenne på trygghet, fellesskap og mestring.

Bruk av velferdsteknologi; kan bidra til økt trygghet, sikkerhet, sosial deltakelse, mobilitet, fysisk og kulturell aktivitet og styrke den enkelte evne til å klare seg selv i hverdagen selv om man har, psykisk eller fysisk nedsatt funksjonsevne. Det gjør det mulig for eldre og mennesker med nedsatt funksjonsevne til å klare seg i egen bolig i større grad enn før. Dette er i bruk i hjemmetjenesten, boliger og i institusjoner i dag. Men bør komme mer på banen.

Miljø og Beredskap: Mennesker påvirker og endrer naturen på godt og vondt. Vi kan alle bidra til en positiv utvikling gjennom vår holdning til forbruk og gjenbruk. Gjennom våre valg av kjøp av varer.

Beredskap er omsorg i praksis, det å være forberedt i dag på det som kan skje i morgen. Vi er sårbare både som enkeltpersoner og som nasjon når katastrofen er et faktum. Vi har hatt en kald periode nå både i desember og januar. Vi i Østfold er ikke så vant med så mye snø og kulde, så det blir en utfordring. Brøytemannskapene har jobbet døgnet rundt, men det tar tid og de får det ikke helt til. Vi må bare lære å puste med magen og ta det med ro. Nå gleder jeg meg til våren og at sola varmer snart igjen.

Jeg har vært på seminar sammen med Oslo krets, det var et fint seminar, med mange fine og gode innspill vi skal ta med oss videre i arbeidet vårt.

På landsmøtet kom det inn forslag om å legge ned sentralledet til forbundet. Det ble stemt for at det skulle settes ned en gruppe som skulle se på konsekvenser ved å legge ned sentralledet.

Denne gruppa er satt og består av: Julie Hvidsten Helgesen, Tertnes K&F, Liv Aasa Holm, Røa K&K, Anne Enger, Grindvoll og Lunner K&F, Bodil Irene Berge Nervik, Mosvik K&F og leder av gruppa Randi Almskår, Oppdal K&F. De hadde sitt første møte i januar, og jeg gleder meg til å følge med videre på dette. Jeg mener det er behov for forbundet fremdeles. Vi skal ha et seminar den 19. og 20. oktober i Oslo. Tema er Psykisk helse og velferdsteknologi. Så sett av datoen og ta dere en tur. Håper vi ser mange av dere der.

Jeg gleder meg til samarbeidet med dere. Er dere i Oslo er det bare å komme innom kontoret å ta en kopp kaffe og en prat. Jeg er der hver mandag.

Ønsker dere alle en fin vår.

Wenche Kraggerud
Forbundsleder

Redaktør

Lene Sogaard Gloslie

Redaktør

Nytt år, nye muligheter, heter det, og forbundet står foran et spennende år med ny ledelse og revitalisering på programmet. Landsmøtet stod på agendaen i oktober, og der ble daværende forbundsleder Aina Alfredsén Førde og nestlederne Randi Støre Gjerde og Christine Andreassen takket av etter årelang innsats. Som redaktør for Kvinner & Familie vil jeg gjerne takke for et godt samarbeid, og samtidig ønske det nye sentralstyret velkommen!

Under landsmøtet ble det også fremmet et forslag om oppløsning av sentralledet i Norges Kvinne- og familieforbund. Dette ble nedstemt. I stedet ble et kontraforslag om å opprette en arbeidsgruppe som skal jobbe med konsekvenser av en eventuell nedleggelse og revitalisering av forbundet godkjent av landsmøtet. Julie Helgesen, nytt medlem i sentralstyret og i arbeidsgruppen, gir deg et innblikk i arbeidet som ligger foran arbeidsgruppen i denne utgaven av Kvinner & Familie.

Egenberedskap er alltid aktuelt, og i denne utgaven forteller Hanne Guro Garder, daglig leder, i Norsk TotalforsvarsForum om den økende risikoen vi som samfunn står overfor. «Nå er det alvor. Rustet for en usikker fremtid», er tittelen på utredningen som ble ført i pennen av Totalberedskapskommisjonen, som ble utgitt i juni i fjor. Kommisjonen har vurdert styrker og svakheter ved dagens beredskapssystemer, og konkluderer med at norsk beredskap tilsier et stort behov for å prioritere sikkerhet og beredskap. Tiden for den prioriteringen er nå – også når det gjelder egenberedskapen i befolkningen. Oppfordringen er klar – vi bør alle være bevisst ansvaret vi har for egen beredskap i eget hjem og for våre familier!

Det er alltid hyggelig å høre om aktiviteter i lag og kretser. BruktBokBua har satt en kreativ idé ut i livet og laget kalender for 2024. Kanskje lar du deg inspirere – eller kanskje du har noe spennende å dele fra ditt lag eller din krets? Send gjerne tekst og bilder til redaktor@kvinnerogfamilie.no, og bidra med godt lesestoff og inspirasjon til våre medlemmer!

Ønsker dere alle fine vårmåneder fremover!



4



16

Innhold

POLITIKK OG SAMFUNN

Den gode følelsen sitter ofte i kroppen selv om øyeblikket er glemt	4
Foreldreomsorg – e de fali` det?	7
Nå er det alvor	12
Jakten på den forsvunne økopoteten	16
Kvinnfolk – folkeopplysning om et tabubelagt emne	20

LANDSMØTE 2023

Landsmøtet 2023	8
Veien videre – revitalisering av forbundet	10

JUS

Hvorfor opprette fremtidsfullmakt?	14
------------------------------------	----

FORBUNDSNYTT

Sentralstyrets hjørne!	22
Landslotteriet 2024	24

LOKALSTOFF

BruktBokBuas kalender for 2024	26
Materiell fra Norges Kvinne- og familieforbund	28
Liste over K&Fs tillitskvinner	30

 - følg oss på facebook

OPPDATER DEG PÅ HVA SOM SKJER I FORBUNDET! DU FINNER LINKEN TIL FACEBOOKSIDEN PÅ NETTSIDENE VÅRE. HER FÅR DU LØPENDE INFORMASJON, DU KAN KOMMENTERE OG DELTA I DISKUSJONEN.

VI SEES PÅ FACEBOOK!



Foto: Ronny Østnes

DEN GODE FØLELSEN SITTER OFTE I KROPPEN selv om øyeblikket er glemt

Disse synspunktene har vi stor forståelse og respekt for, fordi vi vet at det kommer fra et ønske om å beskytte denne gruppen med sårbare og ofte sterkt reduserte mennesker.

AV: ÅSA HILLINGSETER LØYNING, PRODUSENT OG KOMMUNIKASJONSANSVARLIG, KLOKKEKLOVNENE

Forskning slår fast at Klokkeklovnene tilfører vitalitet, aktivitet, kreativitet, og stimulerer muligheten til å ta i bruk egne iboende ressurser og uttrykke sin kreativitet.



Klovnene i klokkeklovnene er utdannet skuespillere og har deretter gjennomgått en spesialisering med praksis på sykehjem for å kunne møte mennesker med demens på en god måte. En Klokkeklovn har altså teaterfaglig bakgrunn og kunnskap om demens, men vi er først og fremst mennesker som ønsker å bringe positivitet inn til de som ikke lenger selv kan gå på teater og som lever sine siste dager på et sykehjem.

KLOKKEKLOVNENE

Klokkeklovnene er en ideell forening med administrasjon i Oslo. I dag er det 17 profesjonelle klovner som er tilknyttet Klokkeklovnene. Klokkeklovnenes mål er å fremme glede og øke livskvaliteten til beboere på sykehjem. Dette gjør vi gjennom helsefremmende klovning og med stor respekt for den enkeltes opplevelsesverden. Vi fokuserer på det positive og henter frem det friske i hver enkelt.

Vår profesjon heter Klovn i helse (clown in care), og vi er kanskje den minste yrkesgruppen i Norge i tillegg til blikkenslagere og taksidermistere.

Men Klovn i helse er et konsept som kan spores tilbake til begynnelsen av 1900-tallet i London.

I dag har de fleste europeiske land klovner som arbeider innenfor helse, både med barn, eldre og psykisk utviklingshemmede. Og det finnes klovner i helse i over 50 land og på alle kontinenter.

Hensikten med denne form for kunstnerisk arbeid innenfor helsesektoren handler først og fremst om å løfte pasientenes humør og sinnsstemning gjennom positivitet og humor.

Klovn har gjennom sin lave status en mulighet til å gi makten (empower) tilbake til pasientene/beboerne og slik gjøre institusjoner mer menneskelige.

Helseklovner fokuserer alltid på det som er friskt, men det vil ikke si at vi overser sykehjemsbeboernes situasjon eller ignorerer andre følelser enn glede. Som klovner kan man ta imot alle følelser og bruke disse energiene til å bygge broer over til det kreative og konstruktive. Alle reaksjoner er positive tegn på at det finnes krefter som fungerer i en kropp.

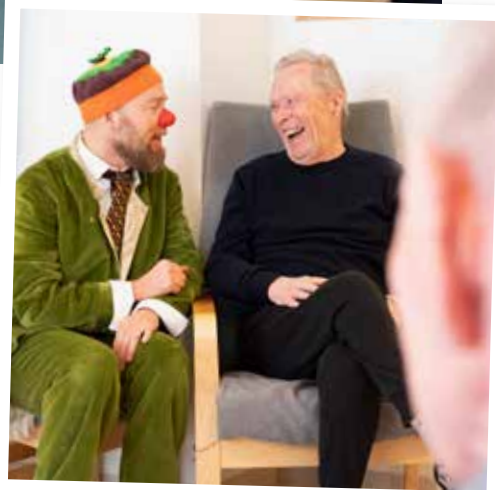


Foto: Ronny Østnes

Klokkeklovnene er ennå ikke så allmenkjente, men vi har jobbet med klovner i eldreomsorgen siden 2010, og møtt over 30 000 beboere. Vi har utviklet metoder godt egnet til å fremme positive emosjoner og derved psykisk velvære hos beboere ved norske sykehjem. Det handler i stor grad om respekt; – respekt for verdigheten til sterkt reduserte mennesker, til dels uten språk, og det handler om respekt for at selv de minste,



Foto: Ronny Østnes



Foto: Ronny Østnes

også ordløse tegn på kommunikasjon, er dramatisk viktige signaler fra mennesker som har mistet sine tidligere evner til kommunikasjon.

Flere spør om besøkene våre blir husket av beboerne med demens som vi møter, men det tenker vi er helt irrelevant, fordi for disse menneskene er det øyeblikket som er viktig. Så derfor handler det om å skape gode øyeblikk og gjenta Magdalena Schamberger, den anerkjente spesialisten når det gjelder demens og kreativitet, snakker allikevel om en «Happy hangover» som kan henge i etter gode opplevelser selv om det er i øyeblikket at magien og kontakten oppstår.

HVEM HJELPER HVEM?

Olivier-Hugues Terreault, en annen bauta innen klovnen i demensomsorgen, er dette et grunnleggende spørsmål. Hvem hjelper hvem?

Han forklarer videre at hvis han i møte med mennesker på sykehjem går inn med en innstilling om at «Jeg er her for å hjelpe deg», så vil han automatisk plassere sykehjemsbeboeren i en rolle der hen er en person som er trengende.

Han forklarer at dette vil åpne opp det håp-psykologiske og fysiologiske systemet i beboeren som gjør at hen havner i et «jeg er trengende, jeg såret» modus.

Men hvis du kommuniserer som klovnen ofte gjør. Jeg er ikke perfekt, du er ikke perfekt, jeg trenger hjelp, du trenger hjelp, jeg er såret, du er såret, da kan vi hjelpe hverandre.

Og nå vet vi ikke helt hvem som hjelper hvem, og slik vokser begge i møte med hverandre.

Jeg syntes at dette beskriver veldig godt et likeverdig møte mellom mennesker. - Og det er slike møter vi i Klokkeklovnene kontinuerlig jobber for å skape. Likeverdige møter der begge vokser og hjelper hverandre.

Så derfor tilstreber vi alltid å møte våre medmennesker på sykehjem med nysgjerrighet, respekt, beundring, takknemlighet og ydmykhet.

KLOVN I MØTE MED MENNESKER MED DEMENS

I dag har over 100.000 mennesker i Norge demens, og trolig vil antallet dobles de neste tjue årene. Mange tror demens kun rammer eldre, men også yngre personer kan få sykdommen.

80 % av alle mennesker som bor på sykehjem har en eller annen form for demenssykdom. Disse menneskene kommer høyst sannsynlig til å oppleve depresjon, en følelse av isolasjon og de kan ha problemer med å uttrykke seg selv og sosialisere med andre.

Fellesaktiviteter og kulturtilbud passer ikke alltid for denne målgruppen. Det er fordi mennesker med demens ofte sliter med å håndtere hverdagens kompleksitet, og da spesielt i store forsamlinger.

Klovn er et enkelt vesen. Den har et tydelig kroppsspråk og er transparent. En klovnen er nysgjerrig, forventer ingenting og har ingen svar. Dette gjør det enkelt å forholde seg til en klovnen.

Det oppstår et positiv kræsj mellom kunst og helse. Klovnene bruker teknikker som inkluderer teater, klovning, improvisasjon, rytme, musikk, magi, dukketeater og fysisk

teater. Forskning viser også at farger, rytme, humor og musikk er det siste som forsvinner hos mennesker med demens.

De fleste som har demens, opplever å få svekket syn og det første som forsvinner i et ansikt er nesen. Den røde nesen hjelper derfor mennesker med demens til å se ansiktet bedre. Hvis nesen i tillegg et litt skinnende så vil den plukke opp skinnet fra øynene og slik sett hjelpe mennesker med demens å få øyekontakt, og dermed nærhet og kontakt med andre.

Eller sagt med Magdalena Schamberger sine ord:

«Den røde nesen er den minste masken i verden. Den styrer blikket til publikum, i vårt tilfelle mennesker som lever med demens, mot øynene til klovnen slik at de deler sårbarhet og får kontakt.»

Den røde nesen hjelper oss altså til å finne fram til et åpent og lekent vesen som hjelper oss med å få kontakt med mennesker som lever med demens og som det ikke alltid er like lett å få kontakt med. I tillegg er den røde nesen et slags signal, eller kall det en invitasjon til lek, kontakt og moro.

Vi mener at alle sykehjem i Norge burde hatt anledning til å få besøk av Klokkeklovnene.

Bærekraftmål nr. 3 skal sikre god helse og fremme livskvalitet for alle, uansett alder.

Klokkeklovnene får ingen statlige støtte så vi er helt avhengig av den fantastiske støtten vi får fra enkeltpersoner, stiftelser, organisasjoner og næringsliv.

Syntes du dette var fint og ønsker å støtte vårt arbeid. Vipps: 80656.

Vi har også en fastgiverløsning: <https://klokkeklovnene.no/stott>



FORELDREOMSORG

– E DE FALI'DET?

Eg likar ikkje ordet kontantstøtte. Men eg likar at foreldre får støtte. Foreldrestøtte. Det er bra.

AV: ODRUN VELLENE VEVATNE, SENTRALSTYREMEDLEM

Kontant får meg til å tenkje på kontantar. Berre det. Ikkje på omsorg. Men kontantstøtte betyr jo eigentleg foreldreomsorg. Så kvifor heiter ikkje kontantstøtte foreldreomsorg? Då hadde eg til fulle forstått kva som ligg i det. Då hadde eg forstått det som ein betydeleg verdi. Noko verdifullt. Men sidan kontantstøtte jo betyr alt dette, er kontantstøtte bra.

Staten og dei styrande har tydelegvis heller ikkje forstått verdien i ordet kontantstøtte. For dei har fjerna det. Delvis i alle fall. Etter sommaren vert det sannsynlegvis berre stumpar att. Berre 5-6 av opprinneleg 24. Månader altså. Men sidan det ikkje er nok barnehageplassar til absolutt alle born som fyller 1 år, let dei litt stå att. Inntil vidare. Før dei tek vekk alt.

For det hastar med å få begge foreldra ut i 100 % jobb att. Dessutan bør borna fortast mogleg under offentleg omsorg. Det er best, seier staten og dei styrande. Det er arbeidslinja. Om nokon av foreldra har foreldreomsorg sjølve for lenge, går det utover karrieren. Ikkje bra. Dei trekkjer også ressursar ut av arbeidslivet ved å vere heime med born for lenge. Det blir ei økonomisk belastning for arbeidsgjevar. Belastning for foreldre er ikkje vurdert.

Men mange foreldre ynskjer å ta seg av dei små, nye borna sine i litt lenger enn 12

månader. Desse små som nettopp er komne ut i livet, som akkurat, eller ikkje enno, har lært seg å gå. Som nettopp er begynt å forme nokre små ord, som skal lære seg å leike ute, leike saman med andre, sove ei heil natt.

Eller kanskje ikkje. Kanskje dei strevar med alt dette. Kanskje det er mykje som er vanskeleg. Kanskje det enno berre er trygt å vere nær mor eller far. Og kanskje mor eller far er mykje trøtt. Kanskje slit dei med å få til den nye rytmen i livet etter at eit nytt, lite liv er kome til. Som krev alt. Kanskje meir enn alt. Kanskje treng alle desse liva litt TID for å finne ut av det. TID for å få ting til å fungere. TID for å få ting til å gå seg til. Ikkje berre stress og styre for å få ting til å gå i hop med ei klokke som alltid går for fort.

Men staten er ikkje einig. Eit år bør vere nok. Ikkje meir. Kom igjen! Staten treng deg! Og DU treng å kome deg ut i arbeidslivet att fortast mogleg! Til der det viktige skjer! Du må vere med!

Foreldra er uunverlege. Uvurderlege. Foreldra bør få lov til å bestemme litt sjølv, når dei kjenner at eigenomsorga for barnet er grunnleggande viktig. Foreldre kan ta gode, godt vurderte val. Stol på dei. Dei veit kva det dreiar seg om. Respekter og oppvurder foreldreomsorga. Heimar med to



Odrun Vellene Vevatne, sentralstyremedlem.
Foto: Lene Søgaard Gloslie

100 % utearbeidande foreldre kjem tidsnok. Og det varer lenge. Det er det vanlege. Men foreldre som er småbarnsforeldre er i ein uvanleg situasjon. Ein unntakssituasjon.

Dei må hyllast, rosast og verdsettast. Ikkje nedvurderast. Heller ikkje økonomisk. Heim og foreldre må gjevast vilkår til å velje sjølve.

Heldigvis – eller forhåpentlegvis – står ein av dei flotte barnehagane vi har i dette landet, klar til å ta imot når barn og foreldre er klar. Det er ikkje feil å velje oppstart etter eit år, det eit godt val for foreldra som vel det. Men det er heller ikkje feil med barnehageoppstart ved to års alder. Valfridom utifrå ulike behov og ynskjer er vesentleg for dei fleste.



Deltakere på landsmøtet. Foto: Christine Andreassen



Det nye sentralstyret. Foran fra venstre: Julie Helgesen, Wenche Kraggerud, Nina Cathrin Rogenhaug Solvi og Randi Helen Almskår. Bak fra venstre: Trine Berg Fines, Dagny Pedersen Welle og Ödrun Vellene Vevatne. Foto: Lene Gloslie



Fra venstre: Aina Alfredsén Førde, Klokkeklovnene og Wenche Rolstad. Foto: Christine Andreassen

LANDSMØTET 2023

Den 20. oktober møttes 57 medlemmer fra forskjellige lag til Landsmøtet på Park Inn Radisson Oslo Airport West.

AV: WENCHE KRAGGERUD, FORBUNDSLEDER

Aina Alfredsén Førde åpnet landsmøtet og Ståle Lien Hansen, ordfører i Ullensaker, ønsket oss velkommen til Ullensaker kommune.

Vi fikk hilsning og gode ord av TotalforsvarForum ved leder Hanne Garder, som takket for det gode samarbeidet vi har. Det ble også et foredrag om velferdsteknologi av Tor Sætrang,

nettverkskoordinator i velferdsteknologi i Innlandet.

MARIE-PRISEN

På hvert landsmøte blir Marie-prisen delt ut. Dette året gikk prisen til Klokkeklovnene, som vekker gjemte talenter og glemte smil. Deres mål er å speile, synge, spille, danse og være til stede i øyeblikket. Slik når de fram

til mennesker som er mye inne i seg selv. Klokkeklovnene reiser rundt omkring og vekker livsgnist og glede på sykehjem.

SAKER TIL LANDSMØTET

Det var mange saker som skulle behandles, alt var godt planlagt og organisert slik at vi kom i mål med hele programmet. Vi vil rette en stor takk til alle som hadde ansvar for



Fra venstre: Randi Helen Almskår, Aina Alfredsen Førde, Wenche Kraggerud og Trine Berg Fines.
Foto: Christine Andreassen

tilrettelegging og ordstyring under møtet, dere gjorde en god jobb.

En sak til landsmøtet var forslag om oppløsning av sentralledet i Norges Kvinne- og familieforbund. Det ble vedtatt at vi setter ned et arbeidsutvalg som utarbeider alle sider og konsekvenser av nedleggelse av forbundet. Det skal også arbeides med forslag til revitalisering av forbundet. Denne gruppa er i gang med arbeidet allerede.

RESOLUSJONER

Det ble gjennom helgen jobbet med en del resolusjoner, som sendes til politiske partier, aktuelle departementer og media. Disse var Lovfesta grunnbemanning i eldreomsorgen, Tildeling av brukerstyrt personlig assistent, Kontantstøtte og Mer forskning på endometriose.

NYTT SENTRALSTYRE

Det var tre stykker som takket for seg etter lang fartstid i styret. Det var Aina Alfredsen Førde som har sittet som forbundsleder i en årrekke, nestleder Randi Støre Gjerde og nestleder Christine Andreassen.

Vi takker dere for den fantastiske jobben dere har lagt ned for forbundet i disse årene dere har sittet i styret. Dere vil bli savnet.

DET NYE STYRET SOM BLE VALGT BESTÅR NÅ AV:

Wenche Kraggerud, forbundsleder
Trine Berg Fines og Randi Almskår, nestledere

Julie Hvidsten Helgesen, Dagny Pedersen Welle, Odrun Vedvatne Vellene og Nina Solvi Rognehaug, styremedlemmer
Inger Berger og Sigrun Strøm, varamedlemmer



Aina Alfredsen Førde og Hanne Garder, daglig leder i TotalforsvarForum.
Foto: Christine Andreassen



Tor Sætrang, netværkskoordinator i velferdsteknologi i Innlandet mottar blomster etter sitt innlegg. Foto: Christine Andreassen



Aina Alfredsen Førde åpnet landsmøtet og Ståle Lien Hansen, ordfører i Ullensaker, ønsket oss velkommen til Ullensaker kommune.
Foto: Christine Andreassen



HEI ALLE MEDLEMMER!

**AV: WENCHE KRAGGERUD,
FORBUNDSLEDER**

Mitt navn er Wenche Kraggerud og jeg kommer fra Sarpsborg. Takk for tilliten dere ga meg ved å velge meg som forbundsleder ved Landsmøtet i oktober.

Dette blir en arbeidsom og spennende toårsperiode for meg. Jeg gleder meg til å ta fatt på jobben. Det er mye å lære og mye å sette seg inn i. Men jeg sier som PIPPI, dette har jeg ikke gjort før, så det klarer jeg sikkert!

Jeg har alltid vært engasjert i kvinners plass i samfunnet. Dersom vi ikke har likestilling, får vi ikke fullstendig demokrati. Frivillighet er også et tema jeg synes er viktig å engasjere seg i, det er viktig for de små og store fellesskapene vi har.

Det som ligger mitt hjerte nærmest er at alle barn og unge skal ha en trygghet og god oppvekst, og at alle skal ha like muligheter til å lykkes, gjennom en god og offentlig skole, trygge og stimulerende barnehager, gode bomiljøer og varierte og tilgjengelige fritidstilbud.

Denne landsmøteperioden skal vi jobbe med temaet Omsorg gjennom hele livet. Jeg tror vi får til mer når vi jobber sammen, enn hver for oss. Derfor håper jeg vi kan ha et fint samarbeid med lagene rundt om i landet vårt.

Vi i styret skal jobbe godt med sakene som kommer og være gode ambassadører for forbundet.

VEIEN VIDERE

– revitalisering av forbundet

På landsmøtet i 2023 på Gardemoen ble det fremmet et forslag om nedleggelse av Norges Kvinne- og familieforbund.

AV: JULIE HELGESEN, MEDLEM AV SENTRALSTYRET,
NORGES KVINNE- OG FAMILIEFORBUND



Illustrasjonsfoto: Foto: Unsplash/Mark Basarab



Julie Helgesen, medlem av sentralstyret,
Norges Kvinne- og familieforbund.
Foto: Lene Sogaard Gloslie

Dette forslaget ble nedstemt, men et kontraforslag om å opprette en arbeidsgruppe ble godkjent av landsmøtet. I dette forslaget heter det at det skal fremstilles en arbeidsgruppe som skal jobbe med konsekvenser av en eventuell nedleggelse og revitalisering av forbundet.

ARBEIDSGRUPPEN

Sentralstyret har satt opp en gruppe med fem medlemmer som har veldig bredt erfaringsgrunnlag. Gruppen består av:

Randi Almskår, Oppdal K&F, Julie Helgesen, Tertnes K&F, Anne Enger, Grindvoll og Lunner K&F, Liv Aasa Holm, Røa K&F og Bodil Nervik, Mosvik K&F.

Arbeidsgruppen møttes for første gang i januar. Da var hovedfokuset å bli kjent med hverandre og dele tanker og meninger om veien videre.

I arbeidsgruppen velger vi først og fremst å fokusere på en revitalisering av forbundet. Men oppgaven vi har fått går også ut på å utforske alle konsekvenser ved en eventuell nedleggelse av sentralledet.

TRE ULIKE RETNINGER

Det første vi kommer til å jobbe med er å undersøke mulige retninger for hvordan vi kan bringe forbundet videre, og lage en oversikt over dette. Vi kommer til å jobbe ut fra tre ulike modeller:

Modell 1 er forbundet slik vi kjenner det i dag. Et sentralledd som styrer det landsdekkende arbeidet, kretser og lag. I denne modellen beholdes de sakene

som står på prinsippprogrammet, med kun normale forandringer.

Ved modell 2 legges sentralledet ned, slik som forslaget het på landsmøtet i 2023. Sentralledet består av både sentralstyret, medlemsblad, kontor, nettside, og øvrige samarbeid og organisasjonsoppgaver. I denne modellen vil det være naturlig å jobbe med hvilke konsekvenser dette vil gi for medlemmer, lag, økonomi og så videre. Det må også jobbes med en plan for en eventuell nedleggelse.

Modell 3 består av et forbund i helt ny drakt. Her beholdes konturen av sentralledet slik det er i dag, men oppgaver og visjoner for sentralstyret og forbundet fornyes. Her skal det jobbes med et forslag til fornyelse i alle deler av organisasjonen.

TENKE NYTT

I forslaget om nedleggelse av sentralledet fra Landsmøtet i 2023 omtales et synkende medlemstall, at det er vanskelig å få inn folk til ulike verv, og å gjøre forbundet synlig, samt at engasjementet fra medlemmene knyttet mot hovedorganisasjonen synker kraftig. Det store flertallet stemte mot dette forslaget.

Likevel var det mange som viste gjennom diskusjon en felles forståelse for at noe må gjøres for å snu trendene som vises til. Vi må tenke nytt, og vi må som organisasjon vise samfunnet at vi følger med i tiden. Revitalisering betyr å gjenopplive eller sette ny fart i. For meg, som yngste medlem i sentralstyret, er dette kritisk for videre engasjement. Og for at vi skal klare å verve nye medlemmer, og ta vare på de vi allerede har, er det viktig at vi tar de negative trendene i forbundet på alvor og jobber videre med saken.

DAGENS SAMFUNN

I dag er samfunnet vårt fylt med store og små organisasjoner og foreninger som står fram for ulike saker. Noen har flere saker, andre har bare en. Som innbygger har man utallige ting å velge mellom, og man kan velge å være medlem hos dem som jobber med akkurat det en selv har interesse for. Det er viktig at vi i Norges Kvinne- og familieforbund gjør en innsats for å finne vår plass i dette samfunnet og i

mangfoldet av organisasjoner. Vi har mange satsingsområder og mange saker vi syntes er viktige. Et av spørsmålene vi bør stille oss er om vi mener for mye for å klare oss i dagens samfunn.

PÅMINNELSE

Norges Kvinne- og familieforbund har jobbet med å bedre kvinners situasjon og å styrke familiens posisjon i over hundre år. Kvinne- og familiepolitikk er like aktuelt i vårt samfunn i dag, som når forbundet ble opprettet. Det betyr at vi ikke kan slutte å kjempe for disse sakene ennå, og at vi må fortsette å engasjere oss i samfunnsdebatten. Dette er like viktig lokalt som sentralt. Sammen er vi over to tusen stemmer!

ENGASJEMENT

Da jeg ble valgt som styremedlem i sentralstyret på Landsmøtet tenkte jeg følgende: Jeg håper saken om veien videre kan bidra til å skape diskusjon og engasjement i alle lag og kretser, og blant alle medlemmer. Det er viktig at vi ikke glemmer denne saken, men løfter den opp i lokallagene, på styremøter og medlemsmøter. Det er viktig at vi ikke glemmer saken om nedleggelse fra Landsmøtet, for selv om den ble nedstemt var saken fylt med viktige fakta om utviklingen. Og det er viktig at vi ikke glemmer den organisasjonen vi en gang var, med vår sterke stemme og påvirkningskraft i samfunnet.

OPPFORDRING

Til slutt ønsker jeg å gi en oppfordring til alle medlemmer. Sitter du med tanker, meninger, engasjement, eller interesse for veien videre – del det med oss. Vi har også stor interesse for å høre hva som fungerer i deres lag og krets, og hva som er vanskelig. Vi i arbeidsgruppen for revitalisering jobber på vegne av medlemmene, dere, oss. Dermed har alle stemmer en verdi i dette prosjektet. Det er et omfattende arbeid vi starter på, men vi ser frem til det som kommer!

Vi kommer til å dele jevnlig fra det vi jobber med på Facebook-siden til Norges Kvinne- og familieforbund, og jeg håper dere vil følge med oss der.

NÅ ER DET ALVOR

Berlin-murens fall i 1989 og den etterfølgende oppløsning av Sovjetunionen bidro til et endret trussel- og risikobilde, og i kjølvannet av dette en sterk nedbygging av den sivile beredskapen. Interessen for samfunnssikkerhet og beredskap var i de påfølgende år på et lavmål her i landet.

AV: HANNE GARDER, DAGLIG LEDER, NORSK TOTALFORSVARSFORUM

Så kom hendelser som terroranslaget i Madrid i 2004, tsunamien i Asia i romjulen samme året, terroranslaget i London i 2005 og her hjemme i 2011 med skytingen i Oslo og på Utøya, samt ekstremværet Dagmar. Det førte til at temaet igjen ble satt på dagsorden. Og i de senere år har vi stadig oftere fått situasjoner der pandemi, digitale angrep, terror, økt migrasjon, hyppige hendelser utløst av ekstremvær, en krevende sikkerhetspolitisk utvikling og ikke minst krigen i Ukraina og på Gaza har preget nyhetsbildet.

ET ENDRET TRUSSELBILDE

I dag fremstår dermed trussel- og risikobilde helt annerledes enn bare for få år siden - og det skifter dessuten i et alt raskere tempo og preges av større uforutsigbarhet. Vi lever nå utvilsomt i en tid der nevnte hendelser er med på å understreke behovet for økt oppmerksomhet rundt samfunnssikkerhet og beredskap.

Å sørge for innbyggernes trygghet er en av statens viktigste oppgaver. Arbeidet med samfunnssikkerhet og beredskap er derfor helt sentralt for å skape og opprettholde denne tryggheten.

Regjeringen oppnevnte derfor i januar 2022 en Totalberedskapskommisjon som skulle vurdere og fremme forslag til hvordan samfunnets samlede ressurser kan og bør innrettes for å videreutvikle samfunnssikkerhet og beredskap, samt sikre en best mulig samlet utnyttelse av beredskapsressursene.

BEHOV FOR PRIORITERING

Kommisjonen leverte sin utredning, NOU 2023:17 med tittelen «Nå er det alvor. Rustet for en usikker fremtid», i juni 2023.

Der har Totalberedskapskommisjonen vurdert styrker og svakheter ved dagens beredskapssystemer, og den prinsipielle vurderingen av norsk beredskap tilsier et stort behov for å prioritere samfunnssikkerhet og beredskap, og at tiden for den prioriteringen er nå! Utredningen sies at det er nødvendig med en større robusthet med tanke på forsyningssikkerhet og beredskap. Vi har bak oss en lang periode med globalisering og stadig mer effektive, men komplekse internasjonale forsyningskjeder. Dette har gitt oss rimelige handelsvarer. Samtidig har våre egne lagre blitt bygget ned, og på enkelte områder har vi gjort oss avhengige av land og regioner vi ikke har interessefelleskap med. Dette utfordrer forsyningssikkerheten og har gjort det nødvendig med fornyet oppmerksomhet knyttet til hvordan vi håndterer internasjonal avhengighet.

Befolkningsspektivet – befolkningens trygghet og sikkerhet – har vært det sentrale utgangspunktet for kommisjonens vurderinger i alle deler av krisespekteret. Kommisjonen sier at beredskapssystemet må tilpasses vår tids utfordringer for å kunne håndtere kriser i hele krisespekteret. Et robust beredskapssystem kjennetegnes først og fremst av motstandsdyktighet mot alle former for farer i hele krisespekteret og så lenge situasjonen varer.

HOVEDANBEFALINGER

Totalberedskapskommisjonen har oppsummert sine hovedanbefalinger i 10 punkter:

- en motstandsdyktig og utholdende befolkning



- styrke lokalt og regionalt nivå i beredskapen
- styrke tverrsektorielt samarbeid
- tettere integrering av næringslivet i den nasjonale beredskapsstrukturen
- utvikle nasjonal situasjonsforståelse, ledelse og enhetlig rådsstruktur
- utvide nordisk beredskapssamarbeid
- videreutvikle grunnberedskapen
- styrke beredskapsrollen til frivillige organisasjoner
- forsterke arbeidet med infrastruktur og digital sikkerhet
- styrke forsyningssikkerheten

EN MOTSTANDSDYKTIG OG UTHOLDENDE BEFOLKNING

Befolkningens motstandsdyktighet er den mest grunnleggende faktoren i beredskapen. Dette favner bredt, og omhandler alt fra husholdningens egenberedskap til motstandsdyktighet mot digitale trusler og desinformasjon. Det handler også om sivile beskyttelsestiltak, beredskapskompetanse og psykososiale tiltak. Overordnet handler dette om hvordan hver enkelt bør forberede seg, og om hvordan vi i fellesskap kan stå sammen i møtet med kriser - og også krig. Kommisjonen trekker spesielt frem egenberedskap og beredskapskompetanse.

EGENBEREDSKAP

Det er mye som kan true vår sikkerhet som større ulykker, ekstremvær, terrortrusler,



Foto: Shutterstock

å stenge ventilasjon ved kjemikalieulykker eller brann. Og det handler også om å ha en mental eller psykologisk robusthet for å kunne motstå krevende situasjoner og forsøk på å bli påvirket av feil- og desinformasjon. Myndighetene må derfor etter kommisjonens vurdering i større grad rette oppmerksomheten mot alvoret i risiko- og trusselbildet, og forsterke rådene om egenberedskap.

God egenberedskap er en investering i trygghet for deg og dine nærmeste!

BEREDSKAPSKOMPETANSE

Kompetansen om beredskap i befolkningen må styrkes også utover kunnskap knyttet til egenberedskap. Skoleverket, frivillige organisasjoner og verneplikten er sentrale arenaer for å bygge beredskapskompetanse i samfunnet, sier Totalberedskapskommisjonen. Og videre at undervisningssektoren må sørge for styrket utdanningskapasitet av kandidater med tverrfaglig samfunnssikkerhets- og beredskapskompetanse.

I tillegg mener kommisjonen at også strategisk beredskapskompetanse må styrkes. Det anses som viktig at sentrale beredskapsressurser utvikler kunnskap om systemene, trusselbildet og aktuelle sikkerhetspolitiske utfordringer. Kommisjonen anbefaler at kurs om totalforsvaret må kunne tilbys sentrale beredskapsressurser på regionalt og lokalt nivå. I tillegg må det utvikles et nasjonalt kurs om totalforsvaret for ledere i frivillige organisasjoner, næringsliv og myndigheter. Formålet er å etablere en bredere og mer enhetlig innsikt i samfunnssikkerhet og beredskap og i tillegg bidra til tverrsektoriell nettverk- og relasjonsbygging.

God krisehåndtering forutsetter nærhet til hendelsen, lokalkunnskap og umiddelbar tilgang til ressurser. Lokal og regional beredskap må være robust, og kommisjonen mener spesielt at beredskapssamvirket på disse nivåene må styrkes. Hvilket også vil sikre at samfunnsressursene brukes optimalt. Det er både god beredskap og samfunnsøkonomi.

EGENBEREDSKAPSUKA

Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB) gikk i 2018 ut og sa at vi måtte være forberedt på å kunne ta vare på oss selv i minst tre døgn og nå foreligger planer om en utvidelse til syv døgn! DSB har tatt initiativet til at det nå hvert

år arrangeres en egenberedskapsuke i samarbeid med Sivilforsvaret og alle landets kommuner hvor det fokuseres på at hele befolkningen er den del av totalberedskapen i Norge. Også de frivillige organisasjonene er blitt trukket sterkt inn i dette arbeidet.

At det er sannsynlig at det usannsynlige skjer har vi fått bevist en rekke ganger i de senere år. Da er det godt å ha øvd på ulike situasjoner for å være litt forberedt. Under Egenberedskapsuka i 2023 var temaet «ØVE». Gjennom realistiske scenariobeskrivelser ble publikum utfordret på ulike øvingstema. Etter gjennomført øvelse var hensikten at man skulle forstå hva hver enkelt kan gjøre for å bedre sin egenberedskap. Øvingsscenarioene var som følger:

En kraftig storm skader kraftledningen og tusenvis av husstander mister strømmen. Hvordan holde varmen om strømmen blir borte når utetemperaturen er lav?

- Et omfattende cyberangrep rammer alle betalingsterminaler og minibanker. Har du det som trengs i huset av nødvendighetsartikler – også kontanter?
- Et digitalt angrep fører til at all kommersiell elektronisk kommunikasjon rammes. Mobil- og bredbåndsnettet blir borte i fem døgn. Hvordan skal du få viktig informasjon og holde kontakten med dine nærmeste?
- Du får melding fra kommunen fredag etter arbeidstid om at grunnet en alvorlig hendelse med vannforsyningen vil store deler av kommunen miste vannet. Forventet rettetid er tre dager. Har du lagret drikkevann til alle i husstanden?
- Hva med de sanitære forholdene?

Har du tenkt igjennom disse scenarioene? Er du forberedt på å ta vare på deg selv og dine i syv dager? Det offentlige har ikke kapasitet til å hjelpe alle med alt når en hendelse inntreffer. Befolkningen må derfor selv være med å ta ansvar ved å tenke egenberedskap.

DET HASTER MED Å KOMME I GANG!

Justis- og beredskapsministeren har uttalt at trusselbildet vi nå befinner oss i er komplekst og krevende, og vi må derfor bli mer motstandsdyktige.

Og vi vet at sannsynligheten for uønskede hendelser vil øke. Sjekk gjerne nettstedet sikkerhverdag.no for tips om hvordan du best kan innrette deg.

Tiden for å prioritere beredskap er nå – sørg for at du tar del i engasjementet for trygge og robuste samfunn!

cyberangrep og i verste fall krigshandlinger. Ved slike hendelser kan man oppleve at ikke alt hva vi tar for gitt i det daglige vil fungere. Befolkningens egenberedskap handler om evnen til å forberede seg på håndtering av uønskede hendelser.

I kriser vil det ofte være knapphet på ressurser. Hvis mange er rammet kan ikke alle forvente å få hjelp med en gang. Vi må med andre ord i større grad bli selvhjulpne, slik at de som ikke er i stand til å ta vare på seg selv får hjelp først. Befolkningen har nok blitt bortskjemt med at alt det livsnødvendige kan skaffes tilveie store deler av døgnet. Det er ikke ønske om å male en viss kar på veggen ved å si dette, men derimot å få hver enkelt av oss til å tenke igjennom hva vi gjør om for eksempel strømmen blir borte – kanskje i flere dager? Når vi ikke har vann i springen og et toalett som da ikke vil fungere, mobil og pc er uten nettdækning, plastkortet ikke kan brukes i butikker og minibanker, og man får ikke ladet el-bil eller el-sykel og ikke fylt drivstoff på bilen. Ja, hva gjør man da? Har du vann, mat, medisiner, lommelykt med batterier, stearinlys, fyrstikker og en radio med batterier tilgjengelig?

Egenberedskap handler om flere ting, som også det å vite hvordan man skal forholde seg til ulike situasjoner. Det innebærer for eksempel at de som er bosatt i nærheten av industriområder må ha kunnskap om betydningen av å lukke dører og vinduer og



Foto: Shutterstock

Hvorfor opprette fremtidsfullmakt?

Å planlegge for fremtiden er en klok investering i din egen trygghet. En fremtidsfullmakt er et juridisk verktøy som gir deg kontroll over dine egne avgjørelser hvis du en dag ikke er i stand til å ta vare på deg selv.

HVA ER EN FREMTIDSFULLMAKT?

En fremtidsfullmakt er en juridisk avtale som gir en person, kjent som fullmektigen, fullmakt til å ta beslutninger på dine vegne dersom du blir ute av stand til å gjøre det selv. Dette kan inkludere økonomiske avgjørelser, helsemessige spørsmål, og andre personlige forhold. Det gir deg muligheten til å utpeke en person du stoler

på til å håndtere viktige aspekter av livet ditt når du ikke lenger kan gjøre det selv.

FREMTIDSFULLMAKTEN BØR TILPASSES DEG

Fremtidsfullmakten kan tilpasses til å gjelde alle personlige og økonomiske forhold, eller kan begrenses og tilpasses til enkelte forhold. Du

bør opprette en fullmakt som tilpasses deg og din situasjon.

Ønsker du at boligen din skal selges om du får fast plass på sykehjem? Vil du at barna skal kunne få forskudd på arv? Har du særlige krav og ønsker hva gjelder personlig stell og pleie? Dette er bare noen av de forholdene du bør tenke igjennom.



oppnevnes av det offentlige, og har en mindre fleksibel ordning. Nå kan du selv på forhånd bestemme hvem og hvordan du skal ivaretas.

HVORDAN OPPRETTER DU EN FREMTIDSFULLMAKT?

Velg en pålitelig fullmektig: Det første steget er å nøye velge en person som du har tillit til og som forstår dine verdier og ønsker. Dette kan være en nær venn, familiemedlem eller en advokat. Mange oppnevner ektefellen som fullmektig, og deretter ett eller flere av barna som stedfortreder, dersom ektefellen faller fra eller selv ikke er i stand til å ivareta oppgaven når den tid kommer.

Definer fullmaktens omfang: Bestem hvilke områder av livet ditt du ønsker at fullmakten skal dekke. Dette kan inkludere økonomiske beslutninger, helseomsorg, eiendomsforvaltning, og mer.

Skriftlighet og vitner: Fullmakten må være skriftlig, signeres av deg og bevitnes av to vitner for å være gyldig.

IKRAFTTREDELSE

Fullmakten trer i kraft fra det tidspunkt din fysiske og/eller psykiske helse er så redusert at du ikke kan ivareta egne interesser. Det er vanlig å regulere i fullmakten at det må foreligge erklæring fra lege, samt at fullmektigen har rett til å innhente slik legeerklæring.

Noen ønsker også at fullmakten skal stadfestes av Fylkesmannen før den kan tre i kraft. Det må da fremgå av fullmakten.

Det kan også være greit å ta inn i fullmakten hvem som skal orienteres om at den er trådt i kraft.

SÆRLIG OM FAST EIENDOM

Om fullmektigen skal ha rett til å selge fast eiendom, må dette fremgå klart av fullmakten. Det bør også spesifiseres hvilken eller hvilke eiendommer som kan selges, og eventuelt betingelser for at eiendommene kan avhendes. Dette kan typisk være at fullmektigen kan selge eiendommen, men kun til dine egne barn eller barnebarn.

Ved overføring av hjemmel for fast eiendom, krever kartverket at fullmakten skal være stadfestet av Statsforvalteren for å tinglyse overføringen. Også enkelte banker krever slik stadfestelse før fullmakten aksepteres.

VEDVARENDE FULLMAKT

Uttrykket "vedvarende fullmakt" er en fullmakt som du gir noen mens du fortsatt er i stand til det, men som fortsetter å

være gyldig selv om du da mister evnen til å ivareta egne interesser. Det «går over» til å bli en fremtidsfullmakt. For mange eldre som ønsker hjelp til det praktiske med bank og regninger, kan det være like greit å opprette en slik fullmakt fremfor å bare gi en ordinær fullmakt. Den vil normalt ikke lenger være gyldig, dersom du kommer i en slik tilstand at vilkårene for fremtidsfullmakt er oppfylt.

SUPPLERE MED TESTAMENT?

Den dagen du går bort, gjelder ikke fremtidsfullmakten lenger. Om du ønsker å bestemme noe om fordeling av eiendeler eller verdier etter din bortgang, må du opprette testament. Dette kan gjerne gjøres sammen med en fremtidsfullmakt, som i mange tilfeller vil supplere hverandre.

HVOR OPPBEVARE FREMTIDSFULLMAKTER?

Testamenter kan man oppbevare i tingretten. Dessverre finnes det enda ikke noe system for oppbevaring av fremtidsfullmakter. Fullmakten har liten verdi om det kun er du som vet hvor den er og kjenner til den. Det er viktig at fullmektigen får en original fullmakt når den opprettes, slik at han/hun kan få iverksatt den om det blir behov for det.



*Advokat og partner
Trude Stormoen*

Langseth Advokatfirma DA

er en av K&Fs samarbeids-partnere. Avtalen gir medlemmer av K&F rabatt ved behov for advokatbistand. Advokatfirmaet tilbyr rådgivning og prosedyrebistand innenfor de fleste sentrale rettsområder. Firmaets hovedmål er å kunne tilby klientene god og kostnadseffektiv service med personlig oppfølging av advokater med spesialkunnskap innenfor det aktuelle rettsfelt.

www.langsethadvokat.no

HVORFOR ER DET VIKTIG?

Uten en fremtidsfullmakt kan familie og pårørende møte betydelige utfordringer når det gjelder å håndtere dine anliggender. Bare noe så enkelt som å få endret eller sagt opp et mobilabonnement kan være vanskelig. En fremtidsfullmakt gir den nødvendige tilgangen dine nære trenger for å kunne endre og si opp avtaler, bestille legetimer, betale regninger og ha oversikt over bank, innbetalinger og så videre.

En fremtidsfullmakt gir deg kontroll over hvem som tar vare på dine interesser. For mange er det viktig å være trygg på at noen man har tillitt til har påtatt seg denne oppgaven, og således hindre at uvedkommende blir involvert i dine personlige anliggender.

En fullmektig etter en fremtidsfullmakt kommer i stedet for verge. En verge må



JAKTEN PÅ DEN FORSVUNNE ØKOPOTETEN

I løpet av det siste året har tilgjengelighet og innkjøp av lokale og økologiske råvarer vært på dagsorden flere ganger.

AV: PETER MØLLER, DEBIO



Enten det har handlet om økoprodusenter i Telemark som ikke får omsatt eplene sine som økologiske, om en gård som ikke får omsatt sine økologiske plommer til en god nok pris, eller konsekvensene for bønder med melkekyr i Nord-Norge og potetbønder i Innlandet når Forsvaret ikke lenger kjøper inn økomelk eller lokale poteter.

Disse sakene er ikke like. De handler om offentlige innkjøpere, om dagligvarekjeder og om grossister, og alle sakene har fått ulikt utfall. Det disse sakene likevel har felles er at det er produsentene som blir skadelidende, men også at verdikjeder forsvinner, at produktene ikke når sine kunder. En side som vi ofte ikke ser i mediedekningen av disse sakene, er de som er på jakt etter norske økologiske produkter – og ikke finner dem.

ØKOLOGISKE RÅVARER I SKOLEKANTINER

I skolekantiner rundt om landet står det nå kantineledere og blar seg gjennom sidene med grossistenes rikholdige utvalg av fryste, prosesserte og ferske varer på jakt etter økologiske produkter. Flere fylkeskommuner har politiske vedtak på en økologiandel i maten som serveres fra deres storkjøkken og svært mange av dem er videregående skoler. Og mens kantinelederne blar, finner de rikelig av tørrvarer fra utlandet. Pasta, ris, mel, bønner og linser. Men hvor blir det av råvarene, de norske råvarene? Hvor blir det av den norske økopoteten?

– Jeg blir så irritert!! Jeg kjøper minst ei kasse med grønnkål i uka og det er to ukers bestillingstid på norsk økologisk grønnkål. Hvordan i h***** skal jeg klare å nå de kravene som er satt til meg når jeg ikke får tak i det??

Sitatet stammer fra en frustrert kantineleder vi nylig snakket med som

ønsker å forbli anonym. Mange som har frustrerende opplevelser og sterke meninger om tilgjengeligheten til økologiske norske råvarer vil gjerne ikke bli sitert med fullt navn. De vil ikke komme i konflikt med noen andre i verdikjeden. Vi tar derfor kontakt med enkelte som står mer fritt til å uttale seg om saken.

Å VÆRE SOM POTETEN

– Det vi vil er at storkjøkkenene velger råvarer som er lokale og økologiske. Utfordringen er ofte å sikre at det de finner både er lokalt og økologisk. Dette sier Siri Solberg, rådgiver i Matvalget. Matvalget har som sin hovedoppgave å veilede, drive kunnskapsformidling og endringsledelse knyttet til konseptet Et bærekraftig måltid (se boks nedenfor). De tilhører den delen av Debio som jobber for å fremme økologisk og bærekraftig produksjon i Norge. Gjennom et oppdrag fra Landbruksdirektoratet forvalter de et nasjonalt mandat for økt forbruk av økologisk mat og drikke gjennom storhusholdninger.

– Målet er et bærekraftig matsystem hvor offentlige aktører, som har et konkret samfunnsoppdrag i det grønne skiftet, kan bruke sin innkjøpsmakt bakover i verdikjedene ved å stå for stabile innkjøpsvolum. Ikke kjøpe for å kjøpe, men for å støtte opp under FN's bærekraftsmål og bidra til en god, bærekraftig samfunnsutvikling. Det offentlige, som eier mange storkjøkken, kan gjennom måltidstilbudet sitt påvirke kostholdsvaner og forbrukerpreferanser mot mer miljøvennlig og helsefremmende valg.

LOKALE, VASKA OG ØKOLOGISKE

Vi snakker med Siri fordi Matvalget kunne i



Matvalget jobber helhetlig med endringsprosesser for økt måltidsglede og kvalitet i offentlige institusjoner, og ønsker å skape positive samfunnsendringer gjennom det offentliges matforbruk og måltidsløsninger. Matvalgets veiledning baseres på kompetanseheving og omlegging av mattilbud utfra konseptet Et bærekraftig måltid. Gjennom å følge de seks rådene i Et bærekraftig måltid kan man etablere miljø- og klimavennlige og helsefremmende måltidsløsninger – uten økte innkjøpskostnader, men med økt faglig matkompetanse. Ved å legge om menyen til rimelig, råvarebasert mat, har man budsjett til økte innkjøp av økologisk mat. Samtidig gir rådene en helhetlig tilnærming til flere miljøaspekter i matsystemet, og stimulerer til desentralisert verdiskaping ved å oppfordre til mindre industrialiserte forbruksmønstre. Å legge om menyen etter rådene for et bærekraftig måltid, gir en god ramme for å sikre at mattilbudet blir i tråd med nasjonale kostråd.



fjor annonsere at de hadde klart å opprette en verdikjede for lokale, vaska, økologiske poteter i Viken. Ikke egenhendig naturligvis, men i samarbeid med Viken fylkeskommune og kantine de eier, med grossisten fylkeskommunen har en avtale med, Servicegrossistene, og med bonden som har dyrket potene. Før vi fortsetter på historien:

HVORFOR SPESIFIKT VASKET?

– Fordi det er en av de faktorene som bestemmer om de kantineansatte kan benytte råvaren i løpet av en travel arbeidsdag. Skal en matvare benyttes, må den passe inn i et hektisk tidsskjema hvor måltidene serveres på morgenen og på formiddagen. Det er kanskje delvis slik vi har havnet i situasjonen hvor halvfabrikata

og snacks har fått en så fremtredende rolle i skolekantiners meny: De er innmari lett tilgjengelige og tilsynelatende raske å tilberede.

SÅ HVORFOR POTET?

Poteten er en ideell råvare i mattilbudet på kantine på videregående skoler, forteller Solberg.

– Den er rimelig, og kantineansatte vet godt hvordan den brukes. Den kan serveres varm og kald, og de fleste elever liker potet. Det er til og med en sunn råvare som er i tråd med Helsedirektoratets retningslinjer for hva man bør servere til barn og ungdom. Poteten er et norsk landbruksprodukt, så lokalt som man bare kunne ønske, som er lagringsdyktig, og som man har tilgjengelig hele året. Likevel var det enklere å kjøpe importert potet enn norsk og økologisk for Vikens mange kantineledere. Vi i Matvalget visste at Servicegrossisten hadde en underleverandør som kunne tilby økologisk potet, og dermed gjensto bare å spørre dem hvor stor omsetning de trengte for at det skulle kunne tilbys uten matsvinn på lageret. Én pall à 200 kg i uka var svaret.

Matvalget satte derfor i gang en ringerunde til alle skolene de veiledet og hørte hvor mange kilo de kunne forplikte seg til i uka. Svaret var over 200, over minimumskravet. Og dermed var norsk, økologisk, vaska potet

tilgjengelig for alle i fylkeskommunens system ut skoleåret. Isolert sett en historie som ender godt. Kanskje likevel en litt sær fortelling i pottittlandet Norge, men dette høres jo bra ut?

EN HET POTET

Bakgrunnen for å fortelle historien er fordi den er symptomatisk for norske verdikjeder for økologisk mat. Etter «Nasjonal strategi for økologisk jordbruk» fra 2018, som erstattet tidligere strategier med måltall for økologisk produksjon og omsetning, må «utviklingen av den økologiske jordbruksproduksjonen skje med utgangspunkt i markedet og betalingsviljen for økologiske produkter». Det høres tilforlatelig ut at markedet skal løse problemet, men i denne historien ser vi at man trenger aktører utenom markedet til å faktisk sy markedet sammen. Hvorfor må det være sånn?

AgriAnalyse har fått oppdraget med å finne ut av det. Anne Bungner, prosjektleder i AgriAnalyse, skal sammen med Viken fylkeskommune og Matvalget, undersøke hva som er årsakene til flaskehalsene ved offentlige innkjøp av økologisk mat.

PRIS OG TILGJENGELIGHET

– Det vi ser så langt er at det er mye pris og tilgjengelighet som er de største

DETTE ER DE SEKS RÅDENE MATVALGET FØLGER:

- Et bærekraftig måltid
- Lag mat fra bunnen av
- Bruk mer grønnsaker,
- belgvekster og korn
- Tenk sesong
- Gjør bevisste valg av
- kjøtt og sjømat
- Kutt matsvinnet
- Bruk mer økologisk



flaskehalsene. Kantinene skal handle inn økologisk, men har ikke fått mer midler til dette. Når budsjettene allerede er trange vil det si at de må handle de varene der prisforskjellen er minst. Noen varer får de ikke tak i økologisk, noen økologiske varer opplever de at har svært kort holdbarhet og noen varer kommer ikke i pakningsstørrelser som passer storkjøkken. Alle innkjøpere er ikke like. Noen oppgir at de kjøper alt økologisk de finner. Mens andre må vurdere prisene og må velge bort de dyreste økologiske varene.

Bunger peker på at mange av funnene stemmer med tidligere undersøkelser, som «Nofima rapport 13/2015: Økologisk mat for storhusholdninger». I denne rapporten kan vi blant annet lese at treghet i leverandørsystemet er noe av problemet: «Leverandørene ønsker ikke å utvikle og produsere varene før volumet er 'stort nok', det gjelder både mer bearbejdede produkter og større pakninger.»

Her er vi i en paradoksal situasjon. Leverandørene vil ikke gjøre tilgjengelig produkter de ikke har et stort nok omsetningsvolum på. Kantinelederne kan ikke bidra til omsetningsvolumet fordi produktene er ikke tilgjengelige.

Skal vi heller legge bort ideen om norsk økologisk til skolekantiner og gå for lokale råvarer da? Siri Solberg avviser at det er så enkelt.

PARADOKS

– For det første: Vi er i en natur- og klimakrise! Mat og landbrukspraksiser er en medvirkende årsak i alle de fem viktigste grunnene til tap av naturmangfold i verden. Vi er nødt til å utvikle måten vi produserer mat på i en retning som har mindre negativ påvirkning på miljø, klima og natur. Å legge

bort økologisk fordi vi støter på problemer er ikke en god grunn. For det andre: Det er en utrolig irriterende motsetning, fyrer hun løs.

– Jeg blir så vanvittig frustrert av at det blir dratt opp hele tiden som om dette er en problemstilling. Snakker man om offentlig storhusholdning i Norge under ett i dag, så kjøper de fleste lite økologisk og lite lokalt, og de fleste har egentlig ikke anelse om hva de kjøper inn i det hele tatt. Det er rett og slett en falsk motsetning. Hvis offentlige innkjøpere kjøper inn litt mer av begge deler, er det uansett veldig bra! På de varene som finnes norsk økologisk – som det er lett å produsere økologisk, og som det er god tilgang på – som melk, yoghurt, egg, grønnsaker (spesielt rotgrønnsaker i sesong) og frukt som epler, så mener jeg at man som offentlig innkjøper bør være ekstremt tydelig på at man vil ha begge deler.

Dermed er vi tilbake ved vårt paradoks. Vi blar til siste side i rapporten fra 2015 og ser om de kan gi oss en anbefaling. Det kan den: «Et nasjonalt mål om 15 % økologisk forbruk i 2020 utløser ikke nødvendigvis handling lokalt. Det er derfor viktig at eierne lokalt, kommuner, fylkeskommuner, statlige etater og i private bedrifter setter lokale mål som også følges opp med hensyn til ambisjoner, ressursbehov og utvikling i resultater.» Viken fylkeskommune vedtok i 2020 at deres storkjøkken skulle servere 30 % økologisk og har fulgt opp dette i samarbeid med Matvalget. Nå som storfylket skal løses opp, er det ukjent om målsettingen vil bestå, men fylkene har bestemt at de skal fortsette å samarbeide om innkjøp. De vil altså fortsatt kunne garantere for samme innkjøpsvolum. Kanskje er vi er endelig på sporet av hvordan de lokale økologiske potetene skal komme seg fra jordene og ende opp på tallerkener i skolekantiner rundt om i landet?

MATVALGET OG VIKEN FYLKESKOMMUNE

Viken fylkeskommune er en av de offentlige aktørene Matvalget veileder. Fylkeskommunen vedtok «Strategi for helsefremmende skoler» i fylkestinget i november 2020. Ifølge strategien bør skolen «ha en kantine som tilrettelegger for gode opplevelser og sunne matvalg i løpet av skoledagen. Kantina skal følge Helsedirektoratets retningslinjer for mat og måltider i videregående skole. Maten som serveres skal være sunn, bærekraftig og ha en økologisk andel på 30 %. Viken fylkeskommune vil basere kantinedriften på prinsippet om bærekraft, og vurdere om kantinene bør være driftet av skolene selv.»

Tidligere fylkesråd Tonje Brenna er en av initiativtakerne bak satsingen og er i dag arbeids- og inkluderingsminister.

Satsingen involverer 58 videregående kantiner og 4 folkehøgskoler hvor over 44 000 elever går. I dag kan flere av skolene Matvalget har veiledet vise til økt andel økologisk, redusert matsvinn, sunnere måltider og økende oppslutning rundt bruk av måltidstilbudet.

Fylkeskommunen har en målsetting om å ha et måltidstilbud som har minimum 30 % økologisk andel, minimum 60 % råvarebasert og hvor minimum 70 % av maten er i tråd med Helsedirektoratet anbefalinger og maks 8 % er frarådet av direktoratet. Ikke alle skolene har nådd målet, men snittet for Vikens utvalgte satsingskoler hvor man har begynt omlegging til mer bærekraftige måltider er høyere enn de øvrige.



Forfatterne Jorun Thørring og Marit Rein. Foto: Marius Fiskum

Bokomtale

Kvinnfolk

– folkeopplysning om et
tabubelagt emne

Med boken Kvinnfolk. Alt du ikke våger å spørre om eller får svar på om overgangsalderen bringer forfatterne viktig folkeopplysning til torgs.

AV: LENE SØGAARD GLOSLIE

Som bokomslaget gir bud om, inviterer forfatterne Jorun Thørring og Marit Rein til humor og leseglede fra start. Boken er en døråpner til kunnskap og en veiviser gjennom overgangsalderens fysiske og emosjonelle endringer, og tidvise plager. Forfatterne legger for dagen en ambisjon om å rydde opp i myter og misforståelser om en periode i livet det sjelden snakkes om.

Og boken leverer. Basert på forskning og fakta tilfører den kunnskap om utgangen på kvinners fertile alder, som kvinner ofte gruer seg til, og vet lite om. Den besvarer spørsmål som sjelden stilles, og i enda mindre grad besvares godt. For hva er det denne mystiske overgangsalderen egentlig dreier seg om, og hva kan kvinner forvente når overgangsalderen banker på? Forfatterne innleder da også boken med et vesentlig spørsmål: Overgang – til hva da?

AVMYSTIFISERER OVERGANGSALDEREN

Jorun Thørring og Marit Rein går faglig til verks. Kapittel for kapittel får vi en innføring i hva som skjer i kroppen, og hvilke symptomer og plager klimakteriet kan føre med seg. Fagkunnskapen er servert med humor og snert, det er ingen sørgemarsj vi er invitert til. I stedet guides vi profesjonelt gjennom en humoristisk og faglig solid presentasjon av klimakteriets ulike faser, og får mer enn én god latter med på veien.

Forfatterne har satt seg som mål å avmystifisere overgangsalderen og alminneliggjøre en livsfase som kan by på endringer og utfordringer. I den anledning har de også tatt initiativ til «overgangsfester», der formålet er å hylle kvinner midt i livet og starte den viktige samtalen om overgangsalderen og kvinners helse.

PEDAGOGISK OG LETT PÅ FOTEN

Boken er pedagogisk lagt opp, og starter med et lynkurs i gynekologi, en liten innvielse i fagterminologi og hormoner, som følges av et kapittel om overgangsalder og menopause, og hva som skjer i kroppen i løpet av overgangsalderen. Vi får en gjennomgang av symptomer, blødningsforstyrrelser og kroppslige endringer etter menopause, og forfatterne gjør rede for blant annet

østrogenbehandling, forebygging av benskjørhet, stress og fedme. Seksualitet og forholdet til partner, endringer i hud og hår, og urolige ben og leggekramper er også tema som behandles. Forfatterne innfrir forventninger man har til den populærvitenskapelige sjangeren, og balanserer innholdet fint mellom medisinske fakta og ledig formidling, uten å gli over i lærebokformatet. Teksten inneholder tydelige markører for hva som er hovedinnholdet og hva leseren bør vite, og hvor den interesserte leser kan velge å lese videre.

BEHOV FOR MER FORSKNING

I mangel av en offentlig samtale, eller tilstrekkelig forskning om helserelaterte plager knyttet til denne perioden i livet, går de fleste kvinner inn i overgangsalderen med minimale kunnskaper. Boken kom ut i forkant av Kvinnekomisjonens rapport om kvinnehelse, som etterlyste mer kunnskap. Manglende kunnskap om helseutfordringer hos kvinner er et strukturelt helseproblem i dagens samfunn, og kvinners overgangsalder er et felt preget av lite forskning, og dertil mystifisert. Kvinner har i alle år blitt overlatt til å gå denne veien alene, dels støttet av ukebladartikler og markeds kampanjer for nye medikamenter.

Som forfatterne også påpeker – medisinske sannheter kommer heller ikke med evighetsgaranti, og kan ha kort levetid. Overgangsalderen er et felt som krever mer forskning, kunnskap og oppmerksomhet, og med denne boken bidrar Jorun Thørring og Marit Rein til å fylle kunnskapshullet.

INFORMASJON ER NØKKELEN TIL FOREBYGGING

Thørring og Rein poengterer at man ikke skal gå i den fellen at alle plager tilskrives overgangsalderen, men at vi trenger mer informasjon, og god informasjon. Nøkkelen til forebygging av klimakteriets mer alvorlige helsetilstander ligger i informasjon, men også i en aktiv beslutning om å ta gode helse- og livsvalg.

Mye av informasjonen kvinner møter er lite faktabasert, og består ofte av tro og synsing. I fagmiljøer kan det også være uenighet om hvilke anbefalinger som bør gjelde. Som en motvekt til jungelen av myter og mer eller mindre seriøse markeds kampanjer rettet mot kvinner i overgangsalderen, er det fristende å forsøke seg med en liten anbefaling:



Om boken

Boken *Kvinnfolk* av forfatterne Jorun Thørring og Marit Rein ble utgitt i 2022 på CF Cora Forlag.

Er du kvinne og har spørsmål om overgangsalderen, bør du notere deg denne boken. Om den ikke kan anbefales som en resept på overgangsrelaterte plager, vil den fungere som en aldri så liten kur mot misinformasjon og mystifisering – og gi deg et fortrinn. Den viktigste ingrediensen i forebygging og gode livsvalg er kunnskap.

OM FORFATTERNE

Jorun Thørring er spesialist i gynekologi og obstetikk, og har arbeidet både som sykehuslege og som privatpraktiserende spesialist utenfor sykehus. Hun har tidligere utgitt seks skjønnlitterære bøker, en barnebok, samt to fagbøker innen kvinnehelse. Hun har også skrevet for teater.

Marit Rein er utdannet journalist og har jobbet som journalist og redaktør i en kvinnsalder. Etter noen år med kommunikasjonsarbeid i sjømatens tjeneste i Norge og utlandet, jobber hun i dag som tekstforfatter og rådgiver i sitt eget firma.



Wenche Kraggerud
Forbundsleder



Trine Berg Fines
Nestleder



Randi Helen Almskår
Nestleder



Julie Helgesen
Styremedlem



Dagny Pedersen Welle
Styremedlem



Odrun Vellene Vevatne
Styremedlem



Nina Cathrin
Rogenhaug Solvi
Styremedlem

På landsmøtet på Gardermoen i oktober 2023 ble følgende valgt til sentralstyret i forbundet:

Wenche Kraggerud, forbundsleder
Trine Berg Fines, nestleder
Randi Helen Almskår, nestleder
Julie Helgesen, styremedlem
Dagny Pedersen Welle, styremedlem
Odrun Vellene Vevatne, styremedlem
Nina Cathrin Rogenhaug Solvi, styremedlem

SENTRALSTYREMØTER

Siden landsmøtet har vi hatt to sentralstyremøter. Det første hadde vi allerede 18. - 19. november 2023, det andre den 3. - 4. februar 2024. Begge gangene møttes vi fysisk på kontoret vårt i Storgata i Oslo. Vi har startet kl. 11 lørdag, og vært ferdig ca. kl. 13.30 på søndag. Vi kjøper inn brød, pålegg og frukt, og lager lunsj selv! På lørdagskvelden har vi spist middag på Olivia restaurant. Vi bor på Thon Hotel Opera, der vi har fått en grei pris.

Vi har tenkt at det har vært lurt å møtes fysisk disse første to møtene, fordi det er viktig at vi blir godt kjent, og finner en god arbeidsform. Det er bare Wenche, Randi og Dagny som har vært med i sentralstyret tidligere, for oss andre er det nytt.

Videre i 2024 er det planlagt to digitale sentralstyremøter og ett fysisk møte. Disse blir på følgende datoer: 5. juni og 11. september på Teams, deretter 16. - 17. november i Oslo.

Vi har brukt litt tid på å bli kjent, og bli enige om kjøreregler på møtene våre. Det har vi funnet ut er nødvendig siden vi er syv meget taleføre damer. Forbundsleder forbereder sakene til hvert møte, og sender ut innkalling

med sakliste ca. 10 dager i forveien. Hvert møte starter alltid med å godkjenne innkalling, sakliste og referat fra forrige møte.

Vi har også en del andre faste poster på hvert møte, blant annet representasjon, administrasjonssaker, økonomi og organisasjon, invitasjoner og høringer.

MØTET I NOVEMBER

På vårt første møte informerte vår nye leder Wenche om at hun vil jobbe fast på kontoret i Oslo hver mandag, da er også sekretær Anne der. Ellers vil Wenche jobbe en god del hjemmefra, samt delta i aktuelle møter, representere forbundet på ulike arrangement og lignende.

Vi vedtok at vi også dette året skal delta på Arendalsuka i august, og at vi leier telt/stand sammen med Norsk TotalforsvarsForum. Det er høstet gode erfaringer fra tidligere deltagelse på denne uka, og det er en fin måte å synliggjøre forbundet på, samt at vi treffer mye folk og kan spre vårt gode budskap!

REVITALISERING AV FORBUNDET

På landsmøtet ble det vedtatt at sentralstyret skal velge et utvalg som får i oppgave å utarbeide alle sider og konsekvenser av en eventuell nedleggelse av sentralledet vårt. Utvalget skal også arbeide med forslag til revitalisering av forbundet vårt. Sentralstyret valgte følgende til å sitte i dette utvalget:

Randi Almskår, nestleder i forbundet, skal lede utvalget. De øvrige er Julie Helgesen fra sentralstyret, Bodil Irene Berge Nervik fra Mosvik K&F, Anne Enger fra Grindvoll og Lunner K&F og Liv Aasa Holm fra Oslo krets.

Alle disse var forespurt, og har sagt ja til å delta i dette viktige arbeidet. Sentralstyret ønsker at hovedfokus på arbeidet som skal gjøres skal være på revitalisering og positiv

utvikling. Vi ønsker også å bli holdt løpende orientert om arbeidet, og i utgangspunktet har utvalget en tidsramme på ett år.

Resolusjon og seminar for medlemmer
Vi hadde også oppe en resolusjon på landsmøtet vedrørende temaet foreldrepermisjon. Det ble på landsmøtet vedtatt at sentralstyret skulle jobbe videre med denne, og det har vi gjort. Vi vedtok på møtet i november om at vi skal følge opp denne saken videre, og se nøye på eventuelt nye regler for foreldrepermisjon og løpende barnehageopptak.

På dette møtet ble det også bestemt at vi i oktober 2024 skal arrangere et seminar som vil være åpent for alle medlemmer. Aktuelle tema for seminaret kan være: Velferdsteknologi, psykisk helse, workshop i forbindelse med revitalisering av forbundet.

FØLGENDE ARBEIDSGRUPPE BLE VALGT:

Forbundsleder Wenche Kraggerud, leder Nina Cathrin Rognehaug Solvi, Dagny Pedersen Welle og Odrun Vellene Vevatne.

SEMINARER OG HØRINGER

Wenche skal delta på seminar for tillitsvalgte i Oslo krets, samt aksjonen som Fokus har med temaet «Avskaffelse av vold mot kvinner».

Randi skal delta på et webinar der temaet er «Vold mot kvinner i krig og konflikt».

Vi vedtok også at det er fritt frem for alle sentralstyremedlemmer å melde seg på alle digitale arrangementer vi inviteres til.

Vi får til enhver tid oversendt invitasjon til høringsuttalelser fra ulike departement. Det ble vedtatt at Odrun og Trine skriver høring til Kunnskapsdepartementet sitt forslag om ny «Styring og finansiering av barnehagesektoren».

Til slutt i novembermøtet ble det vedtatt at

vi skal ha Landslotteri i 2024. Anne Enger tar på seg ansvaret, og søker Lotteritilsynet innen fristen.

MØTET I FEBRUAR

På møtet i februar ble blant annet disse sakene behandlet:

Flere lag har dessverre meldt oppbud. Denne gangen gjelder det fem ulike lag rundt omkring i landet. Når det gjelder utviklingen i antall betalende medlemmer ser vi at vi per 31.12.2023 har 2 219 betalende medlemmer. Her har alle en oppgave med å bidra til at vi får flere medlemmer!

Vi godkjente også budsjett for 2024, med et overskudd på 15.000 kr. Det gjelder å redusere kostnader, men samtidig ser vi at forbundet må bruke penger for å opprettholde drift og medlemspleie. Årsplan for 2024 ble også vedtatt.

Gruppen som skal jobbe med revitalisering av forbundet er kommet i gang, og har hatt sitt første møte. Referat fra dette ble lagt fram, og vi viser også til egen artikkel i medlemsbladet om deres arbeid.

Det jobbes også i gruppen som skal arrangere seminar til høsten. Litteraturhuset er bestilt til den 19. - 20. oktober. Foredragsholdere er ikke helt avklart, men det jobbes med det. Alle medlemmene må merke seg datoen, og holde av denne!

Vi skal velge ny Prinsippprogramkomité med tre medlemmer og to vara. Julie Helgesen og Odrun Vellene Vetvatne fra sentralstyret er valgt. Det skal jobbes videre med å få på plass en person til. Elin Hvidsten og Nina Cathrin Rognehaug Solvi er valgt som vara.

Forbundsleder Wenche skal delta på Nasjonal Likestillingskonferanse 2024.

Odrun har jobbet videre med saken fra Landsmøtet om foreldrepermisjon, og har

funnet en god del faktastoff om temaet. Hun fortsetter videre med brevet som er tenkt sendt politikerne på Stortinget.

Vi har også fått henvendelse fra Norsk TotalforsvarsForum om å foreslå mottaker av Beredskapspris for 2023. Vi har ingen aktuelle kandidater her, men alle, inkludert alle medlemmer, bes tenke over dette til neste år!

Dette var et lite innblikk i hva vi i sentralstyret jobber med, både store og små saker! Vi skal følge opp – og jobbe med det som Landsmøtet vedtar! Hvis noen har innspill til oss underveis i perioden mellom landsmøtene, ta gjerne kontakt med oss!





Landslotteriet 2024

KJÆRE MEDLEM

Det er kommet nye regler for lotterier av vår størrelse. Det er lov til å bruke Facebook og lignende for å selge, og å bruke Vipps til betaling. Og det står ikke lenger noe om at kontanter ikke kan være gevinst.

Det innebærer at pengepremiene i år vil bli satt inn på vinnerens konto. Når komiteens leder tar kontakt med vinnerne og ber om kontonummer, er det derfor ikke tull. Vi håper det blir en enkel løsning for alle parter.

NB! HUSK AT LODDPRISEN ER 20 KR PER LODD.
Vi håper det vil gå greit å selge.

Vi har de siste årene erfart at veldig mange selger lodd via Facebook. Da selger vi til våre venner, familie og bekjente, og ikke bare til medlemmer. Det er veldig bra å få inn «friske» penger. Samtidig kan vi jo benytte anledningen til å legge ut noen få linjer om det forbundet arbeider med. Ikke alle har Facebook, men det er vel gjerne én i laget som har det.

SALG VIA FACEBOOK

De som solgte via Facebook i fjor, solgte masse. Kjøperne betalte på Vipps eller via bank til selger, som skrev navn, telefonnummer og adresse i loddboka eller -bøkene, og overførte pengene til laget. Deretter overfører lagskasserer samlet til forbundet for lagets bøker innen 20. juni. Det er viktig å huske å også sende inn bøkene slik at de kommer med i trekningen!

I fjor ba mange lag om flere bøker fordi de solgte så mye. Dermed ble det et bra overskudd. Vi oppfordrer dere til å ta loddbøkene med i klubben, i koret, i vennelag – og selg lodd. I begynnelsen av mars sender vi ut loddbøker igjen og håper på at oppfinnsomheten er stor når det gjelder å selge. Vi ber om at alle kjøperne registreres med navn, og i hvert fall telefonnummer, og gjerne adresse. De som kjøper mer enn ett lodd kan skrive adressen på neste linje. Det sparer oss for en del arbeid.

GEVINSTER

Gevinster mottas med stor takk! Vi tar imot penger, som betales inn på kontonummeret til forbundet: 6034 05 07102.

Det er viktig å skrive på betalingen at det er gevinst til lotteriet.

Vi tar også imot ting. Dere som har ting å gi, kan enten sende tingene til forbundets kontor, eller helst melde fra til oss i komiteen at dere har en gevinst, hva det er og verdi, så kan dere selv sende gevinsten til vinneren. Da sparer vi sammen en omgang med porto. Lett knuselige ting er vanskelig å sende i post. Dere har sikkert sett på TV hvordan pakkene blir behandlet. Selv der en betaler spesialporto for skjøre ting, kommer det ikke alltid helt fram, så vi prøver å unngå det. Håndarbeider er populære gevinster.

HUSK Å SENDE INN LODDBØKER

Husk og å skrive på loddboknummeret når dere betaler for solgte loddbøker, til den samme kontoen som ovenfor.

Bøkene sendes Anne Enger, Gamle Finnsandvei 33, 3525 Hallingby. I vanlig post, ikke rekommandert.

Hvert år må vi purre på noen innbetalinger og loddbøker. Alle loddbøker, også usolgte skal sendes inn. Vi må kunne redegjøre for alle bøkene. Vi håper vi slipper purringer i år. De som har sagt fra at de ikke vil selge, får ikke tilsendt bøker, og heller ikke de som ikke har solgt lodd de siste par årene.

Skulle dere velte et kakaokrus eller en kaffekopp over loddboken er det bare å be om en ny og returnere den ødelagte sammen med de solgte.

Så gjør vi sammen en innsats for forbundet vårt og selger masse lodd! Det er bare å be Anne om flere bøker.

LOTTERIKOMITEEN ER:

Anne Enger, tlf. 911 79 287, e-post: a-enger2@online.no

Aud Opheim, tlf. 455 03 307, e-post: aud.opheim@gmail.com



ENDELIG! OPPFØLGINGSTUR TIL COWA – VIL DU VÆRE MED Å STØTTE

I mars i år reiser vi igjen til Kampala i Uganda for å besøke COWA-skolen. Skolen som gir et yrkesskoletilbud til jenter, og noen gutter, har fått støtte fra vårt forbund i mange år. De senere årene har støtten kommet fra lag og kretser.

AV: MERETHE BRATTETAULE, TERTNES K&F

Nå er det tid for å avlegge besøk. Randi Almskår og Julie Helgesen fra sentralstyret, og jeg fra Tertnes Kvinne- og familielag reiser i én uke fra 16. mars. Vi er så heldige å ha fått støtte fra vårt eget lag og egen krets til reisen. Tusen takk til Oppdal K&F, og Bergen og Midthordland krets! Også takk til Tertnes K&F som har vært med i planleggingen av reisen.

Agenda for møtet blir hvordan skolen har klart seg de siste årene siden 2019 og den økonomiske situasjonen de befinner seg i nå, samt håp for fremtiden. Vi skal ha egen samtale med revisor.

Den økonomiske situasjonen er fremdeles tøff vet vi, og vi skulle så gjerne ha gitt mer penger, slik at skolen kan huse kanskje enda et par sårbare unge.

Ønsker du eller ditt lag å gi en pengegave, kan du vippse til 139213 Tertnes Kvinne- og familielag, innen 15. mars.

Har du ennå ikke kjøpt deg kurv? På hjemovereisen tar vi med oss kurver som elevene har flettet i vinter. Dette blir salgsvare til dere og tas med på forbundets treff fremover!

Med vennlig hilsen Merethe Brattetaule





BruktBokBuas kalender for 2024

AV: ANNE ENGER, GRINDVOLL OG LUNNER K&F

BBB – BruktBokBuas damer har gjort kalenderpiker av seg – og inspirasjonen hentet lagleder Inger etter å ha sett en kalender laget av brannkonstabler. Dette kunne vi også gjøre!

Vi tok en idémyldring på det, og resultatet kan dere se her. Alle ideene ble notert, før vi gikk gjennom dem og tok bort de aller galeste.

Målet var å vise frem BruktBokBua og noen av de varene vi har der. Deretter fikk vi en dyktig amatørfotograf på besøk en dag, og vi hadde det veldig morsomt mens vi holdt på. Noen av ideene endret seg også underveis mens vi holdt på.

Et lokalt trykkeri laget kalenderen som nå selges for kr 100 pluss eventuell porto. Kalenderen blir en påminnelse om BruktBokBua hver dag når den henger synlig i et hjem. Vi var modige og bestilte 150 stykker. Vi som jobber fast fikk en kalender hver, og ga også bort noen kalendere til våre samarbeidspartnere, og selvfølgelig til K&F sentralt.

Nå gjelder det å få solgt resten. Ta gjerne kontakt om du er interessert i en morsom kalender!





Materiell fra

Norges Kvinne- og familieforbund

Tilbud!

- ___ Handlenett, sort m/hvitt trykk **kr. 25,-**
- ___ Jubileumboken "Arbeid for likeverd gjennom 100 år", Lene Sjøgaard Gloslie **kr. 100,-**
- ___ T-skjorte sort m/hvitt stort emblem str. XL, XXL **kr. 50,-**

Profileringsartikler med emblem:

Norges Kvinne- og familieforbund

- ___ K&F skjerf, hvit m/sort emblem, 34X166 cm. **kr. 130,-**
- ___ Smykkenål i sølv **kr. 480,-**
- ___ Halssmykke i sølv **kr. 530,-**
- ___ K&F-pin **kr. 15,-**
- ___ Lagledernål **kr. 190,-**
- ___ Lite flagg m/emblem **kr. 50,-**
- ___ Handlenett, orange med logo **kr. 55,-**
- ___ Refleksbånd med logo **kr. 25,-**
- ___ Siccari vase **kr. 250,-**
- ___ Forkle **kr. 225,-**
- ___ Penner **kr. 25,-**
- ___ Ryggsekk **kr. 300,-**
- ___ Skriveblokk **kr. 75,-**
- ___ Paraply **kr. 150,-**
- ___ T-skjorte hvit m/sort stort emblem str. M, L, XL, XXL **kr. 100,-**

Hefter, bøker, trykksaker

- ___ Diktsamling, "Hold drømmen levende", Helene Freilem Klingberg **kr. 130,-**
- ___ Bok, "...og rommene var så tomme at musene gikk med sørgeslør", M. Bolstad: **kr. 80,-**
- ___ Plakat m/emblem 50x65 cm. **Gratis**
- ___ Abonnement på Sentral-og Landsmøteprotokoller (pr. år) **kr. 275,-**
- ___ Gaveabonnement: Kvinner & Familie (pr. år) **kr. 150,-**
- ___ Årbok fra K&F **kr. 150,-**

Informasjonsmateriell

- ___ Tidligere numre av medlemsbladet **Gratis**
- ___ Folder "Fremtiden - et felles ansvar" (Ny oppdatert versjon **Gratis**)
- ___ Prinsipprogrammet **kr. 100**

Skrivepapir, konvolutter o.l. m/emblem: Norges Kvinne- og familieforbund

- ___ Skrivepapir m/emblem A4, farger, 50 ark **kr. 100,-**
- ___ Møteplakat, A4. 4 farger 50 stk. **kr. 100,-**
- ___ Konvolutter m/emblem C5 format, 50 stk. **kr. 60,-**

Porto kommer i tillegg på alle bestillinger



Navn/lag:

Adresse:

Postnr./-sted:

Vi ber om å motta materialet innen:

KUPONGEN SENDES:

Norges Kvinne- og familieforbund
Storgata 11
0155 Oslo

Tlf.: 22 47 83 80

E-post: post@kvinnerogfamilie.no



Refleks- bånd

Kr. 25,-



Siccori vase

Kr. 250,-
med K&Fs logo



Smykkenålen

Kr. 480,- med K&Fs logo



Nyhet!

T-skjorte

hvit m/sort stort emblem
str. M, L, XL, XXL **Kr. 100,-**



Handlenett

Kr. 55,- med K&Fs logo



Penner

Kr. 25,-



Paraply

Kr. 150,- med K&Fs logo

Forkle



Kr. 225,- med K&Fs logo

Ryggsekk



Kr. 300,- med K&Fs logo

Skriveblokk



Kr. 75,- med K&Fs logo

Se forøvrig alle våre varer i nettbutikken vår på hjemmesiden.

Liste over K&Fs tillitskvinner

Sentralstyret

Forbundsleder:
Wenche Kraggerud
L. Halvorsensvei 18, 1659 Torp
Tlf. 455 10 927
E-post: wenche@kvinnerogfamilie.no

Nestleder:
Trine Berg Fines
Bergsgrendvegen 55, 7690 Mosvik
Tlf. 991 59 301
E-post: trine@kvinnerogfamilie.no

Nestleder:
Randi Helen Almskår
Mellomvegen 15 a, 7340 Oppdal
Tlf. 997 43 519
E-post: randiha@kvinnerogfamilie.no

Medlem:
Dagny Pedersen Welle
Frida Hansens vei 3, 4016 Stavanger
Tlf. 404 10 564
E-post: dagny.pedersen.welle@lyse.net

Odrun Vellene Vevatne
Lemmesvegen 54, 5706 Voss
Tlf. 902 21 720
E-post: odrunvv@gmail.com

Julie Hvidsten Helgesen
Bekkjarvikveien 24, 5114 Tertnes
Tlf. 971 98 688
E-post: juliehh@live.no

Nina Solvi
Åsgarden 13, 1746 Skjeberg
Tlf. 926 67 111
E-post: ninasol1@online.no

Varamedlem:
Inger berger
Ekkilsøyveien 72, 6530 Averøy
Tlf. 976 14 248
E-post: ingerbe60@outlook.com

Varamedlem:
Sigrun Strøm
Follesevegen 9 a, 5302, Strusshamn
Tlf. 959 43 213
E-post: sigrun.strom@gmail.com

Kretsledere

Bergen og Midthordland
Eldbjørg Gunnarson
Morviklien 23, 5124 Morvik
Tlf. 979 83 791
E-post: eldbjorg.gunnarson@gmail.com

Hålogaland
Gunn Evjen
Evjenveien 386, 8056 Saltstraumen
Tlf. 948 31 112
E-post: gunnda@live.no

Oslo
Liv Aasa Holm
Sørkedalsveien 210, 0754 Oslo
Tlf. 951 63 524
E-post: livaaasaholm@gmail.com

Sunnmøre
Anita J. Kvalsund
Gjertnesåsen 3, 6092 Fosnavåg
Tlf. 412 26 404
E-post: anitaj-k@hotmail.com

Komite - /utvalgsledere:

Valgkomiteen
Leder
Anne Enger
Gamle Finnsandsvei 33, 3525 Hallingby
Tlf. 911 79 287
E-post: a-enger2@online.no

Kontrollkomiteen

Leder
Haldri Karin Engenes
Steinsvåg 14, 5437 Finnås
Tlf. 905 16 279
E-post: haldri47@outlook.com

Prinsippprogramkomiteen

Leder
Julie Hvidsten Helgesen
Bekkjarvikveien 24, 5114 Tertnes
Tlf. 971 98 688
E-post: juliehh@live.no

ACWW

2. representant
Randi Helen Almskår
Mellomvegen 15 a, 7340 Oppdal
Tlf. 997 43 519
E-post: randiha@kvinnerogfamilie.no

Norsk TotalforsvarsForum

Postboks 1550 Sentrum, 0015 Oslo
Besøksadresse:
Bygning 60, Akershus festning

Fokus

Forum for Kvinner og Utviklingsspørsmål
Storgata 11, 0155 Oslo
E-post: fokus@fokuskvinner.no
Tlf. 23 01 03 00

Studieforbundet næring og samfunn

Postboks 9388 Grønland, 0135 Oslo
E-post: post@naeringoggsamfunn.no
Tlf. 22 17 66 00

 - følg oss på facebook

OPPDATER DEG PÅ HVA SOM SKJER I FORBUNDET! DU FINNER LINKEN TIL FACEBOOKSIDEN PÅ NETTSIDENE VÅRE. HER FÅR DU LØPENDE INFORMASJON, DU KAN KOMMENTERE OG DELTA I DISKUSJONEN.

VI SEES PÅ FACEBOOK!

Mange lag er nå direkte tilknyttet forbundet. Se vår hjemmeside www.kvinnerogfamilie.no under Lag i fylker uten kretsledd.

ABONNER PÅ MEDLEMSBLADET 3 UTGAVER I 2024

Kun
kr 150.-



Annonsepriser:

Helside: kr. 8 000
Halvside: kr. 4 800
Kvartside: kr. 2 900
2 sider oppslag kr. 12 000
Baksiden: kr. 14 000

Format mm:

210x297
185x125/90x260
185x60/90x125/43x260
210x297 x2
210x250

Returadresse: Norges Kvinne- og familieforbund, Storgata 11, 0155 Oslo

Dette er Norges Kvinne- og familieforbund

Som medlem får du:

- Tilbud om advokatbistand
- Rabatt på hotellovernatting
- Medlemsbladet Kvinner & Familie 3 ganger i året
- Tilbud om kurs, konferanser, reiser mm. gjennom ditt lokallag/krets

Ditt medlemskap er viktig!

Våre arbeidsområder er:

- Familievikar
- Innføring av skolemat over hele landet
- Fødetilbudet – økt utdanning av jordmødre
- Integreringsarbeid og aktiviteter lokalt

Synes du at en av de aller viktigste oppgavene i samfunnet er å gi barna et godt og trygt oppvekstmiljø?
Vil du gjerne ha mer tid til barna dine uten at det går utover økonomi og yrkeskarriere?
Da kan Norges Kvinne- og familieforbund være noe for deg!

Målet er samfunnspåvirkning i kvinne og familiepolitiske spørsmål nasjonalt og internasjonalt.

Våre satsningsområder er: Kvinnepolitikk • Familiepolitikk
• Miljø- og forbrukerpolitikk • Internasjonalt samarbeid



Klipp ut



Jeg ønsker medlemskap i Norges Kvinne- og familieforbund

NAVN:

FØDSELSÅR:

ADRESSE:

POSTNR.-/STED:

LOKALLAG:

KRETS:

E-POST:

TELEFON:

INNMELDINGEN
SENDES:

Norges Kvinne- og
familieforbund
Storgata 11
0155 Oslo
Tlf: 22 47 83 80

Du kan også melde deg inn
via vår nettside:
[kvinnerogfamilie.no/
medlemskap/bli-medlem/](http://kvinnerogfamilie.no/medlemskap/bli-medlem/)

☐ Bekreftelse: Jeg samtykker at mine personopplysninger kan benyttes av forbundet til medlemsblad, forbundsnytt, invitasjoner og medlemslister som sendes ut til tillitsvalgte.