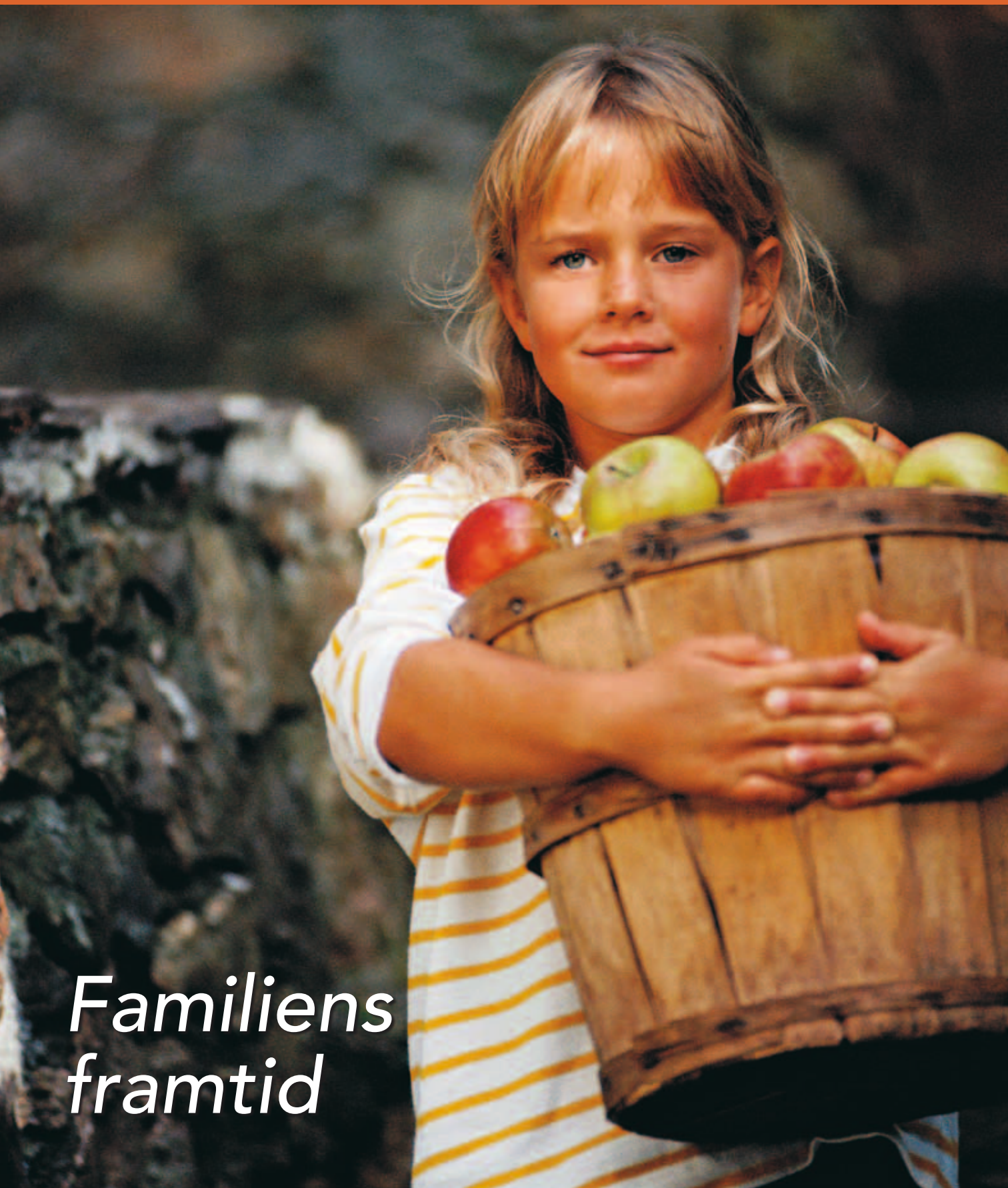


kvinner&familie

Medlemsblad for Norges Kvinne- og Familieforbund

Nr. 3/2009



*Familiens
framtid*

Du må ta deg tid til å leve. Å leve tar tid.

Eleanor McMillen Brown

Stress ned! Det er hastverk nok til alle.

Ukjent

Kjære venn, ta vare på visdommen og evnen til å skjelne rett, mist dem ikke av syne et øyeblikk. De vil bevare din sjel, de vil holde deg frisk og attraktiv.

Bibelen

Det er mye man kan lære av barn – for eksempel hvor mye tålmodighet man har-

Fran Lebowitz

Altfor ofte fører det "Jeg klarer meg selv"-samfunnet vi lever i, til ensomhet heller enn vennskap. Å dele hverandres byrder og bekymringer er en viktig del av et vennskap.

Sheri Curry

Å lytte betyr å vise oppriktig interesse for det som blir oss fortalt. Du kan lytte som en naken vegg eller som et storslått auditorium hvor hver eneste lyd kastes tilbake fyldigere og rikere.

Alice Duer Miller



HUSK!

INTERNASJONALT SEMINAR

Tema for seminaret er:

- Kvinner og likestillingsperspektivet ved overgang fra prosjekt til program
- Kvinners rettigheter til økonomisk og politisk deltagelse

INVITASJON TIL ÅPENT

SEMINAR 24. - 25. OKTOBER '09

Sted: Rica Holberg hotell, Holbergsplass 1, 0166 Oslo

Seminaret er i samarbeid med Norges Bygdekvinnelag. K&F's internasjonale utvalg er ansvarlig for program og foredragsholdere.

For mer informasjon og påmelding se www.kvinnerogfamilie.no

Juniormedlemskap

K&F innførte juniormedlemskap for barn og unge under 26 år.

Denne kontingenten ble satt til 25 kr.

Det er endrete regler for hvordan man teller medlemmer i organisasjoner, og minste kontingent for å telle med i medlemstallet er kr 50.

Sentralstyret har derfor besluttet å øke juniorkontingenten til kr 50.

Medlemstallet er en viktig faktor når vi skal søke statsstøtte, derfor er det viktig å få juniorene med i tellingen.

Anne Enger

FRIFONDMIDLER - EN PÅMINNELSE!

Husk at søknadsfristen er 1.10.09.

Formålet med Frifondmidlene er å styrke det frivillige barne- og ungdomsarbeidet i lokallagene. Det kan søkes om støtte til tiltak som er rettet mot barn og ungdom (opp til 26 år). Søknadsskjema og informasjon sendes ut til lagene hvert år, og finnes dessuten på www.kvinnerogfamilie.no - [medlemsinfo/skjema](mailto:medlemsinfo@skjema.kf.no). K&F søker hvert år om tildeling, og midlene blir deretter fordelt på søkerlagene.

Pengene er der - men dere må søke!

VI STØTTER NORGES KVINNE- OG FAMILIEFORBUND

Dette er en støtteannonse fra
RAUFOSS KVINNE- OG
FAMILIELAG



Norges Kvinne-
og Familieforbund

Norges Kvinne- og Familieforbunds handlingsplan for landsmøteperioden 2008 – 2010

KVINNEPOLITIKK:

Sikring av kvinners økonomiske rettigheter i likestillingsloven og ekteskapsloven.

Mål: Økonomisk likestilling mellom ektefeller i ekteskapet og mellom partene i samboerforhold, gjennom likedeling av inntekt og formue.

FAMILIEPOLITIKK:

Full barnehagedekning og økt kontantstøtte

Mål: Frihet for foreldre til selv å velge omsorgsform for sine barn.

MILJØ OG FORBRUKERPOLITIKK:

Matvaresikkerhet og kostvaner i hjem og skole.

Mål: Større kunnskap hos barn og unge om hva maten inneholder, sunt kosthold og hvordan mat tilberedes.

INTERNASJONALT SAMARBEID:

Internasjonal samarbeid for å bedre kvinners levekår verden over. Dette innebærer informasjonsarbeid samt prosjektarbeid i den 3. verden og organisasjonsbygging i Øst- og Sentral-Europa.

Vårt arbeid springer ut fra følgende visjon:

Anerkjennelse av kvinners ulike valg gjennom livsfaser, verdsetting av familien som bærebjelke i utviklingen av et godt samfunn.

Hensikten er å

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

Målet er

Samfunnspåvirkning i kvinne- og familiepolitiske spørsmål nasjonalt og internasjonalt.

K&F er tilsluttet

Nordens Kvinneforbund (NKF) og Associated Country Women of the World (ACWW).

Kjære medlemmer

K&F stod i år som vertskap for den nordiske sommerkonferansen, som ble arrangert i Stavanger i midten av juni. Et vellykket arrangement med tittelen "Kvinner redder verden", der dagens foredragsholdere tok for seg mat, miljø og klima i et bredt perspektiv.

Det er ingen tvil om at kvinner spiller en viktig rolle i arbeidet med en positiv samfunnsutvikling. Stadig flere ser det, og i svært mange sammenhenger fokuserer man nå på nettopp kvinnespektivet. Likevel er det langt igjen. Det er et gedigent fellesløft som skal gjøres, og i et globalt perspektiv er utfordringene enorme. Det handler om rettferdighet og likeverd. Det handler, i vår del av verden, også om en endring av retning, - mot et samfunn der man erstatter forbruksvekst med en vekst i fokus på, og omsetning av, omsorgsverdier. En slik kursomlegging vil være den mest verdifulle gave til våre etterkommere. Det vil også være en hyllest til det kvinnelige, - til det som er vår

særegenhet: moderlighet, helhetlig fokus og omtanke.

I løpet av sommeren har K&F hatt to besøk av utenlandske delegasjoner. Studenter reiser til Norge for å få del i de erfaringene vi har gjort på veien mot å bli et av verdens ledende land når det gjelder likestilling. Det er grunn til å være stolte av det. Det er imidlertid en like stor grunn til å se det ansvaret som hviler på oss: arbeidet for å ivareta de myke verdiene og for å endre situasjonen for den store andelen jenter og kvinner som fortsatt undertrykkes. Størstedelen av verdens fattige er kvinner.



Så mange som 62 millioner av verdens jenter i skolealder går ikke på skole. Når man så vet at utdanning ofte er selve nøkkelen til å bryte fattigdomssirkelen, ser man hvor galt dette blir. Det er også grunn til å tenke over følgende: undersøkelser gjort i India viste at mens en utdannet kvinne bruker rundt 90 prosent av sine inntekter på familien, bruker menn tilsvarende mellom 30 og 40 prosent!

"Familiens framtid" sier vi i inneværende landsmøteperiode. Det må være en framtid der menn og kvinner ses på, og behandles som, likeverdige. Det må også være en framtid der alle barn er våre barn, uansett hvor i verden de bor. FN's landbruksorganisasjon anslår en økning på 11 prosent i antall underernærte mennesker i løpet av 2009. Dette bringer tallet på mennesker som rammes av sult eller kronisk underernæring opp i svimlende 1,02 milliarder! Verdens matvareprogram utpeker finanskrisen og økte matvarepriser som hovedårsak. Vår rettferdighetssans bør bringes i opprør når vi ser at det enda en gang er de svakeste, de fattigste av verdens barn, som må betale den høyeste prisen. Der barn ikke har det bra fører ofte forskjellige former for diskriminering i tillegg til at det er jentene som har det aller verst.

Vi må holde øyne og hjerter åpne for alle dem som lider urett. Ordene om å "ikke tåle så inderlig vel den urett som ikke rammer oss selv" er alltid like aktuelle! Derfor må vi utrettelig gjøre vårt for å endre på det som er galt. Slik bygger vi også oss selv som mennesker, med hovedfokus på empati og medmenneskelighet. Det er slike verdier som må ha de sentrale rollene når vi arbeider for å skape en bærekraftig og god framtid for oss selv og våre etterkommere i en globalisert verden. Vårt arbeid for likeverd og likestilling i eget land skal fortsette så lenge det finnes en urett, men vi må hele tiden passe på å løfte blikket, slik at vi ser alle dem som er avhengige av vår innsats.

Jeg ønsker dere en fortsatt fin høst, med arbeidsglede, inspirasjon og fellesskap.

Med de beste hilsener til dere alle

Toril Sonja Gravdal
FORBUNDSLEDER

kvinner&familie

Nr. 3. 2009
123 årgang - Grunnlagt 1887

ANSVARLIG REDAKTØR:
Toril Sonja Gravdal

UTGIVER:
Norges Kvinne- og Familieforbund



This book is printed on Arctic the Volume. Arctic Paper is a holder of FSC traceability certificate.

ADRESSE:
Øvre Slottsgt. 6, 0157 OSLO
Telefon: + (47) 22 47 83 80
Telefaks: + (47) 22 47 83 99
E-post: post@kvinnerogfamilie.no

REDAKSJONSRÅDET:
Toril S. Gravdal
E-post: torilsg@online.no
Kirstin Neerbye Hagen
E-post: neerbyehagen@kvinnerogfamilie.no
Per Rune Hollup, pruneh@gmail.com

INTERNETTADRESSE:
www.kvinnerogfamilie.no

ANNONSER:
Øvre Slottsgt. 6, 0157 OSLO
Telefon: + (47) 22 47 83 80
Telefaks: + (47) 22 47 83 99

ABONNEMENT:
Kan bestilles hos utgiver.
NOK 150,- pr. år.
Medlemmer av forbundet får bladet gratis
Bankgiro 6034.05.20680

DESIGN: punkt&prikke...
punktpricke@me.com
FORMIDLING: 2punkt AS
TRYKK: RK Grafisk AS

Opplag: 6.000
ISSN: 0806-1173
Ettertrykk og kopiering av
Kvinner & families stoff og annonser
er ikke tillatt uten etter avtale.

NESTE UTGAVE:
Desember 2009
Stoff innlevering: 26. oktober 2009

Nordisk sommerkonferanse i Kvinner redder verden

MAT – MILJØ – KLIMA

Norges Kvinne- og Familieforbund var i juni arrangør av den nordiske sommerkonferansen, som i år hadde tittelen "Kvinner redder verden – mat, miljø, klima". Gjennom fire begivenhetsrike dager var vi vertskap for kvinner fra våre søsterorganisasjoner i de nordiske landene. Arrangørkomiteen hadde gjort en beundringsverdig jobb med å legge alt til rette for en vellykket konferanse. Fagdagen, i regi av ledelse og sentralstyre, fikk også god omtale blant deltagerne. Alt i alt: et vellykket og godt gjennomført arrangement. Her følger kortversjoner av foredragene.

Idealismen i det norske folk er økende, engasjementet i samfunnsspørsmål er økende, vi samles igjen til møter, til dialog og debatt. Noe er i ferd med å skje - i vår felles kollektive bevissthet.

DAG ANDERSEN OG
TORIL SONJA GRAVDAL

Mens kommunismen kollapset for 20 år siden, har grådighetskulturen som preget samfunnet de siste decennier ført til kollaps i finans-markedene. Grådighetens grimme ansikt har avslørt seg selv, uavhengig av ideologiene bak.

Det 20. århundrets samfunnsideologier og idealer var alle knyttet til en enkel materialisme som førte til grov utnyttelse av naturen. Vi har forstyrret balansen i naturkreftene, nå er det

planeten selv som taler til oss. De mange krisene som kan følge av klimaendringer ligger fortsatt et stykke inn i fremtiden, men folk flest forstår at uværet har bygget seg opp.

Verden er blitt liten, så liten at det som skjer på den andre siden av planeten påvirker oss direkte - i løpet av timer. Mennesker med en annen kultur enn vår egen lever like ved siden av oss. Det er i ferd med å gå opp for oss at vi i løpet av en



Stavanger

generasjon eller to må venne oss til å leve i et flerkulturelt samfunn - i vårt eget nabolag og på en ganske liten og overbefolket planet med raskt stigende feber.

Samtidig er vi blitt lykkeligere. Siden 2004 har lykkekurven, med antall mennesker som oppgir at de er lykkelige, steget for første gang siden Norsk Monitor begynte målingene i 1985. Forklaringen er at idealismen og samfunnsengasjementet er på vei opp samtidig som materialismen er på vei ned. Folk ble ikke lykkeligere med økt materiell levestandard så lenge kravene økte i samme tempo. Vi liker vår materielle velstand, men samtidig er vi i ferd med å oppdage at nok er nok. Det brer seg en erkennelse av at vi nå må komme sammen og snakke om hvilken vei vi vil gå i årene som ligger foran oss.

De fleste av oss tror ikke at grådighet og beinhard konkurranse er det som skal til for å gi oss det gode liv, for å gi oss glede og trygghet. Tidevannet har snudd. Det norske folk er i ferd med å gjennomskue materialismen. Den erkjennelsen kan gi oss økt livsglede, samtidig som vi bringer samfunnet i økologisk balanse. Prosessen er i en tidlig fase, men begivenhetene utvikler seg raskt, og det økte engasjementet og den økte idealismen har allerede gitt klare, målbare utslag på lykkekurven.

Vi står alle overfor de samme store utfordringene med klimaskapte kriser og overgang til et flerkulturelt samfunn. Det er ikke lenger en arbeiderklasse som står mot et borgerskap. Høyre-/venstre-dimensjonen er fortidens politiske hoveddimensjon, ikke fremtidens.

De gamle ideologiene går ut på dato sammen med den ensprede materialismen som var grunnlag for forrige århundres ideologier. Den felles grunn de bygget på var

industrialisering og økonomisk vekst. De gamle ideologiene var utformet for å løse 1800- og 1900-tallets utfordringer. Den oppgaven har de i hovedsak løst, samtidig som det er skapt nye, store utfordringer vi nå må finne sammen for å løse.

I de fleste sammenhenger er det bred enighet i Norge om at dialog og konstruktivt samspill er den beste metoden. I internasjonal politikk, i forholdet mellom enkeltmennesker og mellom folkegrupper er det bred enighet om at dialog er å foretrekke fremfor åpen konflikt og kamp. Særlig viktig er det i forhold til nye folkegrupper som innvandrer til Norge.

Også i den ellers så konflikt-orienterte rikspolitikken finnes det en tradisjon for dialog, knyttet til de store politiske forlikene. Mange vil mene at dette er noe av det beste i den norske politiske tradisjonen. I de langsiktige sakene som mange regjeringer vil arbeide med, er det viktig å oppnå en bred enighet.

MENINGSMÅLINGENE HAR BEKREFTET DET RESULTATET IDEDUGNADEN GA:

Det er et stort flertall i folket for å legge om samfunnets hovedretning fra å øke den materielle levestandarden til å øke livsgleden og livskvaliteten, samtidig som det materielle grunnlaget gjøres stabilt og bærekraftig.

Men folkets tiltro til de politiske lederne og de politiske partiene er i denne sammenheng liten. Det politiske spillet slik det fremstår i dag er for mye preget av partipolitisk småkrangel. Mye er oppnådd de siste par generasjonene, men i dag bærer spillet på den rikspolitiske arenaen preg av at vi virrer rundt i målområdet og ikke vet hvor neste etappe går.

De neste 20 årene blir helt avgjørende og svært krevende.

Vi må komme raskt i gang med å bygge om det økonomiske systemet og hele produksjonssystemet til å bli bærekraftig.

Vi må utvikle de mellommenneskelige relasjonene for økt livsglede, harmoni og toleranse i en flerkulturell verden.

Den bevisste dialog er verken typisk for mannen eller for kvinnen. Dette er det nye vi må skape SAMMEN. Både menn og kvinner har lett for å havne i den verbale slåsskamp, men den store debatten er i hovedsak en maskulin adferd og tradisjon.

Kvinnene på sin side har en litt annen uvane, fra den motsatte "grøften"; Vi prater i ofte i munnen på hverandre, og kan derfor ha vanskelig for å lytte ordentlig til hverandre.

Det nye vi må lage sammen er den bevisste samtalen, dialogen, der alle gir det beste de har til hele gruppen. Der alle lytter og tar imot. Slik kan vi bruke det beste hos oss alle til å komme fram til felles og gode løsninger. I et flerkulturelt samfunn i rask endring har vi ikke noe valg. Vi må sam-tale! Vi må utvikle positive dialogiske måter å arbeide sammen på.

Norges Kvinne- og Familieforbund er en av mange norske organisasjoner som har deltatt i den landsomfattende idé-dugnaden 100-års målene. Resultatene av denne ide-dugnaden blir presentert i en bok som nå er kommet ut.

Disse dialogene ble innledet med videoen om 100-årsmålene.

Filmen som her ble vist, kan lastes ned på www.hundreaarsmaalene.no

Mat og helse

Foredrag under Nordens Kvinneforbunds sommerkonferanse i Stavanger, fredag 12. juni 2009.



Temaet "Mat og Helse" går vel egentlig rett i det som var hovedpoenget/hovedtemaet for konferansen, "Kvinner redder verden". Jeg var glad for at disse så viktige elementene var med i foredragsrekken.

Temaet er jo enormt stort, men jeg plukket en del stoff som jeg håpet kunne være med som diskusjonsgrunnlag i debatten etterpå, og i samtaler delegatene imellom i dagene vi var sammen. Selvfølgelig også i etterkant, for oss medlemmer i K&F og andre som leser medlemsbladet.

Jeg valgte å si litt om hvert av ordene/temaene for så til slutt å "smelte" dem sammen, om ikke til et ord, men til den viktige betydningen de har sammen.

Mitt halvtimes foredrag var konsentrert rundt punktene jeg hadde skissert i "PowerPoint" presentasjonen som dere ser nedenfor. Den er også oversatt til islandsk og finsk.

For dem som ønsker mer opplysninger, kan dere besøke noen av de linkene til diverse nettsider som er med til slutt i presentasjonen, eller dere er hjertelig velkommen til å kontakte meg.

PowerPoint-presentasjonen i stikkordform

Mat og Helse

Av BJARNHILD HODNELAND

HELSE

Oppvekst

- Amming
- Overvekt hos barn
- Spiseforstyrrelser
- Fysisk aktivitet

VOKSNE:

Livsstil

- Kosthold
- Fysisk aktivitet

STEVEN N. BLAIR SIER OM SEG SELV

Verdens fremste forsker på fysisk aktivitet og helse er en liten, tykk og frisk fyr som løper hver dag. Mennesker som er overvektige og i god form, har halvparten så høy dødsrisiko som slanke med dårlig kondis.

MAT

- Primærbehov
- Kultur
- Trivsel

ØKOLOGISK MAT



Økologisk mat er dyrket uten kunstgjødsel og sprøytemidler

MERKING AV MAT

KSL Matmerk

- Matkvalitet
- Mangfold
- Muligheter



Norskproduserte matprodukter med spesielle kvaliteter.



For bedrifter som produserer mat basert på norske råvarer.



Opphavbeskyttet betegnelse på mat med spesiell geografisk tradisjon.



NØKKELHULLET
Nøkkelhullet er et symbol som settes på pakningen av ferdigpakke matvarer.

Dermed får forbrukerne hjelp til å gjøre sunnere valg i kjøpsøyeblikket.

KOSTHOLDSREGLER

- Spis minst tre porsjoner grønnsaker og to porsjoner frukt daglig, 5 om dagen
- Velg kokte eller bakte poteter fremfor chips og pommes frites

- Spis grove korn- og brødvarer
- Spis mer fisk – både som pålegg og middag
- Velg magre kjøtt- og meieriprodukter
- Velg myk vegetabilsk margarin eller olje framfor hard margarin eller smør
- Kutt ned på inntaket av sukker, særlig i form av brus og godteri
- Vær varsom med salt
- Vann er den beste tørstedrikk

SYKDOMMER RELATERT TIL KOSTHOLD

Av de 7 viktigste risikofaktorene for ikke-smittsomme sykdommer i Europa, er 5 relatert til kosthold.

WHO har anslått at:

- 80 % hjerteinfarkt
 - 90 % diabetes type 2
 - 30 % kreft skyldes feil kosthold
- Dessuten tannrøte og forstoppelse og galleveissykdom.

MATSERVERING PÅ SKOLEN

- Frukt
- Kald mat
- Varm mat

UTDANNING I FAGET "MAT OG HELSE"

Skolekjøkken – heimkunnskap – mat og helse

Uttalelse: «Navnet "Mat og helse" øker interessen for faget fordi mat er trendy og helse er trendy.»

sier førsteamanuensis Britt Unni Wilhelmsen, Høgskolen i Bergen

NYTTIGE LINKER

- www.helsedirektoratet.no
- www.ammehjelpen.no
- www.grønnhverdag.no
- www.matportalen.no
- www.matmerk.no
- www.hib.no
- www.skolematensvenner.no

Du er hva du spiser!

Mitt forhold til mat har endret seg med årene. Når jeg ser tilbake har det variert i takt med større "sceneskift" i livet mitt.



AV TONE GRANAAS

Barndom, ungdom, ung voksen, da jeg ble gravid og nybakt mor, og ikke minst hverdagen med tidsklemma!!!

Barndomsminner; jordbær på strå, blodklubb, lungemos, sild og potet, kjøttkaker og stua kål, løpe med rabarbrasaft i flasker til kara på jordet i høyonna – langsom tid.

Ingrid Espelid og Margrethe Munthe hånd i hånd. Jeg fornemmer lukter, smaker, lyder og stemninger – en lengsel tilbake til noe som var "det opprinnelige", noe varig,...trodde jeg iallefall...

Jeg er oppvokst på et lite småbruk, og idag er jeg vedlig takknemlig for den kunnskap og de verdier dette har gitt meg.

Fra jord til bord er noe de fleste av oss ikke trenger å forholde seg til i dag, men det er mye arbeide som ligger bak den middagen, brødiskiva, kaffe latte'n som vi sist fortærte.

Jeg fikk fort forståelse for at det å ha dyr på fjøset om vinteren krevde at pappa måtte jobbe ekstra og ha mer jordareal for å dyrke høy nok til vinterfôr, i tillegg til alt arbeide og stellet med dyra, og ikke minst vedlikehold av fjøs og låve. Det krevde mindre innsats å dyrke poteter og kål, eller å plukke bær og frukt, samt få litt elgkjøtt på høsten.

Jo lavere ned i næringskjeden, jo mindre tid og innsats trengte vi å bruke for å få noe å spise.

Når slakteren kom til gårds, var vi barna fylt av skrekkblandet fryd. Det var litt trist og skummelt, men samtidig

noe magisk som skjedde. Vi fikk se tarmer og innvoller, og fikk se de flådde dyrekroppene som var hengt opp på "kleshengere" i taket.

Jeg husker jeg syntes det var fasinende å få se det som var inni og tenkte på hvordan jeg var inni! Vi fikk oppgaver som å røre i blodet, og gledet oss til deilige søndagsmiddager fremover.

For det var på søndager det var litt ekstra. Da var det gjerne kjøttmiddager; steik, kjøttkaker, fersk suppe og kjøtt med sur-søt saus.

I uka var det mer av den maten som ikke hadde krevd så mye ressurser å skape – mer vegetarmat som graut, pannekaker, grønnsakssupper og poteter og grønnsaker fra egen hage. Ellers var det fiskekaker, fiskeboller, spekesild og litt innvoll- og blod mat, som lungemos og blodklubb og pølser – hele dyret ble jo brukt.

Vi hadde nesten alltid dessert hjemme hos oss, noe de andre barna i nabolaget ofte var litt misunnelige på. Mamma laget grøt av frukt og bær som vi hadde plukket selv.

Årene gikk og puberteten nærmet seg. Mye var i opprør, og jeg ville utforske og oppdage.

Da passet det bra at heimkunnskap lærinna satte opp menyer som Chili con carne, pizza og milkshake. Oregano og chili var fantastiske nye smaker for ganen, helt annerledes en lungemos!

Kina-restaurantene dukket opp og ble frekventert, gatekjøkkenmaten ble en del av ukas inntak, og etterhvert fant jeg frossen pizza og ferdigmat i butikken.

Sammen med MTV og musikkvideoer begynte vi å spise Peppes hjemkjørte pizza. Fra jord til bord opplevelsene lå laaaangt bak i bevisstheten, og den langsomme tiden tilhørte dinosaurene.

China Expressen var billig og kjapp! Det ble stikkordene på gode matinnkjøp – det skulle være billig og kjapt.

Reklamen rullet inn via alle mediekkanaler, og invitasjonene til alle kjøpefestene landet i postkassa. Mat ble en forbruksvare på lik linje med alt annet – det skulle være billig sånn at jeg fikk følelsen av å være smart og ha gjort "et kupp".

Kvaliteten var det jo ikke så farlig med, for penger hadde jeg jo nok av og det som gikk i stykker eller ikke ble spist, var det jo bare å kaste. Om det var sunt eller ikke eller hvor det kom fra spilte ingen rolle. Jeg var uødelig – iallefall ofret jeg knapt en tanke på helse og kosthold, eller andre i verden ved mine matinnkjøp. Livet kretset stort sett rundt et sentrum – meg.

Mammaaaa – jeg har en løs tann!! Der tok livet brått en liten u-sving gitt...

Det tok jo de vante 9 månedene og alt det der, men når jeg ser på 6 åringen min idag, så opplever jeg fremdeles innimellom at jeg befinner meg i den u-svingen... Det går så fort!

Som gravid fikk jeg plutselig et helt annet fokus enn kjapp og billig mat. Her skulle det være gode bevisste valg ja – etter boka!

Litt panisk kanskje, men ikke så galt at det ikke er godt for no'.

I tillegg begynte verdiene og

Spis MER grønt

Velg økologisk og fra naturens spiskammer

Spis lokalprodusert sesong mat



kunnskapen fra barndommen å komme frem fra lengst bak i lillehjernen. Hva var det som egentlig var viktig for meg? Hva slags liv ønsket jeg å leve?

Etter et liv i hurtighetens tegn, hadde jeg også stiftet bekjentskap med den kjente Veggen, og det hjalp meg i min søken å måtte stoppe opp å lete etter det jeg faktisk ønsket mer av i livet mitt.

Men én ting er hva jeg ønsket, noe annet er å leve det, gjøre det.

Vaner er forferdelig vanskelige å endre noen ganger. Ønsket om det varierte kostholdet som jeg skulle lage fra skrætsj – uten Toro og de andre hjelperne – det ble mye vanskeligere enn jeg trodde.

Hverdagen med barn og tidsklemma kom og tok meg.

Det Theodor spiser = det jeg spiser (ikke omvendt!).

Vi reiser hjemmefra i halv åtte tida på morgenen og er hjemme sånn ca kvart over fem på ettermiddagen. Når vi kommer hjem er mor VELDIG sulten, (for jeg har ennå ikke klart dette med å spise ofte og lite) og da må det gå fort!

Joda, fint å tenke på barndommens gode minner – men gi meg litt mat NÅ! Jeg må nok bare erkjenne at jeg er i kategorien ”wanna” be” – får det ikke helt til dette med å lage fra skrætsj, fryse ned – planlegge dagen før, huske å ta opp av fryseren...

Men i min verden er det viktigst å ha fokus på det jeg faktisk får til, og det er ikke så lite egentlig; Theodor og jeg handler mat sammen og han løper og finner de matvarene vi skal ha, med

”det grønne merket” på. (Ø-merket som viser at det er godkjent økologisk av Debio). Vi spiser mye grønt og frukt og kornprodukter – for det er bra for både kroppen og jorda vår!

Theodor har forstått at jorda vår har feber, men at vi kan gjøre mange ting for at den skal bli frisk igjen. Blant annet spise mer frukt og grønt med Ø-merke, spise hvitt kjøtt som kylling, gris og fisk og mindre rødt kjøtt. Vi bruker bærenett som vi har med oss og sier nei takk til plastposene, for de er laget av olje og er ikke bra for jorda vår.

Om høsten forsøker vi å plukke litt bær, med store planer om sylting og safting. Det koker som regel ned til en hyggelig skogstur, røde og blå tunger og nok til litt kakefyll når vi kommer hjem.

Vi har fokus på å ikke lage for mye mat, for det er ikke bra for oss og jorda vår om vi kaster mat (tenk på alt det arbeide og all energi som er brukt på å produsere og transportere fra jord til bord!), og det vi kaster kildesorterer vi og det blir til jord. (Neste steg er egen kompostbinge... må bare få litt mer tid...osv...)

Vi har bosatt oss et steinkast unna gården der jeg vokste opp, og Theodor var 2 år da han var med på sin første kalvefødsel.

Nevøen min har tatt over gården og driver økologisk, og Theodor og jeg er ofte nedom, også når slaktebilen kommer...

Jeg er opptatt av å gi Theodor opplevelser som både gir matglede, men også kunnskap om dette

fantastiske kretsløpet som vi er en del av og som gir oss all maten. Der alt går i sirkel, alt henger sammen, ingenting blir ”borte” og alt brukes om igjen. Det er jo bare rett og slett magisk! The circle of life – som de synger om i Løvenes Konge.

Jeg er det jeg spiser, og jeg er ikke så verst! Mat er LIVSVIKTIG, og har både kortsiktige og langsiktige helsegevinster.

De kortsiktige gjelder min egen helse, og de langsiktige gjelder våre barn og barnebarns livsgrunnlag ift de klimaendringer og miljøødeleggelser som våre matvaner idag fører til.

Nedhogst av regnskog til produksjon av dyrefôr, bruk av kunstgjødsel og sprøytemidler, trua dyrearter som vi fortsetter fangst av, kasting av stoore matmengder og bruk av fossil energi for å få maten fra jord til bord.

Hvis jeg skulle ønske meg noe som kunne hjulpet meg i mine matvalg i hverdagen, så måtte det være; Økologisk ferdigmat som er mer vegetarbasert enn kjøttbasert, høy kvalitet på råvarene, produsert på en klima- og miljøvennlig måte, fairtrade godkjent, med minst mulig emballasje og i praktiske porsjoner for små husholdninger, og tilgjengelig i vanlige matvarebutikker.

I Norge bruker vi i gjennomsnitt 11% av inntekten vår på mat.

Jeg er villig til å bruke mer, for MAT er livsviktig, og så mye viktigere enn alt annet som jeg egentlig ikke trenger.

Framtidens dyrkingsme

Kvinner redder verden

Hvordan dyrke mat, helse, livskvalitet og bærekraft i praksis.

- Mat, Miljø, Klima

AV PER RUNE HOLLUP

Reell bærekraft kan skapes ved å finne og stimulere naturlige sammenhenger, i samarbeid med hverandre og naturen. I tillegg er det sosiale veldig viktig for oss. Så det er avgjørende å forbedre livskvalitet og reell omsorg om vi skal oppnå virkelig levedyktige og bærekraftige samfunn. Dette har jeg også nevnt i flere artikler, blant annet "Samarbeid - hvordan små spirer vokser til skog!" (K&F nr1-2007), samt "Ingen kan alt, men alle kan litt!" (K&F nr1-2009).

En ny og bedre livsstil må starte med oss selv, men dette forutsetter at vi kjenne oss selv - våre muligheter og begrensinger.

VI ER ALLE UNIKE

Mennesket er unikt som art, såvel fysisk som psykisk. Vi er de eneste som kan løpe langt, stupe i vannet, svømme, dykke, plukke opp noe fra bunnen, for så klatre opp på den andre siden, og opp i et tre. I tillegg kan vi fremvise en helt utrolig kløkt og oppfinnsomhet.

Gjennom hele historien har våre evner hjulpet oss gjennom ufattelige kriser og katastrofer. Nøkkelen har vært hurtig å tilpasse sosiale

relasjoner, teknologisk fundament og ferdigheter til nye krav og behov.

LIVSSTIL AVGJØR

Det sies at vi blir hva vi spiser, noe også hjernen vår bærer preg av. Maritim føde, fisk og fiskeoljer er avgjørende for våre mentale evner - både nå, og mens vi ble formet som art. Men allerede i mors mage og ved fødselen legges grunnen for helse og evner.

Tarmfloraen står for 1/3 av næringsopptaket, og som for alle pattedyr, får vi denne fra moren. I tillegg inneholder morsmelken viktige antistoffer og hvite blodlegemer som gir barnet livsviktig beskyttelse, mens det utvikler sitt eget immunforsvar.

Som et ekstra pluss har vi lært å koke & steke maten, noe som tidobler energiopptaket.

Men alt med måte. De fleste av våre folkesykdommer kommer av feil livsstil! De finnes ikke hos folk som lever mer i harmoni med naturen. Og dette er ikke genetisk, for om noen av disse blir fristet inn i vår vestlige livsstil, får de hele «pakka» i løpet av 5-6 år og dør(!) i løpet av 10-15. Samtidig er det vist, at vi selv kjapt kan bedre helsa om vi går over til en mere riktig livsstil.

ØKT LIVSKVALITET

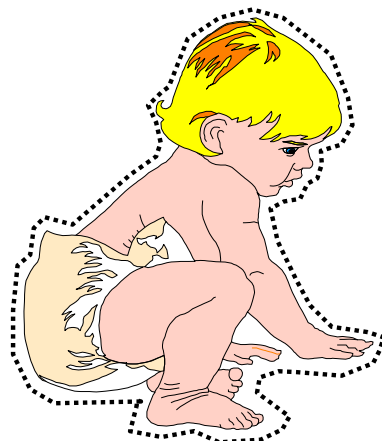
Også som individer er vi alle unike, og det er viktig at vi får utvikle og uttrykke vår egen stemme, hjerte, sjel, erotikk, livshistorie, tenkende sinn og bli hele mennesker. I fellesskapet kan individet finne hjelp til å vokse, utvikle ekte empati og kombinere sin styrke i harmoni med andre.

Overlevelse krever: Ren luft, vann, jord, mat, varme, skygge, klær, hus, redskaper, transport, ressursforvaltning, omsorg, kjærlighet, stimulering, motivasjon, utdanning, samarbeid og fellesskap med alt og alle.

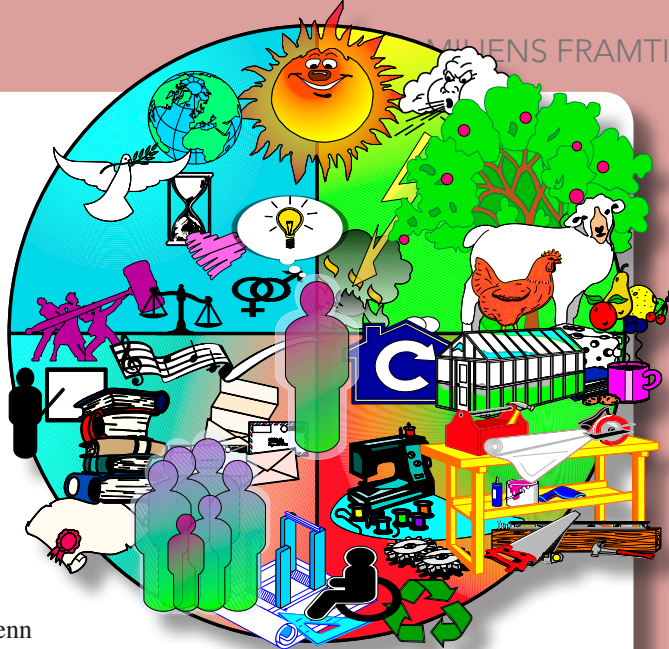
Vi vil alle tjene på å forkaste den tradisjonelle modellen med gjensidig konkurranse og det å leve på andre menneskers bekostning. Vi har store utviklingsmuligheter om vi slutter å betrakte oss som uavhengige individer, og heller begynner å se oss selv som en del av verden, hvor alle deler felles skjebne.

HVORDAN?

Hver for oss behersker vi kun en brøkdel av hva vi må kunne, om vi skal dekke våre grunnleggende behov. Det vil si, at det meste vi trenger avhenger av andre menneskers innsats, kunnskaper, etikk og moral. Om en lever i et rovdyrssamfunn, er



toder



dette livsfarlig! Der hersker jungelens lov og rovdrymmoral, hvor den sterkeste står fritt til å ta seg til rette med makt, på bekostning av andres liv og helse.

Trekkfugler flyr i flokk, fordi de finner styrke og beskyttelse i fellesskapet. Skal vi bygge en bedre verden og få løftet samfunnet opp av grøfta, kreves det samarbeid, at mange er med og dytter, og at vi dytter samtidig og i samme retning!

Når utviklingen går sin skjeive gang, kommer en før eller siden til et punkt hvor alt stanser opp, og hvor en tvinges til å tenke igjennom det hele - finne hvordan en egentlig burde innrettet seg, om en skulle startet på ny. Dette kalles omlafting og behovet for samfunnsomlaufting er stort. Klarer vi å løsrive oss fra forbrukersamfunnet og gå inn i omsorgs- og kretsløpssamfunnet, får vi tilbake kontrollen over egne liv & helse, tid & økonomi. Godt utprøvde løsninger finnes rundt oss allerede. Vi trenger kun ta dem inn i hverdagen.

KRETSLØPSØKONOMI

Bruk & kast representerer en ufattelig sløsing. Gjenbruker vi mer av det som allerede er produsert, oppnås store synergieffekter og avkastninger. Enhver kommune som innfører

systematisk gjenbruk, kan lett skape 10-15 selvfinansierte arbeidsplasser lokalt.

Gjenbruk i lokale kretsløp, er mye bedre enn dagens resirkulering. Et eksempel er bruksglass laget som beskrevet i "Gjenbruk - nøkkelen til framtiden" (K&F nr1-2009). Nordhagens artikkel i samme blad "Om å dyrke sin egen mat", er et annet godt eksempel.

WWW.HOLDBART.NO

Som nevnt i siste nummer, inviteres nå frivillige organisasjoner og fagfolk til dugnad for en bærekraftig framtid. Gjennom www.holdbart.no ønsker vi å bygge nettverk, samt samle nødvendig informasjon, råd og tips, så vi kan hjelpe hverandre.

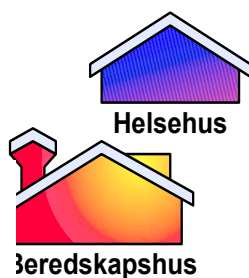


www.holdbart.no

Tid og mulighet til omsorg for hverandre



Informasjon

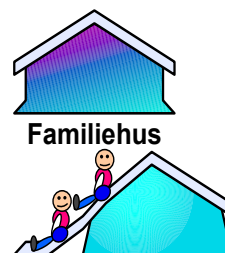


Helsehus

Beredskapshus



Holdbarhetshus

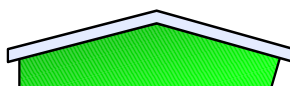


Familiehus

Barnas Hus



Økonomihus



Forskningshus



Dugnadshus



Kunst- & kulturhus

Vi inviterer til dugnad for en bærekraftig framtid
(Klikk nå husene!)



Naturen som spiskammer

= MAT FRA VILLE VEKSTER = KORTREIST MAT

AV ASTRID KALLHOVD

«IF YOU CAN'T BEAT THEM
– EAT THEM!»

I HAGEN

Dette er hagedyrkerens årvisse dilemma: Vi har laget oss et stereotypi – en definisjon av ”den perfekte hage” – en hage fylt av planter vi i suveren herskertechnik har bestemt at ”der skal du stå”!

Kjenner vi ikke på denne absolutte avmakts-følelsen (– som når 2-åringen slår seg vrang under konserten –) når ugresset spretter opp og ler, ”Jeg vil ikke flytte meg! Jeg vil bestemme selv hvor jeg skal bo!” Vårt behov for å herske møter sin overmakt. Vi fortviler! Hagen står i fare for å bli omgjort til asfaltert parkeringsplass. Eller? Resignasjon – eller alternativ teknikk: Jasså? Skvallerkål og brennesle og meldestokk: Her er mitt mottrekk: I den grønne gryte! Suppe, stuing, pesto – her er mulighetene mange! Smaken er herlig – og det er sunt – og det er billig! Takk til dere, ville vekster i mitt staudebed!

I SKOG OG MARK OG GRØFTE-KANT

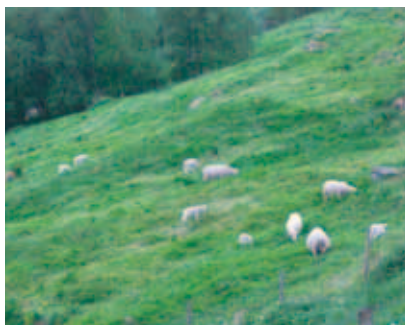
- Der har vi naturens spiskammer. Her finner vi mye snadder! Grønne vekster – som råkost, og til suppe og stuing, salat og urtesmør, til pai og frikadeller.

Og ikke minst:
DEN KORTREISTE MATEN SOM VI
BEITER DIREKTE

Urter, bær og frø som vi plukker rett fra busken og spiser straks.

- Akkurat som disse sauene og lammene, her på beite på småbruket mitt i Nordfjord.

For disse dyrene er naturen et selvsagt spiskammer. En buffet av de beste sorter!



Har dere sett nøye på dyr som beite? Sauer – geiter- hester – griser – høns?

Jeg blir ikke lei av å studere deres FORSKJELLIGE atferdsmønstre når de beiter. Geitas målbevisst kurs for akkurat DET beste strået, - hesten som flatbeiter som en gressklipper, - høna som nipper og undres, - grisens nøyaktighet og rigide mønstre i matfatet, - sauen som later som den liker det meste, men løper for å se om epletreet har mistet noen epler--- osv. Det blir et annet kåseri.....

KLARER VI Å SE AT UGRESSET ER VAKKERT?

Klarer vi å erkjenne at dette vakre ikke bare er ugress, men verdifulle nyttevekster – ja endog gourmetmat!

Kan vi se på denne løvetann-enga og drømme om edle dråper – en velsmakende og elegant løvetannvin?

Men er alle ville vekster en potensiell salat?



Absolutt ikke! Der er giftige planter, og der er planter som smaker vondt.

Men DE er ikke tema i dag.

SÅ: HVA KAN VI TRYGT SPISE I NATURENS SPISKAMMER?

Mine elever er i aldersgruppen 6 år til 50. I barneskolen som på universitetet, er spørsmålet det samme: ER dette spiselig?

Det smaker -- grønt! Noe smaker mest ”spesielt” – men prøv og smak selv! Og så er det både sunt og billig – og det gir den ekstra turgleden det er å gå på oppdagelsesreise i naturen, i din egen hage, og i skog og mark..

MEN HVORDAN SMAKER UGRESSET?

Vi begynner i skolehagen. Knappt har vi begynt å ruske i jorda, så er den der: SKVALLERKÅLEN! (For noen kjent som tyskerkål, eller hansa-kål, for den kom først til Norge i Hansatiden, i middelalderen, trolig innført som en fornem grønnsak.)



La oss ta vennlig imot den!

Se hvor den strutter av frodig selvtilitt, sprekkeferdig av c-vitaminer! Glinsende irrgro, saftig i stilken.

Barna liker den i suppa, vårens første grønne suppe – rett før brennesle-suppa.

Men den er også spennende som salat. Og som pesto! En rimelig og delikat pesto-variant er skvallerkål og solsikkekjerner - i stedet for de dyre pinjekjerner!

Når jeg først har introdusert denne innvandreren – skvallerkålen – så vil jeg også presentere en Middelhavs-immigrant: Oreganoen! Pizzakongen. På norsk heter han BERGMYNTE og vokser vilt i sørvendte bergsprekker og steinrøyser helt opp til Meløy i Nordland.



Bergmynten har også vært brukt som legeplante helt siden romertiden. I følge folketradisjonen har den en spesiell kraft til å verne oss kvinner mot onde makter, særlig når vi skal føde eller stå brud.

Bergmynten – oreganoen - er den norske krydderplanten som blir mest brukt – men så er da vi nordmenn også særdeles glad i pizza!

Bladene egner seg også godt til te. Vi bruker den fersk – men også tørket. Den blir søtere på smak ved tørking. Den egner seg IKKE til frysing.

KARVEKÅL. DU SER DEN – OVERALT

Fra tidlig vår. Den ser ut som ”bare ugress”. Den går i gressklipperen i hagen, og under ljåen på gården. Du ser den langs veikanten, på tørre bakker og nær dyrket mark. UGRESS!

Men vent litt! Vi har hørt mye om den. Var det ikke karvekålsuppe som var allemans-spise under krigen – for 65 år siden?

Jo, den er en viktig matplante – hele planten kan spises.

Karven er faktisk DEN MEST KJENTE av alle våre ville nyttevekster. Den blir halvmeteren



høy – om den får overleve – og den kan høstes igjen og igjen hele sommerhalvåret – om vi klipper ned stengelen før den blomstrer.

KARVEKÅL er de unge bladrike rosettene, med den øverste delen av roten. Den er rik på C-vitaminer og karotin – som er grunnlaget for A-vitamin.

Den kan fryses uten forvelling.

NYPER - ROSEBUSKENS FRUKT PÅ SENSOMMEREN.

Vår mest verdifulle antioksidant-kilde

Nyperosen vokser i bakker og på steinete steder – over hele Norden.

Den er kjærlighetens blomst. I norrøn mytologi: Gudinnen Frøyas yndling.



Nyperosebusken varslet hvordan vinteren ville bli. Blomstret den TO ganger samme sommer, så ville det bli en MILD vinter.

Nypene er kanskje vår aller beste c-vitaminkilde. Nypen inneholder ca 6 ganger MER c-vitaminer enn solbær, og 18 ganger så mange c-vitaminer som appelsin og

100 ganger mer enn i epler! Selv superbærene ARONIA (svartsurbær – indianernes mirakelbær--) Blir utkonkurrert. De har 14 antioksidanter mot nypenes 37! Til sammenligning har blåbær 8....

Når nypen er rød og fast er den klar for innhøsting.

Rensingen tar tid – for frøene ("lusene") må bort. Bruk en teskje.

Tørk dem i stekeovnen ved 35 grader, eller på urte- tørke, til vinterbruk.

God toddy til skituren - og som suppe med en klatt rømme... Og selsagt: Som te.

Dette er bare et lite utvalg av Astrids presentasjon. Vil du vite mer? Vi kan sende deg hele presentasjonen. Send bestilling pr e-post til toril@kvinnerogfamilie.no

Mat, miljø og klima

Hva gjør norske myndigheter?

GUNN KARIN GJUL

Norge har som mål å være karbon-nøytral i 2030. 2/3 av reduksjonen skal skje her hjemme. Det er behov for en variert klimapolitikk. Maten bidrar med vesentlige utslipp. Samtidig har vi en sårbar matvareforsyning.

MATENS KLIMASPOR

Muligheter og utfordringer: Ved å kartlegge matens klimaspor får man et grunnlag for effektiv virkemiddelbruk. Man vil også kunne dokumentere endringer over tid. I forhold til matsektoren kan dette brukes til veiledning i forhold til utslippskutt og til å styrke konkurransekraften. Gjennom denne kartleggingen vil man også kunne gi forbrukerne økt klima-kunnskap og veiledning.

Når det gjelder fiske, er drivstoff til fangst den største utslippskilden. I landbruket skjer 90 – 95 % av utslippene i primærproduksjon av kjøtt og meieriprodukter. Transporten av produkter utgjør kun en liten del av det store bildet.

54 % av befolkningen ønsker å

endre forbruk av mat. 74 % ønsker tilpasninger som innebærer redusert bruk av kjøtt, altså mer planteprodukter. 84 % ønsker mer lokal mat. 76 % ønsker å ta valg basert på informasjon. MEN: Folk anser at hovedansvaret ligger hos myndighetene!

Anbefalinger: Kartlegging og styrking av kunnskap, utvikling av standard på internasjonalt nivå, klimamerking/miljømerking av mat. (dette er underveis)



ST. MELD NR. 39 (2008 – 2009)
REDUSERTE
KLIMAGASSUTSLIPP –
JORDBRUK, MAT OG FORBRUK

REGJERINGEN VIL:

- Arbeide for at matsikkerhet blir en integrert del av oppfølgingen av klimamøtet (COP 15) i København
- Gjennomføre utslippsreduksjoner i jordbruket, og presenterer her tiltak med et potensial for reduksjoner på 1,1 million tonn CO₂ – ekvivalenter innen 2020.
- Drive biogassproduksjon.
- Iverksette tiltak som øker karbonlagring i jordsbruksjord
- Tilføre landbruket mer klimarelatert kunnskap.
- Styrke og systematisere kunnskap om den totale miljøbelastningen i matverdiskjeden.
- Arbeide videre for å fremme lokal mat og sesongvarer i samarbeid med produsenter og dagligvarebransjen, med sikte på å redusere matens totale klimabelastning.
- Bidra til tiltak for et bærekraftig livsløp for matvarer, inkludert et bærekraftig matforbruk, redusert matavfall og mer effektiv bruk av matavfallet.



Rapport fra sommerkonferansen

Nordens Kvinneforbund sin sommerkonferanse vart avholdt i Stavanger 11.-14. Juni i år. Over 70 deltakere fra dei nordiske land deltok.

AV SONJA KJØRLAUG



Vår leder Siv Warholm frå Sverige viser fram fana som vart overreikt på styremøte torsdag. Ei gave til Nordens kvinneforbund sin 90 årsdag fra eit medlem i Norges K&F -forbund.



Onsdagskveld var NKF styre invitert til Ingebjørg Rasmussen til "Bli kjend kveld" Det vart servert reker med tilbehør, og praten gikk livleg. For dei som er nye i styret er denne kvelden veldig viktig.



Stavanger sin ordførar Leif Johan Sevland stod for åpninga av konferansen på torsdag. Han fortalde om byen og ynskje oss velkomne til Stavanger. Vi nordmenn ser på Stavanger som Norges oljeby, - så tenker vi ikkje på alle tomatene derfra, og ikkje å forgløyme all den gode King Oskar dei har produsert. Værgudane var med oss under heile konferansen, så byen framstod som Nordens perle!



Bjarnhild Hodneland, Tone Granaas, Gunn Karin Gjøl, Per Rune Hollup, Grete og Eldbjørg.

Tema på konferansen: Kvinner redder verden – mat – miljø – klima. Fredag var avsett til den store fagdagen. Det var lærerike og spennande føredrag frå alle foredragshaldarane. Dei belyste temaene og gav lydhørte deltakarar inspirasjon til å ta vare på moder jord. Benytte oss av det som veks i naturens spisskammer. Det er god mat i ville vekstar. – Kva med å lage suppe av skvallerkål og ryllik? – Steike kjerringerokk i smør? – Delikatesse!

Vår adferd og vår handling.

Redusere matavfall – effektivisere bruken av det.

Mat og helse – Du er hva du spiser!

Ingen kan gjere alt – men - alle kan gjere noe!

100 års målene - Gi velferds-samfunnet vidare til neste generasjon.

Livsglede/ livskvalitet – miljø/ levestandar – kretsløp i kropp og natur. Det globale perspektiv.



Marttaliitto, Finland – Invitasjon på 3 språk, - finsk, islandsk og svorsk - til neste års konferanse i Vasa. 10. – 13. Juni. Tema: Holdbar livsstil. (info om det kjem seinare)

>>>



Om kvelden vart vi delt i grupper og henta av vertinner til middag og sosialt samvær i norske heimar. Det gir ein spesiell opplevelse å få koma inni ein heim i vertslandet.

Lørdag var det spasertur i Gamle Stavanger. Den blå blomsterbusken vart flottig fotografert! Vi hadde omvisning på Hermetikkmuseet med ein utruleg flink guide. Vi var i Domkirken - Båttur med Riskaffjord på Ryfylkefjorden med medbrakt lunsj, sol fra klår himmel – og vind! Ein fantastisk oppleving!



Ingunn Thorsen leda oss vel gjennom festmiddagen om kvelden. God mat og drikke, taler, gaveoverrekkinger og spelemenn – jammen trur eg det var nokre som tok seg ein svingum også. Gudstjenesta i Stavanger Domkirke på søndag vart ein verdig avslutning på Nordens Kvinneforbund sin konferanse. Stor takk til Stavangerdamene og Vera Welle. Norges Kvinne og Familieforbund kan vere stolte av eit meget vellukka arrangement.



Følgende uttalelse ble sendt fra konferansen:

10 TOPPTIPS - FOR KVINNER OM KJEMIKALIER

Ved å følge de ti tipsene reduserer du mengden hormonforstyrrende miljøgifter i kroppen din, luften innendørs og miljøet.

1. Velg økologiske næringsmidler, frie for sprøytemidler
2. Varm mat og drikke i kar av glass eller ufarget keramikk, og ikke i plast
3. Bruk ikke permanent eller hårfarge med sterke kjemikalier, spesielt ikke om du er ung eller gravid
4. Velg økologiske kosmetikk- og hygieneprodukter, helst sertifisert naturkosmetikk
5. Vær snill mot armhulene dine. Velg en naturlig deodorant som fjerner lukt uten å tette til
6. Erstatt hudkrem med en vegetarisk, kaldpresset olje, av typen rybs- (slekting av raps), oliven- eller hvetespireolje
7. Rengjør effektivt miljøvennlig og uten sterke spesialrengjøringsmiddel, med hjelp av "mormors knep" og moderne kjemikaliefrie rengjøringsredskaper
8. La være å kjøpe og spre såkalt beskyttelsesspray for tekstiler, for eksempel skospray for semsket skinn. Ikke kjøp den nye sofaen om den er beskyttelsesimpregneret med miljøgifter
9. Verdsatt brukte, utvaskede klær og sengetøy til de minste. Velg om mulig tekstiler som er miljømerket eller merket Trygge Tekstiler
10. Benytt "handsfree" når du prater i mobiltelefonen og koble til et eksternt tastatur til din bærbare PC. Gjelder spesielt for barn og unge

BAKGRUNN

Tipsene bygger på brosjyren "Kvinner og kjemikalier" som Marthaforbundet ga ut 2008 og spredde innen rammen for opplysningskampanjen "Kvinner og kjemikalier" 2008-2009.

Hormonforstyrrende miljøgifter finnes fremdeles i vår hverdag i de fleste vanlige produkter, eksempelvis som syntetiske parfymers, overflatebehandling, tilsetning i plast og brannhemmende middel. I mange vanlige næringsmidler finnes de som rester av tungt nedbrytbare brannhindrende middel. Gjennom å bli mer bevisst som kvinne og konsument, kan du redusere risikoen for negative hormonrelaterte effekter for helsen og miljøet.

Kampanjer for miljø og bærekraftig utvikling vil være på agendaen i alle medlemsorganisasjonene i det kommende aktivitetsåret. Bla vil materiell om kvinner og kjemikalier bli bearbeidet og benyttet i alle medlemsforbund. Kvinnenes betydning for en bærekraftig utvikling er avgjørende. Temaet taes også opp på NKFs sommerkonferanse 2010 i Finland, der temaet kommer til å være Bærekraftig livsstil gjennom bevisste valg.

Nordiske Kvinneforbundet
Stavanger 12.6.2009

Biene forsvinner - for godt?

AV PER RUNE HOLLUP

Verden over, forlater nå arbeidsbiene kubene og forsvinner. Ingen kan forklare hvorfor, kubene tømmes bare helt for arbeidere. Kun dronningen, larver og honning er igjen, noe som er helt unormalt. Men ingen steder finnes det tegn til døde bier. De er bare borte. Landbruket taper flere titalls milliarder, og mange matvarer må vi kanskje se langt etter i fremtiden.

Store avlinger av frukt og grønt verden over er allerede avhengig av importerte bier, for å bli bestøvet. Hvis biene går dukken, blir det store endringer i matproduksjonen. En tredjedel av all verdens landbruksproduksjon er avhengig av hjelp fra flittige små bier for å bli bestøvet og kunne gi avling. Enorme arealer med ensidige nyttevekster – såkalte monokulturer – skal bestøves på den korte tiden plantene blomstrer, og da har ikke den naturlige faunaen av ville bier, humler og insekter snugg av mulighet til å få jobben gjort. Derfor fraktes millioner av bikuber ut til gigantiske dyrkningsområder, der horder av arbeidsomme europeiske honningbier bestøver kvadratkilometer på kvadratkilometer med frukt- og grønnsaksplanter.

Friske bier vil aldri forlate en kube der det både er dronning, larver og nok av honningmat - aldri. Et slikt sammenbrudd i bikoloniene kalles med en samlebetegnelse for CCD (Colony collapse disorder). De fleste tror årsaken er et sammenfall av flere faktorer: Jordbruk basert på monokulturer, bruk av kjemikalier i kubene, stress og feilernæring for kuber som flyttes fra bestøvningsfelt til bestøvningsfelt, sprøytemidler og klimaendringer, sykdommer og virus, og midd: Varroa-midd, som også finnes i Norge.

CCD er ikke påvist i Norge, men kan fort komme hit, om den kommer til våre naboland. Perspektivene fremover på verdensbasis er skremmende. Vi har ingen botemidler mot bitapet ennå. Honningbien er liten, men har større betydning for menneskets ernæring enn all verdens fjærkre tilsammen. Bier fra én kube kan avlegge besøk hos en million planter innen et område på 400 kvadratkilometer, bare i løpet av en dag.

I dag har mer enn en tredjedel av de amerikanske bikoloniene bukket under på denne måten, og det er også rapportert om store bitap i Storbritannia, Frankrike, Brasil, Taiwan, Nederland, Tyskland, Frankrike og Spania. I Danmark mistet man mer enn 30 prosent av biene i fjor vinter, og i Kina er situasjonen så alvorlig at man nå må bestøve avlinger for hånd.

Kilde: Aftenposten



Et samfunn med rom for barn

AV TONE SCHOU WETLESEN

De fleste vestlige land har lav fruktbarhet, og det kan være aktuelt å reise spørsmålet om hensyn til reproduksjonen blir tilstrekkelig godt ivaretatt i samfunnet i dag. Fruktbarheten regnes som lav når den ligger under et reproduksjonsnivå som er 2.1 barn pr kvinne. I de fleste europeiske land ligger fruktbarheten på 1.3 – 1.8 pr kvinne og hvis dette nivå opprettholdes eller reduseres ytterligere, vil befolkningen på sikt kunne bli betraktelig redusert. Jeg skal ikke her gå nærmere inn på konsekvensene av at befolkningen reduseres, men i stedet diskutere om fruktbarhet under reproduksjonsnivå kan forstås som tegn på vanskeligheter som oppstår når foreldreskap skal forenes med yrkesaktivitet og selvforsørgelse for kvinner.

De aller fleste kvinner i Norge i dag får barn og forholdsvis få får flere enn to eller tre. Spørreundersøkelser viser en tendens til at kvinner ønsker seg flere barn enn det de ender opp med. Når kvinnene ikke får de barna de sier at de ønsker seg, kan det blant annet ha å gjøre med arbeidslivets organisering og familiepoltisk tilrettelegging.

KVINNEREVOLUSJONEN OG UTSETTELSE AV FØDSLER

Skandinaviske land viser at det er mulig å forene kvinners yrkesaktivitet med relativt høy fruktbarhet. Når fruktbarheten likevel ligger under reproduksjonsnivå, kan en medvirkende årsak være at fødslene utsettes. Fødsler utsettes blant annet som en følge av krav om opptjening gjennom yrkesaktivitet dersom kvinnen skal være sikret inntekt i spedbarnstiden. Ønske om å kvalifisere seg for arbeidslivet gjennom utdanning bidrar til å forskyve barnefødsler i tid, og utsettelse av fødsler får konsekvenser for hvor mange barn hver kvinne ender opp med. Fruktbarheten avtar med alderen og behovet for assistert befruktning er økende. Dette kan også ha å gjøre med at menns sædkvalitet forringes pga livsstil og forurens-

ninger. Assistert befruktning er en svært krevende prosess for kvinnen som dessuten fører til flere tvilling-fødsler.

BARNEFAMILIENES SITUASJON

De fleste foreldre som lever i parforhold deler på forsørgelsen. De lever i en toinntektfamilie enten fordi de ønsker det eller de ser seg nødt av økonomiske årsaker. Hvordan vi har det med barn som ene- eller toforsørger beror for en stor del på hva slags tidsregimer vi lever med. En vanlig familieform i Norge i dag er 1 ½ forsørgerfamilien: Far arbeider full tid eventuelt med overtid mens mor jobber 50% eller mindre. Far er hovedforsørger og mor har hovedansvar for barneomsorg og husarbeid. En slik familieform er ikke for sterkt presset på tid, men likestillingen og kjønnsrettferdigheten lider - noe særlig kvinnene merker økonomisk dersom de skiller seg eller når de blir pensjonister.

Tidsknappheten er særlig uttalt blant eneforsørgere og i to-forsørgerfamiliene der begge arbeider full tid. Aller vanskeligst er det for foreldre som ikke har tidsfleksibilitet i jobben. Begge foreldre på full tid er i ferd med å bli et vanlig mønster blant grupper med høyere utdanning. På en del arbeidsplasser forventes det innsats og tilgjengelighet utover ordinær arbeidstid noe som klart illustrerer at arbeidslivet i hovedsak er basert på en mannlig norm om den omsorgsfrie arbeidstaker. Arbeidslivet har ikke blitt endret som en konsekvens av at svært mange blant dagens arbeidstakere i tillegg til lønnsarbeidet har tidkrevende omsorgsoppgaver å ta seg av.

ÅTTETIMERSDAGEN

Da kravet om åttetimersdagen ble reist i siste halvdel av 1800 tallet, handlet det om 8 timer sykluser: 8 timer til arbeid, 8 timer til hvile og 8 timer til å gjøre hva man vil. Industriarbeiderne ønsket seg noe mer ut av livet enn å være arbeidshester.

Normalarbeidsdagen i Norge i dag er på 7.5 – 8 timer, altså ikke vesentlig kortere enn da kravet om åttetimers-

dagen ble reist. Arbeidstidsreguleringene har som forutsetning mannlige arbeidstakere som er fri for omsorgsforpliktelser. Arbeidstidsregulering har ikke endret seg vesentlig etter at kvinnene har kommet inn på arbeidsmarkedet i stor skala. Og heller ikke etter at flere menn står for en del av barneomsorgen og husarbeidet.

Hvordan går det med åttetimers syklusen når det ulønnede arbeidet kommer på toppen av lønnsarbeidet? Selv om det ikke alltid er enkelt å skille mellom det man vil gjøre og det man må gjøre i husholdsarbeidet, er det likevel slik at en god del av dette arbeidet ikke kan utføres uten at den frie tiden krymper. Det å stille hjemmet sitt, lage i stand et godt måltid og ha omsorg for barna sine er naturligvis ikke bare å forstå som plikter, men også som noe man gjerne vil gjøre. Likevel synes det rimelig å regne en del av tiden som går med til husholdsoppgaver som arbeid som må gjøres. Etter som arbeidskraft nå er trukket ut av hjemmene, og dersom døgnets timer skal bli fordelt slik tanken var da kravet om åtte timers dagen ble reist, er det en logisk konsekvens at normalarbeidsdagen (eventuelt uken) reduseres. Det handler om å balansere arbeid og familieliv, eller i videre forstand om å balansere arbeidet og livet for øvrig.

ARBEID/LIV BALANSE

Den nordamerikanske samfunnsforsker og filosof Nancy Fraser sier det slik: Det er det omsorgsutøvende mennesket som må bli normen for tidsreguleringen og ikke den omsorgsfrie mannen. Man må ha som utgangspunkt at arbeidstakeren – både menn og kvinner - har andre vitale oppgaver å ta seg av i tillegg til lønnsarbeidet. Dessuten sier Fraser, må det skapes rom for sosialt liv, for medborgerskap, og det må bli noe tid igjen til å ha det gøy.

Nancy Frasers visjon er på linje med tenkningen bak sosiologiprofessor Erik Grønseths eksperiment med ektefelledelt arbeidstid blant et utvalg familier i Norge på 1970-tallet. Grønseth så for

seg at livet ville bli for hektisk dersom begge foreldre skulle arbeide full tid, og han mente at relasjonene i familien ville ha mye å vinne på at yrkesaktive foreldre fikk mer tid til familien. Grønseth var også opptatt av den kjønnsmessige likestillingen. Han mente at mennene trengte å bli avlastet fra ansvaret som eneforsørgere og få mer tid til kone og barn. Kvinnene på sin side ville få muligheter til å utfolde seg både yrkesmessig og i familien. I dette eksperimentet forpliktet deltakerne seg en periode til å arbeide deltid, dvs. ektefellene skulle arbeide minimum 16 timer og maksimum 26 timer hver. De kunne dele den samme jobben, eller de kunne ha ulike jobber. Også barneomsorg og annet husholdsarbeid skulle deles.

Oppfølgingsstudier av dette eksperimentet i regi av sosiolog Margunn Bjørnholt og meg selv tyder på at en slik arbeids- og familiemodell var vellykket på flere måter: Deltid hindret ikke karrieremessig fremgang, få av parene skilte seg og sønner og døtre forteller om gode omsorgssituasjoner under oppveksten. At familiene til tider hadde lite penger ble ikke oppfattet som urovekkende eller konfliktskapende, slik "barna" i dag forteller om sine erfaringer med deltidsarbeidende foreldre. I likhet med Nancy Fraser var Erik Grønseth opptatt av at arbeidstider tilpasset foreldrenes omsorgsoppgaver også skulle gi rom for deltakelse i sosialt liv utover den nærmeste familie og for medlemskap i frivillige organisasjoner. Det skulle skapes rom for medborgerskap.

FAMILIEPOLITISKE VIRKEMIDLER

Et eksempel på at barnetallet i familien påvirkes av familiepolitiske virkemidler og av arbeidsmarkedet, finner vi Sverige på slutten av 1980-tallet og begynnelsen av 1990-tallet. På slutten av 1980-tallet innførte svenske myndigheter ganske sjenerøse velferdsordninger for barnefamiliene. Permisjonsordningen premierte yrkesaktive mødre som fikk barn forholdsvis tett. Som en følge av dette og av at det var forholdsvis lett å komme inn på

arbeidsmarkedet, kom fruktbarheten i Sverige opp på reproduksjonsnivå. Da velferdsordningene krympet som en konsekvens av økonomiske tilbakeslag og det begynte å bli vanskeligere å komme inn på arbeidsmarkedet, sank fruktbarheten igjen under reproduksjonsnivå.

Demografer begynner nå å erkjenne at lav fruktbarhet i den vestlige verden har å gjøre med vanskeligheter kvinner/foreldre møter ved å kombinere ansvar for barn med yrkesaktivitet. En av dem har tatt til orde for nødvendigheten av å redusere arbeidstiden i den barneføstrende livsfasen, samtidig som pensjonsalderen heves. Også eldre arbeidstakere bør få nedkortet arbeidstid.

Det kan også være grunn til å revurdere opptjeningskravet i forbindelse med fødsler. For å kvalifisere for inntekt utover engangsstønad, kreves det at kvinner som lever i parforhold, har vært yrkesaktive i mist seks måneder før nedkomst. Man kan reise spørsmålet om dette er et rimelig krav, all den stund 20-årene biologisk sett er en god alder for barnefødsler. For mange kvinner faller denne perioden sammen med at de tar utdanning for å kvalifisere seg for yrkeslivet. Ville det ikke være rimelig om opptjeningskravet frafalles for kvinner som får barn i tjueårsalderen eller som nylig har avsluttet en utdanning og av den grunn ikke fyller opptjeningskravet? For noen som i dag ikke fyller opptjeningskravet vil de økonomiske problemene kunne løses dersom

fedrene får egen opptjeningsrett til lønnet foreldrepermisjon. Men også mødre under utdanning bør få en selvstendig rett til en skjermet tilværelse med spedbarnet for å fullføre sine reproduktive oppgaver, som består i å amme barnet lengst mulig i første leveår, og sørge for trygg og god tilknytning.

BEVISSTHET OM REPRODUKTIVE OPPGAVER

Noen synes å mene at det blir tilstrekkelig rom for barn for fulltids arbeidende foreldre dersom vi kommer dit at fedrene tar sin del av barneomsorg og husarbeid. Det vil utvilsomt bli mer kjønnsrettferdig, særlig dersom far tar sin del fra og med barnets andre leveår slik at mor ikke skyves ut mot sin vilje i spedbarnstiden. Men det vil bli et krevende løp som folk har ulike forutsetninger for å mestre, både ut fra arbeidets art og når det gjelder kapasitet og helse for barn og voksne. Det er viktig at lista ikke legges høyere enn at de aller fleste kan klare det, og få et godt liv med tid for arbeid og for alt annet som er viktig i livet som partner, barn, familie, venner, medborgerskap, rekreasjon, ettertanke og til og med tid for langsomhet, for stillhet og for kontemplasjon. Det er fortsatt mye ugjort dersom vi ønsker at reproduksjonen i samfunnet skal få gode vilkår. Det handler om å øke reproduksjonsbevisstheten i samfunnet og lage rammebetingelser på grunnlag av en slik bevissthet.



Taler brukernes sak

– Gi folk gode fødselsopplevelser, og de vil føde flere barn, sier Ingeborg Altern Vedal, leder i Liv laga.



AV ANNE LUKE

Liv laga er en fersk brukerorganisasjon som jobber for å bedre svangerskaps-, fødsels- og barselomsorgen i hele landet. Vedal mener det viktigste Liv laga gjør, er å jobbe for å få på plass nasjonale retningslinjer og kvalitetskrav for alle fødeenheter i landet, uansett størrelse.

– Med nasjonale krav kan ikke helseforetakene sette økonomi foran fag. I dag er kapasiteten og kvaliteten for dårlig flere steder, uten at dette får følger for de ansvarlige. Det er fot-folket og brukerne som rammes. Når sikkerhet og kvalitet på fødeavdelingen svikter, kan det føre til livsvarige skader, og i verste fall død. I tillegg til de menneskelige kostnadene får det alvorlige økonomiske konsekvenser, som pasientskadeerstatninger og kommuner som skal ta seg av fødselsskadede barn i tiår framover.

Forebygging er viktig, sier Vedal.

– Mange mener det er viktigere å

jobbe for eldreomsorgen, og noen sammenligner oss med situasjonen i Afrika, og sier at vi sutrer. Mye er bra for gravide og foreldre i Norge, men en del helsetjenester er blitt dårligere, som for eksempel barselomsorgen. Tidligere hadde man et nettverk av kvinner som hjalp til etter en fødsel, men de færreste har dette nå. Samtidig synker kvaliteten på den offentlige barselomsorgen. I dag skal pappa fylle rollen som jordmor, barnepleier, helsesøster, husmorvika og nabokjerring, samtidig som mange ikke har tatt i et spedbarn før. Det er store sko å fylle! Mange tror at vi får mer fra helsevesenet enn det som er tilfellet. Foreldrene opplever manglende oppfølging på barsel, mødrene skrives ut tidligere, og så kommer de hjem og skal klare alt selv. Det kan få store konsekvenser på lang sikt. Blant annet blir flere enn før rammet av fødselsdepresjon, psykoser og følelsen av ikke å mestre morsrollen.

Siden Aksjon mot fødekaos ble startet i 2006 (se faktaboks), har Ingeborg og de andre medlemmene holdt debatten i gang ved å skrive leserinnlegg, pressemeldinger og høringsuttalelser. I tillegg har de hjulpet enkeltmennesker med dårlige fødselsopplevelser med blant annet å skrive klage til fødeavdelingen. –Det er et paradoks at de fleste som søker om keisersnitt er kvinner som har født før, sier Vedal oppgitt.

De siste to årene har hovedprosjektet vært å jobbe med stortingsmeldingen. Høsten 2007 kom departementet med et problemnotat på under 30 sider. Fødeaksjonen svarte med et høringsssvar på 80 sider. I vår leverte Liv laga et nytt høringsssvar, denne gang til stortingskomiteen. De har fått skryt for å være usedvanlig grundige i arbeidet sitt. – Det er tidkrevende, og kanskje er vi for nøye med språk og detaljer i argumentasjon og dokumentasjon, men vi vinner på det, sier Vedal. –Vi ser tydelige spor av vårt arbeid i stortingsmeldingen og komiteens innstilling til denne.

I tillegg til arbeidet med å følge opp stortingsmeldingen, skal Liv laga denne høsten sette i gang med et «doulaprojekt», for at godt integrerte, tokulturelle kvinner kan hjelpe mindre integrerte kvinner. Doulaen er en kvinne som tidligere selv har født barn, og som gjennom doulaprojektet har gjennomført et kurs. Hun skal kunne følge opp andre kvinner gjennom både svangerskap, fødsel og barsel. – Dette gir en kontinuitet dagens fødselsomsorg sjelden kan gi. Hun vil fungere både som en kulturell tolk og en språklig tolk; noe som er viktig, siden mange innvandrerkvinner har et annet syn på kropp og andre forventninger til helsevesenet enn nordmenn.

Ny medlemsfordel for K&F

I likhet med Aksjon mot fødekaos, finnes det mange ad hoc-aksjoner rundt om i landet. Vedals erfaring er at disse aksjonene får ting gjort, men at ingen har kapasitet til å følge opp arbeidet over tid. Det oppstår stadig lokale behov, slik som i Stavanger nå, og derfor kan det være bra med en nasjonal organisasjon som kan favne om disse aksjonsgruppene. – Vi følte det var viktig å få mer formelle rammer rundt arbeidet, og at flest mulig skulle få innflytelse. Det demokratiske er viktig, og vi har et godt samarbeid både med andre brukerorganisasjoner og fagforeningene.

Vedal ønsker å videreutvikle samarbeidet. Som brukerrepresentant i Nasjonalt råd for fødselsomsorg ønsker hun å tale alle brukeres sak, og tar gjerne imot innspill fra andre organisasjoner.

Liv laga trenger flere medlemmer og at flere får vite om organisasjonen. Derfor oppfordrer hun helsesøstre og jordmødre til å informere om Liv laga.

– Bare ved hjelp av dem og andre brukere kan vi nå bredt ut. Vi vil gjerne ha historier og innspill fra flest mulig. Vi blir hørt i mange saker, og med flere medlemmer kan vi rope enda høyere. Brukerne skal høres!

FAKTA

Liv laga ble stiftet 4. mars 2008. Arbeidet i organisasjonen bygger på to ad hoc-aksjoner: Aksjon mot sommerstenging i Narvik 2007 og Aksjon mot fødekaos, som startet som reaksjon på kaoset ved Ullevål vinteren og våren 2006.

Organisasjonen er basert på frivillig arbeid.

Norges Kvinne- og Familieforbund har inngått et samarbeid med Codan Forsikring. Avtalen vil starte å løpe på nyåret, når alle formaliteter er i orden. Med denne avtalen vil mange av våre medlemmer kunne spare tusenvis av kroner årlig!

Codan-konsernet er Skandinavias tredje største forsikringsselskap, med flaggskipene Codan i Danmark og Trygg-Hansa i Sverige. Codan-konsernet er 100% eid av britiske RSA Group. Codan er dermed en del av et av verdens største og mest solide forsikringsselskap, med ca 20 millioner kunder og 24.000 medarbeidere rundt om i verden.



Norges Kvinne- og Familieforbund ønsker med dette samarbeidet å kunne tilby medlemmene en spennende, og ikke minst, økonomisk attraktiv medlemsfordel. Forsikring er et komplisert produkt for de aller fleste. Mange vet knapt nok hvilken type dekning de har, mens mange medlemmer unnlater å forsikre f.eks sine barn på en tilstrekkelig måte. I Norge er det faktisk mer vanlig å forsikre kjæledyrene sine enn barna sine. En liten tankevekker dersom uhellet skulle inntreffe.

Jan Thalberg i Codan Forsikring presiserer at det å være forsikret i Codan Forsikring er trygt. På spørsmål om hvilke garantier K&Fs medlemmer har for at ikke premien settes opp etter det første året, understreker han at både Codan og K&F tenker langsiktig på samarbeidet. –Vi er et annerledes selskap enn de store sementerte aktørene, sier Thalberg. Codan er et internettbasert selskap; det vil si at poliser og vilkår sendes per mail til kundene. Dette gjør at kostnadene minker, og følgelig kan kundene tilbys lavere premier – i de aller fleste tilfeller.

Forsikring er et høyst nødvendig produkt for alle borgere. Det være seg bil, villa, innbo, barn, reise, med mer. Skulle en ulykke inntreffe, og et medlem er uforsikret, kan følgene bli fatale. –Vi har dessverre opplevd kunder som ikke har hatt forsikringene sine i orden, med kjedelig utfall sier Thalberg. Like fullt er det mange av K&Fs medlemmer som garantert betaler altfor mye for sine avtaler i dag. Mange glemmer å ta en skikkelig gjennomgang av sine forsikringer. I dag er det enkelt å bytte selskap. – Codan Forsikring gjør jobben for medlemmene, fortsetter Thalberg. I tillegg får kundene tilbakebetalt for mye innbetalt premie hos forrige selskap. –Det er ikke lenger noe stress å bytte forsikringsselskap, avslutter Thalberg.

Vi håper at flest mulig av våre medlemmer sjekker ut vår nyeste medlemsfordel, når denne trer i kraft i starten av 2010. Jo flere av våre medlemmer som benytter seg av avtalen, desto bedre avtaler kan vi fremforhandle for medlemmene i fremtiden! Som alle andre organisasjoner, ser også vi på medlemsfordeler. K&Fs arbeid og våre verdier støttes av medlemmene, og nå vil dere også kunne få en personlig økonomisk gevinst ut av medlemsskapet!

Fokus nettverkskonferanse i Bangladesh 18.-21. mars 2009



AV ANNA SOLBERG

En nettverkskonferanse er først og fremst ment for å knyte kontakter mellom deltakerne, som en siden kan ha nytte av i internasjonalt arbeid. Slike kontakter kan være behjelpelige med kompetansebygging eller som kontaktformidler til andre resurspersoner eller institusjoner en kan ha bruk for i slikt arbeid.

K&F var representert med Anne Marit Hovstad og Anna Solberg på konferansen i Dhaka, Bangladesh. Begge deltar i FOKUS programgrupper som jobber med nye bistandsformer innen organisasjonen; Anne Marit Hovstad med "Rettighets basert bistand" og Anna Solberg med "Kvinneres økonomiske og politisk deltagelse."

Hovedtema for konferansen var "Kvinneres økonomiske og politiske rettigheter", samt nye samarbeidsformer innen bistand: "Fra prosjekt til program". K&F har lyktes i å starte et pilotprogram allerede dette året, som den ene av to av FOKUS 76 medlemsorganisasjoner. Pilotprogram er en form for utprøving av en arbeidsform før selve hovedstarten som da kommer neste år.

En dag var satt av til å belyse kvinners politiske rettigheter med innlegg av landets kvinnelige utenriksminister Dipu Moni og tidligere justisminister og grunnlegger av kvinneorganisasjon for lederutvikling av kvinner i Bangladesh Rabia Bhuiyan. Flotte og dyktige representanter for kvinnene i Bangladesh var de begge to. Disse innslagene ble etterfulgt av besøk hos ulike politiske partiers kvinnelige parlamentsmedlemmer. Morsomme og interessante møter fikk de fleste av deltagerne denne ettermiddagen.

Neste dag var viet kvinners økonomiske rettigheter med innlegg av bla Professor Naila Kabeer, Simeen Mahmud og Kaniz N. Siddique som belyste ulike sider av kvinners rett til betalt arbeid på like vilkår med menn. De kom selvsagt inn på de hindringer som må ryddes av veien for å oppnå dette.

Senere på dagen dro vi på besøk til YWCA (KFUK) for å se hva og hvordan de legger opp arbeidet for å sikre kvinner muligheter i dagens Bangladesh. YWCA har utrolig mange jern i ilden og er tydeligvis svært profesjonelle i sitt arbeid med kvinner og tok oss med for å

se hva forskjellige grupper og enkeltpersoner jobber med; hjulpet i gang av YWCA gjennom bla mikrokreditt.

Konferansen skulle også informere om overgangen fra prosjekt- til programarbeid da dette er en ny arbeidsmåte i FOKUS, ønsket av våre bistandsmyndigheter for å oppnå bedre resultater med større påvirkningskraft i de samfunn programmet omfatter. Slike konferanser er et ledd i opplæring av medarbeidere i prosjekt/programarbeid. Derfor hadde to av FOKUS medarbeidere en presentasjon der de tok for seg hovedprinsippene i denne arbeidsmåten.

K&F med 4 partnere fra Øst Afrika var invitert til konferansen for å fortelle hvordan vi hadde gått frem i vårt programarbeid. Sammen skulle vi presentere hvordan programmet var kommet i stand og våre partners syn på dette. De gjorde et meget godt inntrykk og fikk en del spørsmål om utviklingen av programmet og hvilke forhåpninger de hadde til denne samarbeidsformen.

Konferansen ble nyttig både for K&Fs representanter og deres samarbeidspartnere i Kenya og Uganda. Våre partnere knyttet nyttige kontakter for videre samarbeid og er blitt satt i kontakt med andre resurspersoner innen nettverket.

Anna Solberg fikk også muligheten til en gjensitt hos Bangladesh Mahila Maridad etter deres besøk i K&F, desember 2008 for å se deres arbeid på nært hold. Jeg ble meget imponert over hva organisasjonen har oppnådd gjennom sitt arbeid i de 25 år den har eksistert og ikke minst kvaliteten på deres tillitskvinner. Den var forbløffende god og gir håp når høyt utdannete kvinner stiller seg solidariske med de mindre privilegerte grupper som sårt trenger til hjelp når det gjelder utdanning, arbeidsmuligheter og ikke minst menneskerettigheter. Det siste er viktig i et land som Bangladesh.

Skolebesøk i Kampala: Læring for livet

AV HELENE FREILEM KLINGBERG

To uker i Uganda – i hjertet av Afrika – ble en innholdsrik reise med sterke inntrykk for sinn og sanser. Skjønnhet og kontraster, fantastiske naturopplevelser på safari, myldrende markeder, åpne, vennlige mennesker – men også slum og fattigdom, arbeidsløshet og et meget høyt alkoholkonsum. For et år siden viste statistikken at det var 1,1 mill. som var HIV-positive, derav 10 % barn og unge. Landet har 42 mill. innbyggere, derav 56 % under 18 år. Den forventede levealder er bare 42 år.

Vi var en liten gruppe med Rune Gustavsen fra Forum Uganda som reiseleder, og hadde vårt første stopp i Kampala, på yrkesskolen for jenter COWA/Centenary Vocational Training School. Deretter drog vi lenger nordover i landet, for å besøke menigheter og andre skoleprosjekter.

På yrkesskolen ble vi tatt hjertelig imot og guidet rundt av rektor Romana. Det var seks år siden mitt forrige besøk, og et veldig hyggelig gjensyn.

Vi fikk omvisning på skolen som i år har 130 elever, (derav 8 gutter) informasjon og demonstrasjon av de ulike studieopplegg – der symaskinene durer og det dufter godt fra kjøkkenet, etterfulgt av flott opptreden med sang, musikk og dans. Til sist en velsmakende lunsj tilberedt av cateringelevene.

GODE ERFARINGER

Mer enn 600 har fullført den 2-årige utdannelsen ved skolen og har siden fått seg jobb eller startet egen bedrift, forteller rektor. Omkring 50% av elevene er foreldreløse, de fleste på grunn av AIDS. 70 får skolepengene betalt. I år er det åtte av elevene som kommer fra nordområdene i Uganda og har

hatt traumatiske opplevelser av krigen.

Opptakskravene ved CVTS er fullført gymnas, men også noen som bare har grunnskole blir tatt opp etter anbefaling og intervju. Her undervises det i data – som både er obligatorisk og en egen linje – foruten skreddersøm og catering. Sistnevnte er for tiden mest populært, og da vi avsluttet vårt besøk i Uganda to uker senere, med en lunsj på en av Kampalas gode restauranter, var det morsomt å hilse på to tidligere studenter som var ansatt der.

Elevene får også undervisning om HIV/AIDS og innføring i samfunnets lovverk, med særlig vekt på kvinners rettigheter. Her blir også foreldre trukket inn og oppdatert. Det undervises dessuten i religion. Jentene tilhører ulike kirkesamfunn, noen av dem er muslimer. Skolen er startet og støttet av den katolske kirke, med tilskudd fra andre organisasjoner, blant dem Norges Kvinne- og Familieforbund. Inntekter fra min diktsamling Mosaikk har også vært et viktig bidrag – som jeg ble takket for.

Ved omvisningen får vi se at bibliotek og kjøkkenet er renoveret og datarommet oppgradert. Nå arbeides det med planer å bygge internat. I dag har skolen bare 20 jenter boende. Mange må tilbakelegge lange strekninger for å komme til skolen hver dag, i verste fall 6-7 kilometer.

Men de er svært motiverte og glade for dette tilbudet.

MER FATTIGDOM

Da vi ba rektor om å beskrive utviklingen i Uganda, svarte hun:

Vi ser mer fattigdom. Landet mangler et sosialt system som ivaretar de fattige. De rike utnytter situasjonen. Foreldre er ikke gode rollemodeller for sine barn. Det er også et problem at prisene på

matvarer og jordbruksprodukter varierer ganske mye og at der eksisterer korrupsjon. Det bør regjeringen gjøre noe med. Men vi gleder oss selvsagt over en økende andel kvinner i Parlamentet. De utgjør nå 31 prosent, avslutter rektor med et smil.

Til sist tar vi med en undersøkelse som gjelder tilgangen på mat og vann i Uganda. Over 30 prosent av en befolkning på 42 millioner hadde for lite mat en eller flere ganger i fjor, ifølge en undersøkelse fra Afrobarometer. Her kommer det frem at også 30 prosent av uganderne manglet rent vann, alltid, flere ganger eller mange ganger det siste året.

Uganda ligger bedre enn nabolandene Kenya og Tanzania når det gjelder mat. Likt med Kenya når det gjelder vann. I Tanzania manglet hele 43 prosent vann – ifølge undersøkelsen som ble gjengitt i New Vision 26 mai.

UGANDAOPPLEVELSER - SOMMEREN 2009

En fantastisk innholdsrik tur er nå over – kanskje vi drømmer om Uganda når vi sover? Om solskinn og smil - palmer, mango, bananer og akasietrær langs humpete veier mil etter mil.

Apekatter, løver, antiloper, giraffer og elefanter kom oss nær.

Flodhester og krokodiller dukket opp fra alle kanter langs Nilens frodige bredd – men vi ble aldri redd.

Det er spennende med en safarietur der vi slipper møte dyr som sitter i bur. Men mest av alt tar vi med oss tilbake møte med mennesker, unge kvinner især som inviterte oss inn og lot oss få smake både mat og kultur, musikk, dans og sang- og ute i det fri idrettsprestasjoner med spyd og sprang.

Men vi fikk også høre om traumatiske minner fra det som skjedde en gang, der natten ble lang.

Og vi fikk oppleve gode skoler som gir kunnskap, verdier og fremtidshåp, og en kirke som gir forankring og tro, en himmel over livet fra barndommens dåp.

Helene



Konferanse 6. november

Barnekonvensjonen 20 år

– slik stopper vi rekrutteringen av Barnesoldater

Den 6. november kommer Lisbet Palme i spissen for mange barneforkjempere til Oslo til Dag Hammarskjöldprogrammets, Norges Kvinne- og Familieforbund, Voksenåsens og Networkers konferanse om Barnesoldater. Sammen med Dag Hammarskjöld Center i Uppsala har vi tatt opp initiativet fra våre sørpartnere om at noe må gjøres for å stoppe rekrutteringen av barnesoldater.

Ved 20-årsfeiringen av FNs barnekonvensjon er dette vår utfordring: Å hindre rekrutteringen av nye barnesoldater. Preventive programmer mangler i dag. Dette kan vi klare, og det vil ha enorme og gode konsekvenser for barn, familier, lokalsamfunn og utviklingen i land som har hatt umenneskelige påkjenninger i altfor lang tid allerede, i Kongo, Sudan, Sri Lanka, Uganda... Men våre egne nordlige samfunn, økonomier og politiske prioriteringer er også involvert og utfordrer våre egne valg.

Og vi har fått med oss viktige nordiske og internasjonale stemmer for barnas sak. Programmet er ennå ikke ferdig når dette går i trykken. Vi håper at en del av Kvinne- og Familieforbundets representanter som kommer vil beslutte seg for å bli "infanterister" i kampen mot barnesoldater. Og bringe bevissthet og krav om endring inn i organisasjonen og ut i lokalsamfunn landet over.

For tyve år siden var FNs barneprogram Unicef sentral i å presse fram den nye konvensjonen. Norden ledet an, og vi har fått alle styrelederne fra de nordiske land fra den gangen til å være med oss: Elisabeth Rehn (Finland) Magne Raundalen (Norge) og Lisbeth Palme (Sverige). Pri Dias fra Sri Lanka og Alejandro Bendaña kjenner barnesoldatene fra FNs fredsprogrammer i felten. Dorit Ståhl arbeidet sentralt med de politiske prosessene. Og ennå er det flere brikker som skal legges til programmet.

Se www.voksenaasen.no eller www.networkers.org for flere detaljer.

Lisbet Palme utrettelig for barna

AV JOHN Y. JONES,
LEDER FOR NETWORKERS SOUTHNORTH
OG DAG HAMMARSKJÖLDPROGRAMMET
VED VOKSENÅSEN

Hun er 78 år. Det går ikke an å kalle henne for den gamle damen selv om hun har vært der i all den tid jeg kan huske. Lisbeth Palme. Ved sin manns side da han var svensk sosialdemokratisk leder. Som statsministerfrue. Under de skjebnesvangre minuttene på Sveavägen i februar 1986. Alltid og overalt som forkjemper for barns og kvinners rettigheter. For hun er slett ikke gammel. I dag bak rattet, i fly eller på tog: hun kommer seg frem dit hun vil. Hun har en hukommelse og et humør som få. Hun har meninger som ikke lar noe eller noen komme lett unna. Hun taler engasjert og engasjerende.

Jeg traff henne første gang gjennom UNICEF-arbeid bare et år etter at hun var blitt enke. En kvinne med et mildt ansikt og en mild stemme man ikke glemmer. Og som ikke glemmer deg. Hun er skarp og liker ikke omtrentligheter eller uklarhet. De siste årene har hun besøkt oss i Networkers på Voksenåsen i møter med Folkemordproblematikk og Rwanda/DRC-tragedien. Det er et tema hun kjenner bedre enn de fleste:

"Nå må for f*** gubberna sluta" Selv jeg skvetter til over hennes engasjement og (tenker jeg)

pekefinger. Vi snakker i telefonen i planleggingen av Barnesoldat-konferansen for kommende november på Voksenåsen. Vi har sett på konvensjonene for barn og kvinner i voldssituasjoner. Det som gjør henne oppbrakt denne gangen er statslederens totale mangel på vilje til å sette de marginalisert først: Selv i tekster der barn og kvinner er hovedtema, nevnes de i bisetninger. Etter at alt annet er lagt på plass, når de rike, de mektige, de vellykkede har fått sitt, først da skal vi bøte på de svakestes kår. Vi må ta hensyn til de svakeste? Nei, vi skal prioritere de svakeste. Barn skal ikke utredes eller snakkes om. De skal prioriteres. Og deres stemme skal høres.

Jeg ble minnet om en beskrivelse av norske forhandlere under FN-toppmøtene i 1990-årene. De var dyktige og effektive. De ble kalt "and women"-gruppa. Opp med hånden under forhandlingene for å få et lite innsmett om barn og kvinner her og der. Det ble mange etterhvert i tekstene fra Kvinnetoppmøtet i Beijing og det Sosiale toppmøtet i København. Man skulle løse problemene for de fattigste og marginaliserte etter at makta og representanter for de materielle verdier hadde tatt sitt. Fattigdomstiltakene kommer alltid på etterskudd. Alltid som en appendix, et "unnskyld at vi er til": "And women". Eller for den saks skyld "And children".

For aller øverst på Lisbeth Palmes agenda står barn. Ja, barn og kvinner, for de hører sammen. Barns velferd og rettigheter er nært knyttet til kvinners og omsorgsmulighetene som skapes til hverdags.

Som leder for UNICEF i Sverige på



Lisbet Palme med Tomupeishe Maposa fra Zimbabwe under Konferansen om 1325 "Kvinner in voldens land", november 2008 på Voksenåsen.



Dag Hammarskjöldstatuen ved Voksenåsen.

80-tallet var Lisbet Palme sentral i å drive fram FNs barnerettskonvensjon i 1989. Nå er det gått 20 år og det gjenstår ennå masse på at barna skal ha førsteprioritet i hverdag som i fest, i krig som i fred. Ironisk nok er det under krigstilstander at Barnekonvensjonen er som svakest. Da er det militærstrategi, våpen og krigsteknologi som styrer. Når barn trenger talsmenn og prioritet er det ingen der for dem.

Ikke noe kunne vært mer fremmed for Lisbeth Palme enn en slik holdning. For henne må vi snart komme til et stadium der verden skruses sammen på de svakes premisser. Der dørttersklene er tilpasset de som skal inn døra. Der de sterke må stille i køen.

Nettverket hennes er formidabelt. Hun har akkurat sendt et personlig kondolansetelegram til de etterlatte etter den koreanske fredspriskjempen Kim dae Jung. Han hadde bedt spesielt om å få treffe henne da han sist besøkte Sverige. Han er bare en av de mange hun har i sin korrespondanseportefølje etter Olof Palmes, og hun bruker mye tid på det. Hadde hun vært tidligere presidentfrue i USA hadde staten gitt henne et stort sekretariat for å betjene en slik

portefølje. Men på Lisbet Palmes arbeidsrom sitter hun alene. Blant reisingen og foredragene holder hun kontakt med dem alle.

Lisbet Palmes sterke intellekt, hennes kvikke hode, hukommelse og gode helse dekker over dysleksien hun bærer. Skjønt noen tung bør synes det ikke som det er: data og tall, korrekte detaljer og analyser vitner ikke om nevneverdige lesevansker. "Men du får ikke noe manuskript av meg" sier hun advarende.

Og hun raser over hva vi finner oss i fra de sterkes side. Bombardering og trakassering av palestinere på Gaza-bredden. Hvor lenge skal vi tolerere disse overgrepene? Hvordan kunne noen stakkarslige håndlagde raketter forsvare raseringen av hjem og landsbyer slik vi var vitne til sist år. Hun brenner for disse barna, tredje og fjerde generasjons palestinere som aldri har sett annet enn flyktningeleire. Det er en hån mot FNs barnekonvensjon, mot barnas menneskerettigheter - og mot vår egen moral.

Da arbeidet med å gjennomgå FNs erfaringer etter Rwanda-folkemordet i 1994 ble Lisbet sentral med rapporteringen til Kofi Annan. Det tok slik på at hun brukte år på å komme

seg igjen, vedgår hun. På 100 dager var nær en million mennesker drept. Med håndvåpen, kniver og klubber. Naboer, venner, slektninger og kirkemedlemmer drepte hverandre for fote. Mobiliseringene skjedde fra prekestolene, skolekatetrene, radioen og i parlamentet. Å rense rasen. Å utrydde fienden. Å redde nasjonen. Alle uttrykkene vi kjenner fra vår egen historie, men som vi trodde tilhørte historien. I stedet sitter FN-ledere med verdens mektigste stater og ser folkemord utvikle seg: "Vi vet det er folkemord, men kan jo ikke kalle det for det", ble det sagt i møtene under Clinton i Det hvite hus, "for da må vi jo handle!" Og handle hadde de ikke tenkt å gjøre.

Lisbet Palmes rapport om Rwanda-folkemordet var bitende i sin kritikk, uredd i sine avsløringer og konklusjoner. Men den slet på henne. Nå er hun tilbake: Nå er det barnesoldater og FNs barnekonvensjon som er tema: Nå må barna sikres talsmenn og kvinner sikres rettigheter overalt der krig og fred forhandles. Barn skal ikke bare rapporteres om. De skal prioriteres og noen må ha det som oppgave. Det er hennes dronningtanke. Og hun har ikke tenkt å gi seg.

Vårt forbund danner organisasjoner for kvinner i Europa

I mange år har vårt forbund arbeidet med dannelsen av kvinneorganisasjoner i Øst- og Sentral-Europa. Dette arbeidet har skjedd under navnet "How to Build and Run an Organization".

AV ELISABETH RUSDAL

Arbeidet har siden starten vært ledet av Ingunn Birkeland. Gruppen består i dag ellers av Ann-Louis Nordstrand og Elisabeth Rusdal. Dette arbeidet er kanskje ikke så kjent i forbundet vårt, og derfor vil vi bringe informasjon om dette. Forbundet høster stadig anerkjennelse for denne typen arbeid.

Utgangspunkt for skoling i organisasjonsarbeid har vært oppbyggingen og driften av vårt eget forbund. Kursene holdes over en weekend og består av både foredrag og gruppearbeid.

Finansieringen av kursene har skjedd gjennom støtte fra Utenriksdepartementet eller NORAD.

HISTORISK TILBAKEBLIKK

I august 1993 ble Associated Country Women of the Worlds (ACWW) Europakonferanse avholdt i Estland. Europapresidenten, norske Yrsja Berner (medlem av Norges Kvinne- og Familieforbund – K&F), ønsket umiddelbart etter murens fall å gjennomføre neste Europakonferanse i Øst- eller Sentral-Europa.

Vi er fremdeles stolte av at 12 forskjellige land fra tidligere Sovjet deltok på konferansen. De valgte selv ut en prioriteringsliste for arbeidsområder.

Ingunn Birkeland (K&F) var den eneste deltageren i denne gruppen da hun representerte ACWWs FN-komité i London.

Ved tilbakekomst til Norge ba hun som forbundsleder i daværende Norges Husmorforbund, nå Norges Kvinne- og Familieforbund (K&F), om et møte med Utenriksdepartementet. Senhøstes samme år ble et prøvekurs avholdt i organisasjonens

egne lokaler i Oslo for Estland og Romania. Fordeler var blant annet for oss at vi kunne bruke vårt sekretariat underveis – deltagerne besøkte Likestillingsombudet/ Likestillingsrådet, Barne- og familiedepartementet, osv. Ulempene var at bakgrunn og kulturforskjeller var meget store. Konklusjonen ble at videre kurs holdes i deltagerens eget land og deltagerantallet settes til ca. 20 kvinner fra forskjellige kvinneorganisasjoner/ kvinnegrupper.

ARBEIDET SÅ LANGT

Det er avholdt kurs i følgende land:

Romania
Estland
Latvia
Litauen
Tsjekkia
Murmansk
Bosnia-Hercegovina
Bulgaria
Albania

I tillegg er det avholdt evalueringskurs samlet for de tre baltiske land.

RESULTATER

Vårt mål med kursene har fra første dag vært:

- Informasjon
- Styrke kvinnegrupper/ organisasjoner i det enkelte land
- Oppbygging og drift av en organisasjon

Det er i dag på bakgrunn av kursene dannet kvinneorganisasjoner i alle kursland, med unntak av Bulgaria og Murmansk. Her har vi hatt liten kontakt etter avsluttet kurs.

I Tsjekkia, Romania, Estland, Latvia og Litauen er det på bakgrunn av kursene dannet flere organisasjoner. Noen av disse er også

nå såpass store og engasjerte at de deltar aktivt i større internasjonale organisasjoner. Våre organisasjoner i disse landene har også vært arrangør av større internasjonale kvinnekongresser.

I Bosnia-Hercegovina førte kurset til at små og store organisasjoner dannet Fokus Bosnia-Hercegovina, en organisasjon som under TV-aksjonen i 2005 ble trukket frem med sitt arbeid.

Kurset i Albania medførte dannelsen av Albanian Women's Voice som har som mål å bidra til flere kvinner i politikken. De har allerede oppnådd resultater i forbindelse med lokalvalgene i 2007 og er i full gang foran årets parlamentsvalg. Se egen artikkel om dette.

FREMTIDIGE UTFORDRINGER

Tidligere var det ikke krav om egenandel i forbindelse med dette arbeidet. Nå er det innført krav om 10 % egenandel også på denne type arbeid. Dette har vi klart takket være en anonym gave. Det betyr at dersom Utenriksdepartementet nå godkjenner vår søknad vil det bli evalueringskurs i Bosnia-Hercegovina i 2009, evalueringskurs i Albania i 2010, første kurs i Kroatia i 2011, og kurs for alle disse tre landene i Norge i 2012. Det siste for å knytte kontakt mellom de organisasjonene som da er dannet.

Gjennom disse kursene og dette arbeidet bidrar K&F, og dermed du som vårt medlem til at kvinner i denne delen av verden selv kan arbeide for utviklingen av sitt land, og danne grunnlaget for en bedre hverdag for morgendagens kvinner.

Medmennesker i nød:

Alle bør kunne psykisk førstehjelp

Mange sliter med tunge tanker, sorg og oppgitthet i hverdagslivet. Årsakene kan være mange og til dels sammensatte. Men felles for alle de som lider er at de trenger nærhet, forståelse og noen som bryr seg. Det er på tide å hverdagsliggjøre dette "skumle" tema og komme mennesker i møte.

AV JAN ERIK THORESEN, KFB

Alle mennesker vil før eller senere i livet oppleve alvorlig sykdom, brå og uventet død, ulykker eller andre akutte kriser som vil ha innvirkning på livet. Det kan dreie seg om en selv, et familiemedlem, en venn eller arbeidskollega. Slike hendelser griper inn i hverdagen og snur tilværelsen opp ned. Vi er ikke alene i livet. Samfunnet består av enkeltindivider som er ulike på hver sin måte, men som alle har et behov for medmenneskelighet når krisen er et faktum. Alle som lider trenger nærhet, forståelse og noen som bryr seg. Som enkeltmennesker er vi alle en potensiell beredskap for den eller de som trenger hjelp. Spørsmålet er om vi våger å komme de vanskeligstilte i møte.

DET "SKUMLE" TEMA

Ser vi rundt oss i nabolag eller bekjentskapskrets, er det ikke vanskelig å se hvor stort behov det er for et hverdagsberedskap, der det å være medmenneske står i sentrum. Men tør vi bry oss? Dessverre er svaret ofte nei. Nettopp derfor er det viktig å bryte ned forestillinger om at det å nærme seg et menneske som trenger støtte og hjelp er "farlig". De av oss som har mistet et nært familiemedlem har erfart at folk en ellers kjenner godt, ofte unngår å ta kontakt. Ikke fordi de ikke vil, men rett og slett fordi de føler seg usikre på hva de skal si eller gjøre. Denne usikkerheten er et hinder for det de innerst inne ønsker, nemlig å trøste.

Et viktig spørsmål blir derfor hvordan vi kan tilegne oss en grunnleggende kunnskap om det å

nærme seg et medmenneske som har behov for kontakt og omsorg.

MANGE LIVSSITUASJONER

I et pulserende samfunnsliv vil det fortløpende bli utløst mange typer hendelser som setter enkeltmennesker, familier og ulike grupper i en vanskelig situasjon. Tap av et nært familiemedlem, venner og gode kolleger er kanskje det vi i første rekke forbinder med sorg og kriser. Tap av arbeid og inntekt vil raskt kunne oppleves som traumatisk for den det gjelder. Mobbing av skolebarn rammer ikke bare den som mobbes, men hele familien. Baksnakkelser, løgner og manipulering på arbeidsplasser er dessverre et økende problem med tragiske konsekvenser for den det går ut over. Budskap om alvorlig sykdom påvirker ikke bare den syke, men også vedkommendes familie og vennekrets. Kanskje opplever vi at den det gjelder trkker seg unna og isolerer seg. Signalene om at vedkommende ikke ønsker å snakke om sykdommen kan føre til at gode og velmenende venner blir avvist, selv om den som er rammet egentlig har et stort behov for å kommunisere. Livet er komplisert og mangfoldig, og det ikke alltid like enkelt å vite hvordan en skal gripe situasjonen an.

KATASTROFER OG KRISER

Selv om det er dagliglivets kriser som rammer de fleste, er det de store ulykker og katastrofer der mange mennesker dør, som stjeler overskriftene i media. Tsunamien i Sør-Øst Asia er spesiell i så henseende.

Togavsporinger, flyulykker, ras, flom og lange strømovbrudd er andre eksempler. For de som har vært

involvert vil behovet for hjelp variere. Selv om det offentlige kan tilby faglig assistanse vil mange likevel ha stor bruk for nærhet og omsorg etter at akuttfasen er over. Det forholder seg også slik at alle ikke klarer eller ønsker å snakke med en fagperson. Nettopp i slike tilfeller er det at omgivelsene kan fange opp signaler og tre støttende til, om det så bare er å lytte til hva vedkommende har å meddele. Vi skal ikke "konkurrere" hverken med prest, psykolog eller psykiater, men rett og slett være et medmenneske som evner å lytte, trøste og vise empati.

LÆR PSYKISK FØRSTEHJELP

Kvinnens Frivillige Beredskap (KFB) tilbyr deltakelse i studieringer i kurset "Psykisk førstehjelp". Det dreier seg om en enkel innføring i temaet, og gir den enkelte deltaker kunnskap om hvordan en kan bli en verdifull hjelper når noen i ens nærhet trenger det. Kurset går over 12 timer, og gjennomføres over en helg eller fordelt over enkeltkvelder. Kurset bygger på heftet "Psykisk førstehjelp ved katastrofer, ulykker og kriser" som er utgitt av Stiftelsen Psykiatrisk Opplysning. Kursdeltakerne får en innføring i de følelsesmessige reaksjoner som kan oppstå hos mennesker i en krisesituasjon, og hvordan de kan møte og yte hjelp til personer som har opplevd, eller opplever, en alvorlig hendelse.

FOR NÆRMERE OPPLYSNINGER: Kvinnens Frivillige Beredskap (KFB) Telefon 22424912 / 23093458 kfb@kfb.no www.kfb.no

MANGEL PÅ POLITISKE VISJONAR I EIN STRESSA VALGKAMP

Draumen om det gode liv: Leve langsamt og enkelt. Duft av heimelaga kortreist økologisk og trygg mat som er produsert av bønder på Nordlandsvilkår og laga av far i sjølstendig opptjent foreldrepermisjon og med kontantstøtte, som siv ut av kjøkkenvindaue i eit levande bumiljø der glade barn hoppar og sprett i trygge oppvekstvilkår med nabokjerringa til Gro som nærmaste nabo. Foreldre som har tid til den gode samtalen med barna og ungdommen rundt middagsbordet. Eldrebølgen vi kan ri på og hente ressurser ut av. Her finst det ingen stress- eller effektivitetskarusell.

I denne draumen er det ingen helsekøar, ingen atferdsproblem i skulen, kanskje ingen kriminalitet, ingen sprengte mapper hjå barnevernet.

*Norges Kvinne- og Familieforbund
Nord-Trøndelag krets
Anne M. Eggestøl*

Møte med Shenzhen Women's Federation China

AV GRETE NORDBÆK

Norges Kvinne- og Familieforbund K&F, ble kontaktet fra Kina Shenzhen Women's Federation om vi ville ta i mot en gruppe på studietur. Vi sa ja. Østens kvinner ser til Europa og Norden når det gjelder kvinnepolitiske spørsmål. K&F har vært verter for flere besøk fra Østen.

Vi hadde på forhånd fått vite litt om de spørsmålene de ville ha svar på. De hadde og selv skaffet tolk, en ung gutt som hadde studert norsk i Beijing og nå er utvekslingsstudent her i Norge. Vi hadde god kontakt på e-post og sms slik at noen av spørsmålene fra Shenzhen Federation var godt forberedt. De ville gjerne vite om kvinner og diskriminering, kvinner og arbeidsliv, barnepass, kvinner og skillsmisse bare for å nevne noe.

Møtet fant sted i Øvre Slottsgate 6,

K&F sine kontorer. Jeg, Grete Nordbæk, var også denne gang så heldig å få være vert for våre gjester. Jeg serverte kaffe, te og juice og jeg hadde bakt kake. Det er ikke vanlig å ha servering på møter i Kina.

Det var meget interessant å treffe de fire damene og to menn fra Futian District Shenzhen, nær Hong Kong. De arbeidet selv i kommunal forvaltning med mor og barn som arbeidsfelt. Samtalene gikk greit og tiden fløy av gårde. Vi fikk tatt bilder og da spesielt foran den flotte fanen vår. Gaver ble overrakt. Vi fikk en stor, flott plankett og en bordfane fra deres organisasjon. Selv ga vi bort en fane og et silkeskerf med vårt emblem på. De skrev og i gjesteboka vår.

Jeg takker for et hyggelig oppdrag og var glad for å få treffe delegasjonen fra Shenzhen.

ØKNING I GRUNNTILSKUDET

- fra kr. 200,- til kr. 400,-. Det betyr at et 12 timers kurs m/lærer gir et tilskudd på kr 1000,-. 12 timer uten lærer gir kr. 760,-
Se www.populus.no

Møte med studenter fra Sør-Korea

Norges Kvinne- og Familieforbund var så heldige i år igjen å få besøk fra Judicial Research and Training Institute i Soul, Sør-Korea.

På forhånd hadde vi fått en del spørsmål som de ville ha svar på og som vi oversatte og de fikk med seg. Det var om kvinnepolitikk likestilling. Barnepass, barnehage m.m. Hvordan Norge stiller seg til adopsjon, enslige mødre og ellers generelle spørsmål.

Jeg, Grete Nordbæk var så heldig å få ta imot studentene og deres professor på vårt kontor i Øvre Slottsgate 6 i Oslo.

Det ble servert norske jordbær og moreller, hjemmebakte småkaker, kaffe og te. Spørsmålene var mange også utenom de vi hadde fått på forhånd, men samtalene gikk lett og



det var interessant å få treffe de unge damene fra Soul i Sør-Korea

De var på veg hjem fra studiereise i Norden. Hadde vært i Finland og Sverige og skulle til Danmark som siste stopp.

Jeg fortalte om Nordens sommerkurs i Stavanger og ellers litt om samarbeidet i Nordens Kvinneforbund samt litt om ACWW. Kom og litt

innpå prosjektene våre, spesielt krisesentre, mor- og barnsentre både lokalt og globalt. Dessverre ble tiden altfor knapp, studentene og deres professor skulle videre til omvisning i Stortinget etterpå. Men det var tid til å få tatt mange bilder ved den flotte veggfanen vår. Vi fikk utvekslet e-poster. De skrev hilsen i K&F sin gjestebok og vi fikk en flott gave, et smykkeskrin fra dem. Jeg takker for et interessant formiddagsmøte.

*Grete Nordbæk
1. nestleder i K&F*

K&F I KRISE?

I blad nr 2/2009, skrev Gjertrud Vik et innlegg om forbundets fremtid.

Det er fint og viktig at våre medlemmer tenker over hva vi alle må gjøre for å bevare vårt kjære forbund.

I den siste tiden har forbundet sentralt arbeidet en del med fødselspenger. Først var det de selvstendig næringsdrivende kvinner som hadde mye dårligere rettigheter enn sine ansatte medsøstre. Der er det kommet nye regler som gjør det en del bedre.

Så var det fedrene som ikke hadde rett til fødselspenger i forhold til egen inntekt. Fra 01.07.09, er det kommet nye regler også her som gjør det bedre for far, selv om det fremdeles ikke er bra nok.

Nå er det valgår, og det er skrevet brev til politikerne om omsorgslønn. K&F mener at denne må bedres og inn i trygdesystemet, slik at alle får like rettigheter.

I skrivende stund har vi fått svar fra noen partier. Fremskrittspartiet og Venstre er enig med oss, Høyre og Arbeiderpartiet er ikke enig med oss.

Partiene har også begynt å snakke om at tannhelse skal inn i trygdesystemet, slik som annen helse. Vi følger med med argusøyne.

K&F er en organisasjon som fortsatt trengs til å sette søkelyset på skjevheter i samfunnet.

Krisen i organisasjonen dreier seg ikke om sakene våre, for dem er det mange nok av, men om økonomien.

Vi har en oppbygging nesten lik den vi hadde på 1960-tallet, da vi var omtrent 10 ganger så mange medlemmer som vi er nå. (pr 30.06.09: 5172 stk). For øvrig er 5000 medlemmer en kritisk grense for å få innflytelse og statsstøtte.

Vi vil IKKE gå konkurs, men vi har likviditetskrise nå i høst. Oslo krets har sagt "ja" til et kortvarig lån, slik at vi kommer over denne kneika. Vi jobber kontinuerlig med tanke på framtidig drift og hvordan utgiftssiden kan reduseres, og mener at vi har situasjonen under kontroll.

Vi vet at mange lag har penger, og vi ber dere om gaver. Intet beløp er for lite.

Sentralstyret strammer inn så godt vi kan under gjeldende vedtekter. I budsjettet for 2010 blir det avsatt penger til ett

landsstyremøte, de fleste sentralstyremøtene vil foregå pr e-post/telefon, det vil ikke bli noen reise til ACWW kongressen (med mindre det kan skaffes penger fra annet sted), osv. Det er tatt grep for å skaffe forbundet mer inntekter, (mer informasjon om dette annet sted i bladet) Så vil det bli fremmet en del forslag til landsmøtet i 2010, men de må vi komme tilbake til i neste nr av bladet. Slike forslag skal først opp på landsstyret i september 2009.

MIN BØNN TIL LAGENE: VERV FLERE MEDLEMMER, OG GI SÅ DET SVIR TIL FORBUNDET NÅ. Med 2000 flere medlemmer vil budsjettet for 2010 gå i 0.

Det er viktig at lagene følger solidaritet med sitt eget forbund og våre felles saker som vi fortsatt kjemper for, og at dere alle skjønner at uten sentralledet blir hvert lag et lokallag uten noen som helst tilknytning til andre. Da er det ikke lenger en landsdekkende organisasjon. Vil vi det?

Bankkonto 6034 05 07102

*Anne Enger
sentralstyremedlem*

AVISINNLEGG:

HVORDAN SKAL VI FÅ FLERE MEDLEMMER I FRIVILLIGE ORGANISASJONER?

Dette spørsmålet er det flere enn meg som lurer på. Medlemsflukt, eller naturlig avgang, er noe mange organisasjoner har fått merke. Jeg tror også dette er mest utbredt i organisasjoner der det er bare eller flest kvinner.

Hva kan dette komme av?

Jeg vil ikke forsøke å forklare det fullt ut, men nevne noe. Det kan være mange årsaker. De fleste kvinner har jobb utenfor hjemmet, enten heltid eller deltid, i allefall i perioder av livet. Vi har fått det så travelt. Er det derfor vi ikke har tid å engasjere oss i frivillige organisasjoner lengre? Til tross for flere hjelpemidler og lettstelte hus/leiligheter, er det vanskelig å rekruttere nye og yngre medlemmer mange steder. Dette er gjengangeren for mange organisasjoner.

Må barna følges opp mer enn før, eller hva kan grunnen være?

Men en ting vil jeg påstå: Uten frivillige organisasjoner blir landet vårt mye fattigere!!!!

Den organisasjonen jeg kjenner best er Norges Kvinne- og Familieforbund. Her har vi også merket godt nedgangen i antall lag og medlemmer. Forbundet vårt het Norges Husmorforbund fram til 1997 og Husmorlagene var store og driftige. De var av betydning for bygd og by. Mange drev barnehager, barnepark og 6-årsklubber i tillegg til håndarbeidsstuer for barn.

Barnehager var vi faktisk av de første som startet. Nå har kommunene overtatt flere av disse, men noen lag har barnehager og SFO enda.

Pr i dag er vi enda en av landets største partipolitisk uavhengige kvinne- og familiepolitiske organisasjoner, og navnet vårt avspeiler sakene vi jobber med.

Mottoet vårt for denne landsmøteperioden er Familiens framtid(familien som bærebjelke i samfunnet). Familien er viktig, og alle er vi medlem i en familie, liten eller stor. Vi vil at

familien selv skal bestemme hvordan de vil innrette seg når det gjelder bl.a. pass av barn, og hvordan omsorgspermisjonene deles mellom mor og far. Vi vil at de som må være hjemme for å stelle og passe et sykt familiemedlem skal få sin omsorgslønn gjennom Folketrygden, og ikke som nå at den enkelte kommune bestemmer hva de får. Først da blir ordningen rettferdig.

Lagene våre gjør en fin innsats i by og bygd. De hjelper til på Frivillighets-sentraler, serverer kaffe og kaker i forskjellige tilstelninger i lokalmiljøet, driver med kurs, engasjerer flinke foredragsholdere til lagsmøter, jobber for saker i nærmiljøet sitt. Jo flere vi er, dess bedre blir vi hørt!

Forbundsledelsen svarer på høringer, og møter også sentrale myndigheter for å få sakene våre frem.

Er du interessert i noe av dette og vil inn i et fellesskap? Ta kontakt da vel!!!!

*Wenche Rolstad, kretsleder i Oppland
krets av Norges Kvinne- og
Familieforbund*

SPRUDLENDE BLOMSTERMØTE

Sand Kvinne- og Familielag har hatt sitt årlige “avleggjarmøte”. Møtet er i mai. Alle har med seg blomar som blir lodda ut.

Menyen er fast: Neslesuppe, urtebrød og gulerot-kake.

Me har eit tema som ofte går på mat eller forbrukar-saker. Denne gongen var det mattilsynet som var tilstades og orienterte om arbeidet sitt.

Møtet er som regel ute, men dersom været er dårlig er me inne. Uansett, alle møter i hattar, og humøret er på topp.

På møtet i mai var journalist Heidi Hjorteland Wigestrang frå Stavanger Aftenblad med oss. Ho skreiv bl.a: Delte blomar - dobbel glede.

Det er avleggjarmøte i Sand Kvinne- og Familielag. Som i mannlege brorskap er også dette møtet strengt rituelt. I timane før møtet har avleggjarar forsiktig blitt spadde opp or molda og planta i pottar, av kvinner som likar å dela blomagleder med sine medsysstrar.

Søsterskapet har dyrka blomaglede i lag i over 20 år. Dei begynnar å dra på åra, men så lenge det er lått og gneist i dei, vil dei halda fram med dei årvisse blomemøta.

KVINNEPOLITIKK:

Praten legg seg som ein dur oppunder taket. Det nærmar seg utlodning, men først skal en synga “Sov Dukke Lise” av Berit Ås, for her brenn dei for meir enn blomar, må vita.

Delte blomar – dobbel glede



BREV SENDT TIL ALLE POLITISKE PARTIER PÅ STORTINGET:

Omsorgslønn

– en viktig sak for neste Storting og regjering!
Norges Kvinne- og Familieforbund krever at staten overtar ansvar for omsorgslønnen, oppgraderer og forbedrer den.

Omsorgslønn er lovfestet, men det er opp til hver enkelt kommune å vurdere omfang og lønnsnivå. Omsorgslønn gir heller ikke fulle rettigheter mht sykepenger og feriepenger. At familie tar seg av sine nærmeste, sparer det offentlige for store summer i forhold til om all pleie skal gjøres av offentlig tilsatte. Det er derfor viktig – og fortsatt rimeligere for helsebudsjettene – at de som utfører pleie og tilsyn får en lønn de kan leve av, og en økonomisk sikkerhet. Dette gjelder også dersom omsorgspersonen må tre ut av arbeidslivet for å utføre omsorgen, og senere blir sittende igjen alene uten å ha opptjent pensjonsrettigheter.

For å skape en rettferdig ordning, må omsorgslønn legges inn i trykkesystemet og følge samme retningslinjer i hele landet.

Norges Kvinne- og Familieforbund forventer at denne saken følges opp av alle politiske partier i valgkampen.

Med hilsen

Norges Kvinne- og Familieforbund

Grete Nordbæk
fung.forbundsleder

Eldbjørg Gunnarson
nestleder

ELVERUM LAG 80 ÅR – HEDMARK KRETS 75 ÅR

Festen ble holdt i Husmorlagets Hus den 25 april.

Laget i Elverum K&F er 80 år, og det skulle feires. Innbudte var alle lagets medlemmer, Elverums nye kultursjef Line Rustad, avisen Østlendingen og selvfølgelig medlemmer i Hedmark krets. Vi tok begge jubileene under ett.

Jeg, Grete Nordbæk, er medlem av Elverum lag og var tilstede både som medlem og som nestleder fra K&F.

Elverumslaget hadde pyntet og dekket opp med sitt 60 årige servise i sitt eget 60 år gamle hus.

Det ble servert velkomstbrus i høye glass, snitter, bløtkake, kaffe og te, samt kringle med og uten sukker og glutenfrie kaker.

Samtalene gikk i ett, det var moro å være til stede. Fotoapparatene blitset i ett, og talene var mange. Laget sin historie gjennom 80 år er blitt samlet, og det var opplesing fra forvunnen tid. Veldig mange av våre eldre medlemmer fortalte fra tidligere tider og vi fikk mer historie å skrive ned. Historien om Elverum Husmorlag, nå Elverum Kvinne- og Familielag, kommer nå inn i Historielaget sin årbok høst 2009.

Vårsola flommet inn i lokalene og avisen fikk tatt sine bilder både ute og inne.

Ref Grete Nordbæk
Elverum Lag K&F
1st nestleder i K&F

Feiring av Nordens dag/KF-dagen



Raufoss lag av Norges Kvinne- og Familieforbund (tidl. Raufoss Husmorlag) hadde invitert lagene i Vest-Oppland for å feire Nordens dag/KF-dagen. 28 medlemmer fra Hadeland, Toten og Gjøvik var samlet til en trivelig kveld. Det er blitt en tradisjon at vi samles denne dagen, i stedet for å holde møter hver for oss.

Nancy Skaug, nyvalgt leder i Raufoss lag, ønsket velkommen og fortalte om bakgrunnen for feiringen av 10. mars. Marie Michelet, stifter av forbundet vårt for 94 år siden, er født denne dagen. Hun var også med på å stifte Nordens Husmorforbund for 90 år siden. Derfor blir denne feiret over hele landet. Nancy hadde også litt historikk om huset vi var i, den nye Frivillighetssentralen. Her hadde det bl.a. vært leilighet for en husmorvikar i sin tid. Det var morsomt å høre, fordi vi jo jobber for at det skal bli husmorvikar igjen.

De nordiske nasjonalsangene synges i løpet av kvelden, og "Det nordiske brevet" blir lest. Vi begynte med den islandske, da brevet i år kom fra Island. Kretsleder leste brevet som var av Siv Friðleifsdóttir, Alltingsrepresentant på Island. Overskriften "Likestilling mellom surt og søtt" tok for seg bl.a. lønnsforskjellen mellom kjønnene. Hun skriver



"Kjønnsavhengige lønnsforskjeller er urettferdigheter som det ikke er mulig å akseptere i dagens samfunn. I disse sakene/prosessene har fremskrittene gått i sneglefart på Island.

24. oktober 1975 la titusenvis av islandske kvinner ned sitt arbeid for å protestere mot kjønnsavhengige lønnsvilkår og for å vie oppmerksomhet mot hvilket bidrag de ytet til samfunnsøkonomien og fellesskapet. Kvinner stimlet sammen i sentrum av Reykjavik og andre steder og krevde likestilling. Den dagen, seiersdagen, markerte et vendepunkt og har i ettertid blitt kalt kvinnefridagen. Markeringen viste at det rådet et sterkt fellesskap kvinner imellom og begivenheten ble også viet stor oppmerksomhet i massemedier verden over. Den 24. oktober 2005, tretti år senere, la kvinner ned sitt arbeid kl 14.08. Igjen stimlet titusener av kvinner sammen for å avholde et utemøte under overskriften: „Kvinner rop høyt; for å kreve likestilling og for å protestere mot lønnsforskjellene mellom kvinner og menn.“ Kvinnene la ned sitt arbeid for å rette oppmerksomhet mot at lønnen islandske kvinner mottar i gjennomsnitt var 64,15 % av gjennomsnittslønnen for menn. Kl. 14.08 hadde de derfor arbeidet for lønnen sin."



Danmarks nasjonalsang ble sunget. Vi diskuterte brevet.

Kretsleder fortalte at kretsleder i Nord Trøndelag hadde holdt apell for innvandrerkvinner i Namsos 8. mars. Apellen ble lest opp.

Inger Eger leste et koselig dikt. Anne Enger redegjorde for Grasrotandelen.

Damene i Raufoss lag serverte nydelig mat, noe for enhver smak.

Så var det tid for undeholdning. Hans Fredlund og Tor Hansen akkompagnert av Ingrid Narten Svendsen begynte med Toten-sangen, for deretter å fremføre et knippe med "gamle svisker". Noe vi satte stor pris på. Nancy Skaug overrakte blomster som takk for den koselige underholdningen. Den svenske og finske nasjonalsangen ble sunget.

Inger Grindaker fortalte om sitt besøk på Slottet hos HM Kong Harald for å takke for Fortjenstmedaljen. Det var artig å høre.

Så var det kaker og kaffe og utlodning. Årsalget gikk unna, og mange vant. Til slutt sang vi "Ja vi elsker", før vi reiste hvert til vårt. Takk til Raufoss som tok på seg dette enda en gang.

Wenche Rolstad (ref)
Kretsleder

"MILLIONDAMENE"

- Dette var overskriften på en av artiklene avisen Hallingdølen har trykket om Nesbyen Kvinne- og Familielag. Teksten handler om damene som selger vaffer, kaffe og brus på Hallingmarken, til inntekt for en rekke gode saker i nærmiljøet sitt. De har gitt bort over en million kroner til blant annet ny hjertestarter i ambulansen, vedfyrt komfyr på museet, drakter og fane til skolemusikken og sceneteppet i kulturhuset. De har også sørget for restaurering av den gamle altertavlen i kirken.

Bildet er tatt under forbundsleders besøk i Nesbyen da lagene i øvre Buskerud hadde stand under arrangementet Kjærringtorget. Fra venstre ses kretsleder Bente Kaugerud, lagleder Kristi Strande Moen, Astri G Medgard og Elsa Nässelquist.



En ubehagelig sannhet

KJÆRE ALBERT ARNOLD GORE JR.

LILLESTRØM, NORWAY 13.05.09

I dag har jeg sett din oppsiktsvekkende film "En ubehagelig sannhet". Jeg har sett den en gang før, da jeg gikk på ungdomsskolen, og den sjokkerte meg. Noen av jentene i klassen min begynte nesten å gråte da vi snakket om global oppvarming, etter å ha sett den. Jeg synes det er forbløffende at du har mot til å trekke dette alvorlige temaet fram i dagslyset. At en mann gjør det – helt alene! Du bruker nesten all tiden din på å reise fra land til land og holde foredrag, og er borte fra familie og venner mesteparten av året. Det gir meg litt håp for framtiden å tenke på dette. Det får meg til å tro på at det finnes andre mennesker som deg der ute. Og som du sier: "Jeg håper at en dag er nok mennesker overbevist om at jeg har rett".

Jeg håper virkelig du har rett i det.

Havnivået og ismeltingen er det jeg finner mest interessant. Jeg er veldig glad i sjøen og tilbringer mye av fritiden på familiens båt sammen med familien og gode venner. Der dykker og bader vi, og kjører rundt i en liten jolle. Det du forteller om korallrevene gjør meg virkelig sjokkert. Etter gymnaset er mitt største ønske å dra til Australia og ta dykkersertifikat. Hvis det ikke finnes korallrev lenger, er ikke det noen vits i. Vi har mange korallrev her i Norge også, og dem vil jeg gjerne få oppleve.

Det deiligste på jorden er å sitte på stranden og se på solnedgangen. Hvis havnivået stiger, kan det bli umulig. Det er noe å tenke på. Selvfølgelig bryr jeg meg om isbjørnene, men det er ikke det viktigste for meg. Det er skremmende å tenke på alle landmassene som vil forsvinne under vann og alle de menneskene som vil bli flyktninger. Kanskje barna mine aldri vil kunne få oppleve alle disse fantastiske landene. Kanskje er det for sent for meg også å besøke disse landene, når jeg er ferdig med å studere.

Når en stor naturkatastrofe rammer et land, rammer det hele verden. Det kan dreie seg om mye mer enn jobben din i Norge. Vi prøver å holde sammen om dette og gir hverandre økonomisk støtte

og hjelp. Og det hjelper. Men vi må ikke glemme fattigdommen og sykdommene som vil ramme hele verden. Vi kan ikke la være å gripe fatt i disse enorme problemene. Det er viktig at vi tar tak i alle slags globale farer samtidig.

Det overrasker meg at det meste av den globale oppvarmingen skyldes høyt CO2-nivå. Jeg har hele tiden vært klar over at dette har vært den viktigste årsaken, men ikke at det har skylden nesten helt alene. I fjor hadde i vi et stort prosjekt i naturfag om fornybar energi. Det finnes mange måter å unngå å bruke olje og gass, og å spare jorden. I Danmark bruker de vindkraft for å produsere det meste av sin energi. Her i Norge står vannkraft for 95 % av vår elektriske energi. Hvis alle land som har en naturlig måte å produsere elektrisk energi på, hadde benyttet seg av dette, tror jeg CO2-nivået hadde sunket kraftig. Tenk på store nasjoner som Kina og USA. Hvis bare disse landene hadde sluttet å bruke olje og gass, ville det hjulpet betraktelig.

Her i Norge har vi en løsning på de store problemene som bilparken skaper. Vi lager biler som går på elektrisitet istedenfor diesel og bensin. Mange vil ikke kjøpe disse, fordi de er for små for en familie. Men det er flotte biler å bruke, hvis du bor i en by. Jeg håper at vi en dag kan bruke vann i stedet. Da trenger vi ikke produsere drivstoff i det hele tatt, bare bruke vannet om og om igjen.

Jeg tror menneskehetens største svakhet er at vi ikke bekymrer oss for framtiden.. "Det er ikke vårt problem", tenker vi. "Dessuten kommer vi til å være døde da, så det spiller ingen rolle". Men hva med de kommende generasjoner? Jeg lurer på hva de kommer til å mene om oss, som ikke reagerte mens det ennå var tid. Jeg tror at tiden kommer da det blir for sent å handle. Da finnes det ingen vei tilbake. Da kommer vi til å angre.

Jeg vet at du var vise-president i USA i perioden 1992-2000. Jeg synes du gjorde en glimrende jobb, men du kunne ha jobbet hardere med å få USA med på

en internasjonal avtale mot global oppvarming. Det er bare USA og Australia som ikke undertegnet Kyoto-avtalen. Nesten alle andre land i verden har satt seg mål som de prøver å nå. Det er lettere å nå målene hvis de er satt på papiret i en avtale.

For å stanse den globale oppvarmingen, håper jeg folk vil begynne å sykle eller gå til skolen og jobben – for de fleste dreier det seg bare om noen få kilometer. Folk kan jobbe hjemmefra med hjemmekontor. Vi må også slutte å fly hele tiden. Folk kan reise i sitt eget land istedenfor å dra utenlands. Vi kan også slutte å handle med hverandre hele tiden. I stedet kan vi produsere så mye vi kan hjemme. Norge er en stor fiskerinasjon. Vi sender fisken vår til Kina for å foredle og pakke den, for så å sende tilbake til Norge. Dette gjør vi bare fordi det er billigere. Hvis vi får samme lønn for samme arbeid over hele verden, er det ikke noe problem å gjøre det hjemme.

Som du sier er dette et moralsk spørsmål, og jeg kunne ikke vært mer enig. Som Obama sier: "Vi trenger forandring". Og det er sikkert og visst. Så la oss håpe at ikke alle mennesker på jorda er så dumme at de tenker "La oss vente og se".

Jeg ønsker deg lykke til i ditt videre arbeid angående disse globale temaene, og håper du når fram til stadig flere mennesker i fortsetningen.

*Mange hilsner fra
Frida Asak Smedsrud*

Brevet ble skrevet som en skoleoppgave, og er oversatt fra engelsk.

Bevar kontantstøtten



Et av vår tids største problem er at vi er i ferd med å miste råderetten over våre barns barndom og oppvekstvilkår. Kampen for full barnehagedekning har vært, og vil fortsatt være, viktig i tiden fremover – men i dens kjølvann har det også fulgt mindre heldige konsekvenser. Barnehagens kvalitet har måttet vike for kvantitet, og tanken om at det faktisk bør finnes alternativer for dem som velger bort barnehage for sine barn har dessverre druknet i hele barnehagedebatten.

Antall barn i fulltids barnehageplass øker stadig, og samtidig blir barna også stadig yngre når de begynner. Dette blir altfor ofte tolket som at dette er hva foreldrene ønsker, og at utviklingen derfor har gått i ønsket retning. Men en fersk undersøkelse fra Foreldre & barn avslører at over halvparten av foreldrene mener at en kombinasjon av barnehage og hjemmeomsorg er det optimale, og så mye som 39% av de spurte mener at ettåringerne har det best hjemme.

Virkeligheten avspeiler på ingen måte foreldrenes ønsker for barna sine. Samfunnet har kommet i utakt med seg selv, og det er ungene våre som sitter i kryssilden.

Det er derfor grunnleggende viktig at noe gjøres for å styrke foreldrenes mulighet til å selv velge hvilken omsorgsform som passer barna og familiene best. Politiske slagord som ”Alle skal med” og ”Ulike mennesker. Like muligheter”, har hittil bare vist seg å være nettopp ord uten noen videre mening for de av oss som selv vil velge hvilken oppvekst barna skal ha.

Hjemmemamma.com er et nettsted for kvinner som ønsker å være sammen med barna sine også på dagtid, og vi ønsker å sette fokus på den viktige jobben som gjøres i hjemmet når man legger grunnlaget for et lite barns utvikling og liv. Vi har derfor gått i samarbeid med Norges Kvinne- og familieforbund om en underskriftskampanje for å videreføre og bevare kontantstøtten, og vi har pr i dag 731 digitale underskrifter, samt noen i papirversjon. Disse underskriftene vil overrekkes den nye regjeringen etter valget, i håp om at noen vil ta både barn og foreldre på alvor i den nye stortingsperioden.

Med vennlig hilsen,
Ingrid Jeanette Flåterud
Administrerende hjemmemamma
hjemmemamma.com



Ja!

Jeg ønsker medlemskap i
Norges Kvinne- og Familieforbund

Navn:

Adresse:

Postnr./sted:

Lokallag:

E-post:

INNMELDINGEN SENDES:
Norges Kvinne- og
Familieforbund
Øvre Slottsgt. 6, 0157 Oslo
Tlf.: 22 47 83 80
Faks: 22 47 83 99

DEL 3:

Seterdrift

AV SIGNE MARIE KITT NORDHAGEN

ALLE KUENE, forts.

Andre kuer var ikke like heldige med sine gemytt:

- Lea var en meget innadvent og melankolsk ku, med et mørkt og langt apeansikt. Hun var antakeligvis den kua vi har hatt på setra med det tyngste og vanskeligste sinnelaget. Hun var ingen problematisk ku, men hun virket aldri riktig glad eller sorgløs, slik som de andre.

- Linda var gulbrun i skinnet, anonym og utilnærmelig, og nesten umulig å melke. Ikke fordi hun sparket, men fordi melken var like vanskelig tilgjengelig som henne selv, og ikke ville slippe. Hun er en av de få kuene jeg har strevet med til jeg gråt, og marerittet var at hun skulle få jurbetendelse, så alt stoppet opp.

- Bella var nervøs og oppspilt som en veddeløpshest, og tilsvarende vár.

Vi lærte alt det grunnleggende i omgangen med kyr av henne, det vi siden har brukt i fjøset med hell: Å bevege seg rundt dyrene med varsomme og rolige bevegelser, en forsiktig tilnærming til hver ku, å bruke god tid, å gjøre ting forutsigelige for dem gjennom vaner og å skape tillit gjennom trygghet og vennlighet. Vi klarte å roe henne ned til å bli en noenlunde vanlig omgjengelig og fredelig ku i løpet av 2-3 somre, og det var vår stolthet.

Gjennom henne begynte vi å oppdage at karaktertrekk delvis må være arvelige, fordi vi etter hvert fikk datteren hennes opp på setra. Hun var nesten like nervøs som Bella.

Vi begynte å spekulere over dette, og gledet oss over å oppdage flere generasjoner av kyr i flokken, forskjellige likheter og familieband. Vi begynte på våre første tilløp til stamtavler. En fullstendig oversikt, som sikkert har vært arbeidskrevende, henger nå på tømmerveggen i fjøset.

Fortsetter i neste nummer.

HÅP

Det verste tyveri er å stjele motet fra en annen. Håpet er livsviktig. For der hvor håpet er borte, der er det heller ikke mye liv igjen.

I håpet ligger verdifulle livskrefter gjemt. Selv om livet kan inneholde smerte og fortvilelse, er det viktig ikke å hengi seg til resignasjonen og motløsheten. Det er mulig å samle på håp, dyrke de gode mulighetene, spre optimisme og tenne visjoner.

For det er bedre å tenne et lys i mørket enn bare å kritisere og være negativ.

Håp er en utrolig ting. Håpet kan gi drivkraft, glede, utholdenhet, tro, midt i en krevende virkelighet. Vi trenger håpet. For å kunne glede oss over det som er godt, og samtidig kjempe mot lidelse, ondskap, urett.

Taper vi håpet, mister vi også gnisten til å bistå, gjøre noe. Det gjelder å ta vare på håpet. Håpet vinner til slutt.

Erna Solbakk, Underveis

OM Å BRY SEG

Når noen viser at de bryr seg om oss, og når vi føler at det er bruk for oss, da er livet verdt å leve. Da får vi oppleve ømhet, nærhet, og føler at vi er verdsatt.

Da kan vi kjenne trygghet midt i stresset og prestisjefaget, selv om vi flakser rundt på tynne og skjelvende vinger. Snille og gode mennesker skaper håp, lindrer, og gir kanskje fred til mennesker i nød, selv om det bare er for en liten stund. Det er godhet som gis fra et menneske til et annet, og som er et bindemiddel som skaper trygghet og håp.

Det er disse menneskers ukuelige vilje til å bekjempe likegyldigheten, til å bry seg om andres lidelse og leve seg inn i andre menneskers skjebne, som gir håp for fremtiden.

De ser at noe kan gjøres og gjør det.

Erna Solbakk, Underveis

BOKANMELDELSE:

TILBAKEBLIKK PÅ ET ARBEIDSLIV

I boka Tilbakeblikk, forteller journalist Mahmona Khan om unge menn og kvinner som kom den lange veien fra Pakistan med buss, tog og båt til Norge, for å jobbe. For de fleste ble det et helt arbeidsliv.

Mahmona Khan har i tillegg til sine egne foreldres historie intervjuet mange av de pakistanterne som kom tidlig til Norge. Gjennom fem historier forteller to kvinner og tre menn om hvorfor og hvordan de la ut på den lange reisen, om møtet med Norge og nordmenn og om livene sine, privat og på jobb.

Boka Tilbakeblikk er blitt til etter dypdykk i arbeiderbevegelsens arkiv og ved å lese avisartikler på mikrofilm ved Nasjonalbiblioteket. Den er rikt illustrert med arkivbilder og bilder fra pakistanske innvandreres egne fotoalbum. Ved inngangen til 2009 var det 30.161 personer med bakgrunn fra Pakistan bosatt i Norge, 13.546 av dem er født her. De bor spredt i alle landets fylker. 20.812 bor i Oslo, 10 bor i Sogn- og Fjordane og fire bor i Finnmark.

BOKANMELDELSE AV ANNE ENGER:

STINE PERNILLE OG BESTEMØDRENE

Boken er skrevet av Torhild Moen og Kari Sortland, og handler om Stine Pernilles leting etter en bestemor. Vennene hennes har bestemødre, og til slutt finner også hun en. Boken er skrevet på rim, korte vers med festlige fargerike tegninger som en kan fable rundt. Mitt barnebarn på 3 år likte den godt.

Quality since 1895




JANUS
www.janus.no

Janusfabrikken AS, N-5267 Espeland – Telefon: 55 53 58 00 Fax: 55 53 58 02

Gi TRIPP TRAPP til et barn du er glad i

Populær
som fadder-
gave

GRATIS
Velg
gratis
gave

Med Dåpsklubben TRIPP TRAPP får barna gode bøker og musikk rett hjem i postkassa. Her blir de kjent med Bibelens fortellinger, aftnebønner og mange fine barnesanger. Bøker på bokmål og nynorsk.

- For barn fra 0 til 12 år
- Ingen krav til minstekjøp
- Tilbud om 3 pakker årlig



Noahs ark
Tøybåt og leke
med 13 figurer
Verdi 228,-
0-3 år



Sangboksen min
30 kjente sanger på
illustrerte kort. Tekster
på bokmål og nynorsk
Verdi 295,-
1-5 år



Kjempefest CD
Glagsang-CD med
populære og kjente
artister
6-12 år



Flere velkomstgaver finner du på
www.tripptrapp-klubben.no

DÅPSKLUBBEN
TRIPP TRAPP

TRIPP TRAPP drives av IKO-Forlaget AS
Telefon **22 59 53 00** E-post ordre@iko.no

Du betaler kun 45,- for forsendelsen

Lagersalg

Vi rydder på lageret og har derfor spesialtilbud på noen av våre varer. Nå kan du gjøre et godt kjøp til en billig penge, enten det er til laget, lagets medlemmer, jubileumsgaver, fødselsdagsgaver, julegaver osv. Varene kan bestilles på tlf. 22 47 83 80, på e-post: post@kvinnerogfamilie.no eller ved å fylle ut og sende inn bestillingslisten på side 38.

K&FS AKTIVITETSKALENDER

Kun kr. 25,- pr. stk.

K&Fs aktivitetsskalendar egner seg til familier og andre som ønsker seg en god oversikt over ukens ulike aktiviteter og gjøremål, den har god plass til å skrive på, og den inneholder også små hyggelige dikt til glede og inspirasjon.



K&FS HANDLENETT

Kun kr. 50,- pr. stk.

Spar miljøet for plastnett fra butikken! Kjøp K&Fs handlenett som kan brukes om og om igjen. Nettet har god plass til varer og er utstyrt med en lang skulderhank så det skal være lett å bære med seg varene hjem.



K&FS BUDSTIKKER

Gratis så langt lageret rekker.

Praktisk til bruk når barnehage, skole eller foreldre har beskjeder å sende med barnet. Budstikken er i selvlýsende farger og har et refleksbånd som lyser i mørke. Hør gjerne med barnehager eller skoler i ditt nærmiljø evt. lagets egen barnehage-/park om de kan tenke seg disse tilsendt. Både store og små bestillinger er velkomne.



SANGBOK/MELODIBOK

Kun kr. 40,- pr. stk.

Inviter til hyggelikt i hjem, lag eller krets med allsang på menyen.

:Syng vår sak! Det gjelder blott lade tonen klinge.

Sangfugl, vet du, kan så godt bære den på vinge.

Sangfugl, vet du, kan forstå tonen vidt å føre.

Sangfugl, vet du, evner gå gjennom lukte døre.:

Idar Handagard



K&FS COLLEGEgenser

Kun kr. 50,- pr. stk.

Varm og god collegegenser til kalde høst- og vinterkvelder? Genseren er mellomblå med en liten diskret K&F-logo på brystet. Kun store størrelser igjen: L, XL og XXL.



LITEN DUK

Kun kr. 35,- pr. stk.

Etter tilbakemelding fra våre medlemmer har vi omdøpt vårt tidligere oransje skjert til "liten duk" grunnet størrelsen på 52x52 cm. Duken er i bomull, oransje med sorte K&F-logoer på. Pen til bruk for eksempel ved stands, lagsmøter, jubileer m.m.



K&F HAR GLEDEN AV Å TILBY SINE MEDLEMMER EN NY, PEN TELYSESTAKE FOR SALG!



LEVENDE LYS SPRER GLEDE OG VARME TIL ALLE !

K&Fs nye telysestake for salg har en delikat hvit farge med et diskret påsatt emblem øverst på den blanke kanten, den er en prydding for bordet og passer fint til alle anledninger.

Pris kun kr. 190,- pr. stk. Ved kjøp av to stk. sparer du porto!

Vi har et begrenset antall av denne lysestaken på lager, så for å være sikker, vær gjerne tidlig ute med din bestilling.

Den kan bestilles på telefon 22 47 83 80, på e-post: post@kvinneogfamilie.no, eller ved å fylle ut bestillingslisten på side 38.

LESERINNLEGG VALG 2009:

Investering

Det er viktig å investere i barna våre. Det er de som skal overta etter oss. Det er og både smart og forebyggende å ta familien på alvor, for familien er grunnsteinen i samfunnet vårt.

Norges Kvinne- og familie-forbund, (K&F), bedre kjent som Norges Husmorforbund, har alltid satt familien i fokus. Vi er den eneste familieorganisasjonen som har kvinne- og familiepolitiske saker på dagsorden. K&F er snart 95 år, og gjennom alle disse år er det blitt arbeidet for at kvinnen og hennes familie skal ha de beste forutsetninger til en god framtid.

Vi tar opp aktuelle saker gjennom vårt prinsipp-program, og arbeider fram sakene etter hva som er aktuelt til en hver tid.

Det er en viktig tid vi lever i, og vi følger med.

I ÅR SETTER VI FOKUS PÅ :

- At omsorgslønnen må inn i trykkesystemet, NAV, slik at det blir mer rettferdige utbetalinger til de fantastiske medmenneskene som utfører den lite godt betalte arbeidsoppgaven det er å ta hånd om de som trenger det mest, slik at lønnen kan bli lik over hele landet.
- At fars rett til egen opptjening av

fedrekvote styrkes, uavhengig av mors arbeidssituasjon før og etter fødselen. Vi ønsker far hjem, og en mer rettferdig fordeling av omsorg og arbeidsoppgaver i hjemmet, men da må det også legges til rette for det.

Norges Kvinne- og familieforbund har sendt begge disse sakene til de politiske partiene.

Vi ønsker å forebygge gode barne- og ungdomsår ved å sette fokus på mat og ernæring.

Mat og varekunnskap er meget viktig kunnskap å ha med seg. Og vi ser det som viktig at disse fagene får stor prioritering i skolens undervisningsopplegg. Og at det er lærere med fagutdanning som underviser.

Vi krever mer praktisk undervisning og at det legges vekt på de grunnleggende ferdigheter og at opplæringen i hygiene ikke blir borte.

K&F ser det som meget viktig at den oppvoksende slekt får best mulig undervisning i den tid de er i skolesystemet.

KONTANTSTØTTE

Kontantstøtten er fortsatt en av våre viktigste saker.

Frihet til å velge den best mulig løsning for familien i det tidsrommet

som er aktuelt mens barna er små. Vi snakker her om kontantstøtte til barnet er 3 år. Det er mange foreldre som ønsker den frihet til å være mer sammen med barna når de er små. Vi vil jo det beste for barna våre.

Barnehage til alle, blir det lovet men er det alltid en barnehage i nærheten? Er det da meningen at små barn skal kjøres milevis for å komme i barnehage? Det er ikke alle som bor sentrumsnært og kan benytte seg av barnehagen i sentrum. Mange barn har en lengre dag i barnehagen enn det vi voksne har det i vårt eget arbeid. Mange foreldre vil gjerne selv ta vare på og lære barnet sitt å kjenne de første årene ved å være nær til barnet. La oss ikke undervurdere foreldrenes rolle og kompetanse til selv å velge den omsorgsformen som passer best for egne barn

Så vi sier ” Ja takk, begge deler: Barnehageplass til alle som ønsker det, og kontantstøtte til dem som vil ivareta omsorgen for sine 1 og 2-åringer på andre måter.

Grete Nordbæk

1. nestleder i Norges Kvinne og Familieforbund, og medlem i Elverum lag.

Materiell fra Norges Kvinne- og Familieforbund

PROFILERINGSARTIKLER MED EMBLEM:

NORGES KVINNE- OG FAMILIEFORBUND

- ☐ Pulsvarmere (E) kr. 200,-
- ☐ Ny T-skjorte hvit m/lite farget emblem kr. 130,-
- ☐ T-skjorte sort m/hvitt stort emblem str. M, L kr. 130,-
- ☐ T-skjorte sort m/hvitt stort emblem str. XL, XXL kr. 130,-
- ☐ Nett i bomull m/skulderhank, sort m/hvitt trykk kr. 40,-
- ☐ K&F skjerf, hvit m/sort emblem, 34X166 cm. kr. 130,-
- ☐ Smykkenål i sølv kr. 328,-
- ☐ K&F-pin kr. 16,-
- ☐ Bordfane m/farget emblem kr. 90,-
- ☐ Stativ til bordfane kr. 100,-
- ☐ Lagledernål kr. 190,-
- ☐ Nyhet ! K&Fs skrivebok m/linjer kr. 50,-

ARTIKLER FRA MAGNOR GLASSVERK M/EMBLEM:

NORGES KVINNE- OG FAMILIEFORBUND

- ☐ Nyhet ! Telysestake, hvit og blank m/emblem kr. 190,-
- ☐ Liten krystallskål (A) kr. 280,-
- ☐ Krystallskål (A) kr. 398,-
- ☐ Tulipanvase, klart glass 170 mm lav kr. 398,-
- ☐ Tulipanvase, klart glass, 240 mm høy kr. 498,-
- ☐ Tulipanvase, blått glass, 240 mm høy kr. 498,-

SKRIVEPAPIR, KONVOLUTTER O.L. M/EMBLEM:

NORGES KVINNE- OG FAMILIEFORBUND

- ☐ Skrivepapiir m/emblem A4, farger, 50 ark kr. 100,-
- ☐ Skrivepapiir m/emblem A4, sort/hvit, 50 ark kr. 50,-
- ☐ Møteplakat, A4. 4 farger 50 stk. kr. 100,-
- ☐ Konvolutter m/emblem C5 format, 50 stk. kr. 60,-
- ☐ Diplom, A4, kr. 15,-

ETIKETTER M/EMBLEM:

Norges Kvinne- og Familieforbund
(kan brukes på gammelt materiell)

- ☐ Etiketter, 48 stk. kr. 30,-

HEFTER, BØKER, TRYKKSAKER

- ☐ Tilbake til livet, medlemspris kr. 150,-
- ☐ Bitch eller Martyr – økonomisk overlevelsesguide for kvinner kr. 225,- inkl. porto
- ☐ Mosaikk, Helene Freilem Klingberg kr. 125,-
- ☐ Hold drømmen levende, Helene Freilem Klingberg kr. 130,-

- ☐ Hulter til bulter, Bente Nygård kr. 80,-
- ☐ Gøy på landet, Anne Enger kr. 95,-
- ☐ Bok, M. Bolstad: "...og rommene var så tomme at musene gikk med sørgeslør" kr. 80,-
- ☐ Sangbok (før kr. 75,-) Nå kr. 50,-
- ☐ Melodibok (før kr. 75,-) Nå kr. 50,-
- ☐ Vedtekter kr. 35,-
- ☐ Tillitskvinnemappen, hele kr. 150,- innhold kr. 90,- perm kr. 60,-
- ☐ Prinsippprogram inkl. studieplan kr. 55,-
- ☐ Årbok kr. 100,-

INFORMASJONSMATERIELL

- ☐ Organisasjonskurs, gratis
- ☐ Tidligere numre av medlemsbladet: Gratis
- ☐ Ny folder: "Hvordan kan du støtte arbeidet for en bedre familiepolitikk..." Gratis
- ☐ Brosjyre "Frihet til å velge" (tidl. Hvem vi er, hva vi står for). Gratis
- ☐ Løpeseddel: "Familiens fremtid – vårt felles ansvar" Gratis
- ☐ Handlingsplan 2009, gratis
- ☐ Innmeldingsskjemaer, gratis

ANNET MATERIELL FRA K&F

- ☐ Massasjeapparat kr. 500,-
- ☐ Tillitskvinnebevis kr. 5,-
- ☐ Visittkort m/emblem i farger, 25 stk. kr. 100,-
- ☐ Plakat m/emblem 50x65 cm. kr. 30,-
- ☐ Abonnement på Sentral- og Landsstyreprotokoller (pr. år) kr. 250,-
- ☐ Gaveabonnement: Kvinner & Familie (pr. år) kr. 150,-
- ☐ Armbind Morgenfugl kr. 30,-
- ☐ Klistremerker Morgenfugl kr. 75,- for 50 stk.
- ☐ Kort m/emblem kr. 5,- pr. stk. konvolutt kr. 5,- pr. stk.

TILBUD!

- ☐ Handlenett, sort m/hvitt trykk før kr. 75,- nå kr. 50,-
- ☐ Collegegenser, blå, lite farget emblem før kr. 250,- nå kr. 50,- pr. stk.
- ☐ Aktivitetskalender før kr. 100,- pr. stk. nå kr. 25,- pr. stk.
- ☐ Liten duk, oransje med sort emblem, 52x52 cm. kr. 35,-
- ☐ Sangbok før kr. 75,- nå kr. 50,-
- ☐ Melodibok før kr. 75,- nå kr. 50,-
- ☐ Barnas budstikke (gratis så langt lageret rekker)

Frakt kommer i tillegg på alle bestillinger. Ja, vennligst send meg de varene jeg har kryssset av.



Navn/lag:

Adresse:

Postnr./-sted:

Vi ber om å motta materialet innen:

Kupongen sendes:

Norges Kvinne- og Familieforbund
Øvre Slottsgt. 6, 0157 Oslo

Tlf.: 22 47 83 80

Fax: 22 47 83 99

E-post: post@kvinnerogfamilie.no

For å gi Norges Kvinne- og Familieforbunds medlemmer en full oversikt over hvem som sitter i sentralstyret, landsstyret og sentrale komiteer og utvalg, bringer vi her en liste over K&Fs tillitskvinner.

SENTRALSTYRET

Forbundsleder

Toril S.Gravdal
Kirkrudlia 6E, 1339 Vøyenenga
Tlf. 67 15 34 10 (p), 41 32 39 43 (m)
E-post: torilsg@online.no
E-post: toril@kvinnerogfamilie.no

1. Nestleder

Grete Nordbæk
Grønlandsgutua 10, 2408 Elverum
Tlf. 62 41 30 80 (P)
Tlf. 97 06 10 98 (m)
E-post: greno10@online.no
E-post: grete@kvinnerogfamilie.no

2. Nestleder

Eldbjørg Gunnarson
Morvikbrekkene 31, 5124 Morvik
Tlf. 55 53 11 94 (P), 55 58 29 70 (a)
Tlf. 97 98 37 91 (m)
E-post: eldbgu@online.no

Medlem

Wenche Hoel
Vollstad, 9419 Sørvik
Tlf. 91 16 34 49 (m)
E-post: we.hoel@gmail.com

Medlem

Gunn Evjen
Evjen, 8056 Saltstraumen
Tlf. 94 83 11 12 (m)
E-post: gunnda@live.no

Medlem

Anne Enger
Oppenvegen 429, 2740 Roa
Tlf. 61 32 28 20
E-post: a-enger2@online.no

Medlem

Wenche Berg Stuenes
6453 Kleive
E-post: wstuenes@online.no
Tlf. 71 24 23 98

2. Varamedlem

Else Marie Angeltveit
Lille Heimdal, 4760 Birkeland
Tlf. 37 27 86 88 (p), 95 09 81 00 (m)
E-post: else.angeltveit@online.no

KRETSLEDERE

Akershus

Liv Holst
Kirkeveien 56c, 1395 Hvalstad
Tlf. 66 84 66 10
E-post: livholst@online.no

Aust-Agder

Else Angeltveit
Lille Heimdal, 4760 Birkeland
Tlf. 37 27 86 88 (p), 95 09 81 00 (m)
E-post: else.angeltveit@online.no

Bergen/Midthordland

Randi Gjerde
Myrdalsskogen 123, 5117 Ulset
Tlf. 55 19 23 72
E-post: randi61gjerde@gmail.com

Finnmark

Hedvig Hansen
Pb 142, 9770 Mehavn
Tlf. 95 18 35 28 (m)

Hedmark

Anne Lise Bryhn
Mogopveien 23, 2409 Elverum
Tlf. 62 41 70 53
E-post: al.bryhn@tele2.no

Hordaland

Torill Handal
Tangeråshagen 11A, 5630 Strandebarm
Tlf. 40 84 06 22 (m)
E-post: torillhandal@gmail.com

Hålogaland

Kirsti Mentzoni
Lekanger, 8130 Sandhornøy
Tlf. 41200185
E-post: kirsti.mentzoni@c2i.net

Nedre Buskerud

Laila Nordby
Spinnerisletta 95, 3057 Solbergelva
31 90 28 12 (p*), 41 63 60 84 (m)
E-post: laila_nordby@c2i.net

Nordmøre

Anne-Lise Johnsen
6494 Vevang
Tlf. 71 29 81 56 (p), 71 29 61 84 (a),
71 29 60 70 (**)
E-post: anne-lise@eideprestegjeld.no

Nord-Trøndelag

Anne M. Egggestøl
Langbakken 6, 7800 Namsos
Tlf. 74 27 38 43 (p), 91 69 39 20 (m)
E-post: anne.eggstol@ntebb.no

Oppland

Wenche Rolstad
Skarimoen 32, 2760 Brandbu
Tlf. 61 33 41 18 (*), 40 24 48 96 (m)
E-post: twencher@start.no

Oslo

Elisabeth Stubergh Nielsen
Basaltveien 53, 1359 Eiksmarka
Tlf. 67 14 52 43 (p), 90 04 17 47 (m)
E-post: elistuni@online.no

Rogaland

Ingebjørg Rasmussen
Anton Brøgersgate 15, 4041 Hafsfjord
Tlf. 51 55 62 51 (p), 98 82 40 18(m)
E-post: ira-1@broadpark.no

Sogn og Fjordane

Sonja Kjørlaug
Holteigveien 17, 6854 Kaupanger
Tlf. 57 67 82 29 (p), 97 57 59 71 (m)
E-post: sonja@kjoerlaug.com

Sunnmøre og Romsdal

Vigdis Løseth
Groven, 6440 Elnesvågen
Tlf. 71 26 22 32 (p), 71 24 28 73 (a),
91 59 05 73 (m)
E-post: vigdis.loseth@adsl.no

Sør-Trøndelag

Berit Kaarsberg Fossum
Marie Michelets vei 6, 7045 Trondheim,
Tlf. 73 91 87 33 (p), 99 25 45 09 (m)
E-post: kaarsbfo@online.no

Telemark

Svanhild Haugen
Lundsåsen 22, 3719 Skien
Tlf. 35 54 21 78
E-post: svanhild.haugen@hotmail.com

Troms

Laila Losvik
Resmålsveien 17 B, 9411 Harstad
Tlf. 77 06 72 64

Vest-Agder

Eva Ousbey
Nesevn. 38, 4514 Mandal
Tlf. 38 26 58 00 (p)
E-post: ousbey@online.no

Vestfold

Else-Bjørge Andersen
Urdsgt. 1B, 3182 Horten
Tlf. 33074994
E-post: elsban@frisurf.no

Østfold

Sølvi Skram Vedø
Briskeveien 11
1712 Grålum
Tel 69140012
E-post: ssvedoe@online.no

Øvre Buskerud

Bente Kaugerud
3359 Eggedal
Tlf. 32 71 47 84 (p)*, 41 43 01 20 (m)
E-post: bkkaug@online.no

KOMITEER

Finanskomiteen

Brynhild Loe Arntzen (leder)
Kvernes, 6530 Averøy
Tlf. 71 51 42 06

Vedtektskomiteen

Haldri Karin Engenes
5437 Finnås
Tlf. 53 42 52 24 (p), 90 51 62 79 (m)
E-post: haken.engeres@c2i.net

Valgkomiteen

Edel Mikkelsen (leder)
Flotmyrgaten 149, 5527 Haugesund
Tlf. 52 73 70 67 (p), 52 74 30 00 (a),
90 62 77 35 (m)
E-post: emikk@online.no

Prinsippprogramkomiteen

Elisabeth Rusdal (leder)
Skogveien 41, 1368 Stabekk
Tlf. 67 51 75 96 (p), 91 32 81 64 (m)
E-post: elisabeth@rusdal.com

Miljø- og forbrukerutvalget

Vigdis Løseth (kontaktperson)
6440 Elnesvågen
Tlf. 71 26 22 32 (p), 71 24 28 73 (a)
E-post: vigdis.loseth@adsl.no

Internasjonalt utvalg

Kristin Hansen (leder)
Ospev 3, 6854 Kaupanger
57678530 (p), 90564730 (m)
E-post: kristin.hansen@eninvest.net

Anne Marit Hovstad (prosjektleder)

Fjæreveien 161, 4885 Grimstad
Tlf. 37 04 14 48 (a), 95 87 79 09 (m)
E-post: annemarit@hovstad.com

Beredskapsutvalget

Anne-Sophie Bondeson (leder)
Grindveien 4, 1640 Råde
Tlf. 69 28 45 32 (p), 95 89 87 11 (m)
E-post: bondeson@yahoo.no

Nordens Kvinneforbund

Sonja Kjørlaug
Holteigveien 17, 6854 Kaupanger
Tlf. 55 67 82 29 (p), 97 57 59 71 (m)
E-post: sonja@kjoerlaug.com

Håndverkstedet for barn og unge

Marit Takvam
Seimskleiva 6, 5260 Indre Arna
Tlf. 93 06 56 38 (m)
E-post: hengrik@hengrik.no

Populus - studieforbundet folkeopplysning

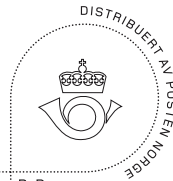
Pb 9188 Grønland, 0134 Oslo
Tlf. 24 14 11 50
E-post: populus@populus.no

Sekretariatet

Øvre Slottsgate 6
0157 Oslo
Tlf. 22 47 83 80
Faks: 22 47 83 99
E-post: post@kvinnerogfamilie.no
www.kvinnerogfamilie.no

B Returadresse:
Norges Kvinne- og Familieforbund
Øvre Slottsgate 6
0157 OSLO

B-Economique
NORGE



Norges Kvinne- og Familieforbund

Norges Kvinne- og Familieforbund (K&F) er en landsdekkende partipolitisk uavhengig organisasjon med 22 kretser, rundt 350 lokallag og ca. 5000 medlemmer. K&F er en del av et stort nasjonalt og internasjonalt kvinnenettverk. K&F er tilsluttet:

- Nordens Kvinneforbund
- Associated Country Women of the World (ACWW), tilknyttet FN og med medlemmer i 60 land.
- FOKUS, Forum for Kvinner og Utviklingsspørsmål, nasjonalt kompetanse- og ressurscenter

Norges Kvinne- og Familieforbund jobber helhetlig for en bærekraftig samfunnsutvikling. Våre fire hovedsatsningsområder er:

- KVINNEPOLITIKK
- FAMILIEPOLITIKK
- MILJØ- OG FORBRUKERPOLITIKK
- INTERNASJONALT ARBEID

FAMILIENS FRAMTID

– vi trenger deg som medlem!

Vil du bli medlem og støtte vårt viktige arbeid?
Ta kontakt: post@kvinnerogfamilie.no
Telefon 22478380

www.kvinnerogfamilie.no