

norsk
soroptima



**Kvinnehelse i et livsløpsperspektiv
med fokus på kunnskapshull**

Kjære Soroptimister

Etter en flott helg med utvidet unionsstyremøte (UU) i Oslo er det kjekt å sette seg ned og reflektere litt rundt enkelte av sakene på agendaen. Hovedutfordringen vår er klar. Noen klubber sliter så hardt at vi kanskje mister dem, men rekrutteringen er omfattende og muligheten for en ny klubb i nord begynner å se realistisk ut. Det er en optimistisk stemning blant våre tillitsvalgte.

Helgen ga mange og gode diskusjoner, blant annet om den nye strategiplanen. Det er kommet noen tilbakemeldinger til utkastet. Mye ros og enkelte endringsforslag som nå blir gjennomgått. Vi tror dette skal bli et godt og nyttig dokument.

Rapporten fra kommunikasjonsgruppen lå «blodfersk» på bordet til diskusjon i UU. Gruppen har landet på enkelte radikale forslag til endringer. Det førte til ivrig diskusjon. Soroptima sin fremtid ble et viktig tema. For ikke å snakke om hvor fort vi skal bevege oss videre inn i den elektroniske verden for kommunikasjon. Synspunktene sprikte, på samme vis som vi kjenner det fra tidligere diskusjoner om saken i R&L. Styret står foran en interessant prosess for å lande på en god anbefaling til vedtak på R&L.

Fra spørreundersøkelsen i høst vet vi at Soroptima gleder mange. Overraskende mange sier at de gjerne skulle hatt mer informasjon om prosjekter. Samtidig er det svært få innspill på dette fra klubbene. Så en oppfordring til alle klubbene er, – få opp antallet PFR og send flere innlegg til Soroptima om det dere driver med. Det er så mange fine prosjekter og klubbaktiviteter som vi kan dele med hverandre. Og det trenger ikke være ekstraordinære opplegg. Jeg synes It-treningen på Sand som det står om i dette nummeret er et fint eksempel på en aktivitet til glede og nytte for klubbmedlemmene.

Bladet byr ellers på interessante innlegg knyttet til kvinnehelse. Vi arbeider mye med dette i våre internasjonale prosjekter, men så ser vi at det fortsatt også er mange udekkete kunnskapshull i vårt eget helsevesen når det gjelder kvinners helse. Biologiske forskjeller og utfordringene knyttet til disse bør få større fokus.

Vår gjesteskribent denne måneden Kari Wærness tar også til orde for at vår forståelse og definisjon av likestilling kanskje har gått for langt i å unngå å vektlegge biologiske forskjeller. Mange i min aldersgruppe vil nok nikke gjenkjennende til hennes beskrivelse av kampsakene våre fra 1970–80 tallet, og vi kjenner oss igjen i ønsket og utfordringene rundt kombinert karriere og familie. Står vi nå ved et veiskille når det gjelder likestillingsbegrepet og våre valg av virkemidler? Kanskje noen av medlemmene våre fristes til å ta opp tråden og dele egne synspunkt?

Ellers tikker det inn påmeldinger til R&L i Stavanger. For dem som ennå ikke har meldt seg på, – ikke nøl lenger. En del av sakene til representantskapsmøtet vil bli trykket i aprilnummeret av Soroptima. Men de samlede sakspapirene vil dere finne på medlemsdelen av nettsiden vår. Der vil de legges ut fortløpende fra begynnelsen av mars. Så er det opp til klubbene å hjelpe delegatene til å stille godt forberedt.

*Med glad soroptimisthilsen fra unionsstyret,
Gerd*



Forandring fryder?

“It is better with the devil you know” sier et engelsk uttrykk. Et uttrykk som jeg tror mange kan kjenne seg igjen i.

Det kjente føles trygt og godt, du vet hva du har å forholde deg til. Så du velger gjerne det vante, selv om tanken på en forandring i blant virker fristende. Det er jo gjerne sånn at vi heller ser på begrensningene enn mulighetene våre.

Men noen ganger er det nødvendig med en forandring for å gå videre, så vi blir nødt til å ta steget ut i det ukjente.

Jeg har nettopp tatt et valg om forandring. Det er en ganske så stor forandring fra et trygt og kjent miljø med kollegaer som jeg kan spørre til råds, til et nytt og ukjent miljø og en jobb der jeg skal være (nesten) aleine og være den ansvarlige. Er jeg spent? Ja, visst! Men jeg ser fram til forandringen og mener den er til det bedre for meg. Selv om det på mange måter hadde vært mye enklere å bli der jeg er nå.

Jeg har heldigvis hatt valget! Ikke alle har den luksusen. Mange gjør ikke det de vil eller ønsker, men det som er nødvendig.

Det er en tanke å ta med seg inn i en eventuell beslutningsprosess. Felles for oss alle er at vi må gjøre det som er best for oss selv.

Sissel

- 04 Hjertelig velkommen til Stavanger
- 05 Distriktsmøte: Mindre fag - mer felleskap!
- 06 Referat fra distriktsmøtet i distrikt Syd 2
- 08 Røros soroptimistklubb - distriktsmøte 2014
- 09 Kvinnehelsedagen 2014
- 12 Likestilling som premiss i norsk familiepolitikk
- 14 Bergen Soroptimistklubbs Prosjekt Hope Through Education
- 15 Referat fra julemøte i Sandefjord
- 16 Fokus på FNs 16-dagers kampanje om vold mot kvinner
- 17 Stjørdal Soroptimistklubb med fokus på Soroptimistdagen 10. desember
- 18 Klubbnytt - faksimile
- 20 Prosjektrapport
- 21 Vi minnes
- 22 Vi minnes og medlemsnytt
- 23 Bokhjørnet og oppskrift



Norgesunionen

Unionspresident:
Gerd Halmø
unionspresident@soroptimistnorway.no

1. visepresident:
Kirsti Guttormsen
1visepresident@soroptimistnorway.no

2. visepresident:
Marit Hetland
2visepresident@soroptimistnorway.no

3. visepresident:
Jorunn Thortveit
3visepresident@soroptimistnorway.no

Unionskasserer:
Gro Johnsen
unionskasserer@soroptimistnorway.no

Unionssekretær:
Lisbeth Dybvik
unionssekretaer@soroptimistnorway.no

Unionssuppleant:
Marit Egge
unionsuppleant@soroptimistnorway.no

Landssekretær:
Aud Brønn
landssekretaer@soroptimistnorway.no

Guvernører:
Aud Baadstrand Skare
governor1@soroptimistnorway.no

Marit Øgard Aasbrenn
governor2@soroptimistnorway.no

Programansvarlig:
Unn Baadstrand Skare

Assisterende programansvarlig
Kari Sofie Mitter

Redaksjonen

Redaktør:
Sissel Haugen

Red.sekretær:
Sylvi Larsgård Eliassen

Økonomiansvarlig:
Synnøve Fagerhaug

Redaksjonsmedlem:
Randi M. Hessen

Redaksjonsmedlem:
Hilde Skjong Sylte

Redaksjonsmedlem:
Hilde Grytting



Design og layout: MOOD Grafisk Design AS
Trykk: Møklegaards Trykkeri AS

Frist for innsending av materiell:
5. i hver måned - måneden før!
HUSK! Send høyoppløselige bilder.

Forsidefoto:
«Valentinesdaytree» by Johntex - Johntex.



Norsk Soroptima kommer ut med 6 nummer årlig og er medlemsblad for Norges 2000 soroptimister. Som del av Soroptimist International, en NGO (non governmental organisation) for kvinner, er vi tilknyttet FN med representanter i New York, Geneve, Wien, Paris, Roma, Nairobi og Kairo. Soroptimistene har konsultativ status i FN og Europarådet. Organisasjonen er en upolitisk sammenslutning av klubber og arbeider for internasjonal forståelse, vennskap, fremme av menneskerettighetene, bedring av kvinners stilling i alle samfunn, respekt og forståelse for andres arbeid.

Hjertelig velkommen til Stavanger

Den aller største attraksjonen til årets representantskapsmøte i Stavanger, 29.–31. mai, er selvfølgelig oss selv: Samværet med flest mulig soroptimister, hvor vi vet at vi får inspirerende påfyll av tanker, ideer, utveksling, nettverk – og vennskap.

Men vi som samarbeider om å være vertskap, satser også på å få vise i hvert fall noe av alt det som gjør byen vår så særegen og full av opplevelsesmuligheter. Siden Stavanger ble hovedbase for offshore-industrien i 1970, er byen blitt stadig mer av en mangekulturell metropol, noe som kom klart fram i 2008, da vi var europeisk kulturhovedstad. Det praktfulle nye konserthuset, i Bjergsted rett ved Vågen, byr på et vell av tilbud i sine to saler, fra jazz, pop, rock, revyer og musikaler til klassisk musikk på internasjonalt nivå, og er i seg selv en virkelig severdighet.

Deltakelse. I følge lover og vedtekter skal hver klubb i unionen delta med to representanter.

Men møtet er åpent for alle, og vi håper at flest mulig vil velge å delta. Et slikt møte viser hvem vi er, hva vi står for, og hva vi oppnår i vår verdensomspennende organisasjon.

Påmeldingsfrist er 28. februar. Påmeldingen skjer enkelt og greit på nettet. Prisene finnes der.

Reisemuligheter. Hovedveien, E 39, er nå adskillig raskere og mer behagelig å kjøre enn før.

Turen mellom Bergen og Stavanger tar bare rundt fire timer. Et alternativ til å kjøre selv er selvfølgelig kystekspresen, som har hyppige bussruter rundt hele kysten. Buss- og jernbanestasjon ligger sentralt. Fra flyplassen er det gode forbindelser til hotellene i sentrum.

En liten byvandring

Fredag kveld arrangerer vi en liten vandring, langs historiske Vågen hvor seilskuter og fiskebåter kunne ligge tett i tett. Hvorfor ikke unne deg et lite dykk inn i Alexander Kiellands romaner "Garman & Worse" og "Skipper Worse", for enda bedre å kunne se for deg brytninger og miljø slik det engang var, da folk kom flyttende inn fra landsbygdene rundt om, og fraktet med seg husene som nå utgjør det historiske og sjarmerende Gamle Stavanger? Via den smilende "fargegaten" går vi til De Røde Sjøhus, hvor vi alle samles til mat og underholdning i fellesskap. Her blir også Yngretreffet arrangert.

Lørdag 30. mai kl. 09.00 starter representantskapsmøtet. Kl. 19.00 festmiddag.

Søndag 31. mai kl. 09.00 starter landsmøtet, som slutter med lunsj kl. 13.30.

For øvrig kan vi også nevne at det er fem golfbaner innen en radius av 10–12 kilometer fra Stavanger sentrum. Der- som noen har lyst til å ta en ekstra dag eller to, kan vi utvilsomt finne golfspillere komplett med gjesteværelse.

www.soroptimistnorway.no



Distriktsmøte: Mindre fag - mer felleskap!

Distriktskontaktene (DK) diskuterte tradisjoner og alternative muligheter. Det var stor enighet om at møtene kan være berikende - men hvordan klarer vi å tiltrekke flere deltakere.

AV JANINE SCHALLER-BØYUM (LEDER EKSTENSJONSKOMITEEN)

Distriktsmøter bør være mer enn vanlige klubbmøter, skape felles opplevelse og muligens ha en åpen del. Dette er essensen av diskusjonen distriktskontaktene hadde på sitt årlige høstmøte som fant sted på Gjøvik denne gangen.

Erfaringene i distriktene er ganske forskjellige og stort sett avhengige av geografiske avstander mellom klubbene. Mens Midt-Norge-klubbene møtes fredag kveld og avslutter med felles lunsj på lørdag (deretter kommer DK, presidentene og klubbenes rekrutterings-ansvarlige sammen), klarer klubbene i Syd 2 å møtes en vanlig kveld i uka. Det samme gjør Nord-Vest som alltid møtes i Molde, dvs. i "midten".

Det nesten alle distrikter sliter med er å tiltrekke seg mange deltakere. "Jo lengre avstand til møtestedet, desto færre antall deltakere fra klubbene", sa Ragni Grude Amb (Ringsaker, DK Øst 2). I tillegg ansees lørdager som ikke optimalt. "Lørdagen er hellig, det sitter langt inne", sa Anne Syrdalen (Arendal, medlem av ekstensjonskomiteen). Særlig for de medlemmene som jobber fullt og har barn er lørdagsmøtene en utfordring. Likevel er det for mange distrikter slett ikke mulig å møtes på en ukedag. Dilemmaet ble diskutert ivrig på Gjøvik. Har distriktsmøtene overlevd seg selv? "Nei, de er limet i mellom representantskaps- og landsmøte", sa Torunn Natvik Hoen (Skien-Porsgrunn, DK Syd 2) og fikk stor tilslutning.

Konklusjonen var: Distriktsmøtene bør gi medlemmene mer enn vanlige klubbmøter. Dette kan nås blant annet med at det skapes rom for mer aktivitet av deltakerne. "Mindre fag - mer felleskap", etterlyste Christina Duwe (Molde, DK Nord-Vest). "Hva med summegrupper? Jeg synes vi er veldig passive", sa Ragni seg enig. Gode erfaringer med dette har distrikt Øst 3 som hadde gruppearbeid om rekruttering og synliggjøring høsten 2013 med grupper på tvers av klubb-grensar.

Stor begeistring viste distriktskontaktene for Nord-Vest sitt distriktsmøte som - etter en lukket del - var åpent. Under den åpne delen fortalte Brigader Anne Rydning om sine erfaringer fra Afghanistan (se Soroptima 7/2013). Å invitere



Var samlet på Hovdetun vandrerhjem på Gjøvik: Doris Poll-Bergendoff (Kristiansand, DK Syd 1), fra ekstensjonskomiteen Janine Schaller Bøyum (Bærum) og Anne Syrdalen (Arendal), Christina Duwe (Molde, DK Nord-Vest), Sheila Lian (Levanger, DK Midt-Norge), Inger Opland (Sandnessjøen, DK Nord 1), Siri Randers-Pehrson (Sortland, DK Nord 2), Ragni Grude Amb (Ringsaker, DK Øst 2), Torunn Natvik Hoen (Skien-Porsgrunn, DK Syd 2), Marit Aabel Kulseng (Kongsberg, DK Øst 2).

slike foredragsholdere er vanskelig for vanlige klubbmøter - og synd dersom ikke flere får høre de. "Vi burde ha delvis åpne klubbmøter" sa Inger Opland (Sandnessjøen, DK Nord 1) - på denne måten kan soroptimistene synliggjøre seg og vise at de er del av en større organisasjon.

Fleire DK syntes det er vanskelig å holde fristen med å ha programmet klart et halvt år i forveien som det kreves i "Lover og vedtekter". Konklusjonen var at det er viktigere å ha en fast dato som sørger for forutsigbarhet. Og dersom medlemmene opplever at distriktsmøtene skaper begeistring og styrker fellesskapet, kommer de - også dersom programmet varsles noen få uker i forveien eller er en overraskelse. ■

Referat fra distriktsmøtet i distrikt Syd 2

Horten Soroptimistklubb arrangerte distriktsmøte i distrikt Syd 2 den 25. september på Høgskolen i Buskerud og Vestfold campus Bakkenteigen i Horten kommune. 34 medlemmer fra Tønsberg, Skien-Porsgrunn, Larvik, Sandefjord og Holmestrand var tilstede.

AV HANNE HOLM JOHNSEN, REF. OG LISE ADAL, PRESIDENT, HORTEN SOROPTIMISTKLUBB

Møte åpnet med at Horten Soroptimistklubbs president Lise Adal ønsket velkommen og distriktskontakt for Syd 2, Jorunn Moe fra Tønsbergklubben tente lys og leste appellen etterfulgt av Helene Bålsrød som med klokkeklar stemme sang, spilte munnspill og gitar i en generøs halv time.

Deretter presenterte høgskoledirektør Johnny Thorsen den nylig fusjonerte høgskolen som består av høgskolene i Buskerud og Vestfold. Ved siden av å presentere skolens studietilbud som er firedelt og omfatter lærer og lektorutdanning, micro- og nanoteknologi, økonomi og ledelse (markedsføring) og helsefag (personorientert helsearbeid), presenterte han skolens hjemmeside og prosjektene skolen holder på med. Det er ingen tvil om at en høgskole som er på så forskjellige steder som Horten, Kongsberg, Drammen og Hønefoss har utfordringer. For tiden har de 9300 studenter og 800 lærekrefter. I 2014 hadde søknaden til lærerutdanningen vært historisk lav, mens sykepleie har enormt god søkning.

Høgskolen har store ambisjoner både når det gjelder ønsket om å få universitetsstatus, forbedret bygningsmasse bl.a. på Ringerike og Kongsberg og store fremtidsvyer mot 2040 om å utvikle et stort område med campusgate og flere sentre i forbindelse med den allerede eksisterende campus Bakkenteigen i Horten. Siden regjeringen har signalisert at de vil ha større og færre undervisningsinstitusjoner, men ikke nødvendigvis færre studiesteder, forhandler Høgskolen i Buskerud og Vestfold om en fusjon med høgskolen i Telemark, noe som vil kunne gi fire nye studiesteder.

Høgskolene har en grunnfinansiering ut fra studieplasser og i tillegg får de studiepoengstøtte. De får også penger til forskning. Kvalitet og antall studenter som fullfører studiene er også viktig. Høgskolen lager selv en budsjettfordelingsmodell som skal stimulere fakultetene. Når det gjelder studentmassens sammensetning på Høgskolen i Buskerud og Vestfold, er de fleste av studentene på lærerutdanning og helsefag fra Østlandet. Siden Høgskolen i Vestfold er den

eneste høgskolen som har tilbud om maritime fag, er rekruttering til denne studieretningen god og studentene kommer fra inn- og utland. Studiene innen teknologi har en stor aldersspredning (20–40 år) Kjønnssfordeling er tradisjonell. Høgskolen er aktiv for å inspirere til ukonvensjonelle yrkesvalg. Den besøker og inviterer videregående skoler.

Første lektor Anne Lyberg ved helsefag presenterte en studie angående «Chronic Disease Management - depressed elderly people/organisering av tjenester for personer med kroniske lidelser implementering og koordinering av omsorgssystemer i primærhelsetjenesten for deprimerte eldre mennesker.»

Studie er finansiert av Norges Forskningsråd og avsluttes ved utgangen av 2014.

Studie ble i gang satt som følge av at:

- WHO (2004) har lagt til grunn at depresjon vil være en ledende årsak til funksjonsnedsetning i alle land, menn og kvinner innen 2020.
- Depresjon fører til selvmord.
- Symptomene kan lett forveksles med det å være eldre (trøtt, lite matlyst osv)
- Risikofaktorer er ensomhet, problemer som dårlig økonomi osv.
- De kroniske lidelsene er mindre prioritert i forhold til de akutte lidelsene som helsevesenet er bygget for å takle.

Målet for studie er:

- Å identifisere erfaringene til de deprimerte i møte med helse og omsorgssystemet.
- Koordinering, veiledning og råd og støtte er viktig

Studiet hadde fokus på den psykiske helsen og intervjuet pasienter og familiemedlemmer mellom 60 og 92 år. I tillegg var det oppfølgingsintervjuer med helseteamene rundt pasientene.

Tema for intervjuene var:

- Hvordan overlevde de depresjonen
- Mot, styrke og selvtillit
- Tro
- Familie og venner
- Aktivitet for å motvirke ensomheten
- Maske for å gjemme skammen

Resultatet av studiet viste at de eldre deprimerte ønsket en kreativ koordinator med innflytelse. Noen hadde oppfølging av psykiatrisk sykepleier. Flere ønsket støtte og hjelp i familiekonflikter. Deprimerte eldre opplevde å ha begrenset tilgang til spesialisthelsetjenesten, noe de ønsket en endring på. De eldre ønsket ikke å være konfrontert med andres problemer når de ble lagt inn i helseinstitusjoner/sykehus. Flere savnet en diagnose da dette kunne gi både personen selv og de pårørende bedre forståelse for situasjonen. Det var viktig for de eldre å lære seg å mestre sin situasjon. Resultatet viste også at eldre med depresjonsproblematikk får liten hjelp og ofte blir heller ikke deres symptomer identifisert som depresjon.

Etter en hyggelig spisepause orienterte Ekstensjonsansvarlig for Unionen Janine Schaller Bøyum om medlemsutviklingen i Soroptimistklubbene. Medlemstallet til SI minsker og det er for få yrkesaktive medlemmer. Medlemssammensetningen i distrikt Syd 2 tilsvarer landsoversikten 67% over 60 år, 33% 40–59 år og ingen under 40 år. Det er sterkt ønskelig å rekruttere flere yngre medlemmer, men at det ikke fantes noen enkel løsning for å få dette til. Medlemsundersøkelsen viste tydelig hva medlemmene ønsker og hvordan vi kan gå frem for å rekruttere og beholde nye, yngre medlemmer. Hjemmesidene gir veiledning og råd om tiltak som kan prøves ut.

Resultatene av medlemsundersøkelsen viser at viktig tiltak for å bedre rekrutteringen og beholde medlemmene er:

- Utvikling av vennskap (92%)
- Finne frem til felles arbeidsoppgaver (92%)

- Ha gode prosjekter (84%)
- Holde fast ved soroptimist verdier (91%)
- Utvikle et profesjonelt nettverk (84%)
- Sørgje for god kvalitet på prosjekter (75%)

Tips for hvor og hvordan vi kan rekruttere og beholde nye medlemmer:

- Oppsøke universiteter og høyskoler
- Invitere flere unge på en gang
- Tørre å gå utenfor vår komfortsone
- Hva med våre døtre?
- Delta i stipend/mentorprogrammet
- Små klubber kan slå seg sammen eller ha møter sammen og fordele oppgaver.

Tilslutt presenterte den nye distriktskontakten for region Syd 2 Torunn Natvik Hoen seg og avtroppende distriktskontakt Jorunn Moe takker for seg. Hun opplyste at distrikt Syd 2 har 181 medlemmer og oppfordret oss til å delta på representantskapsmøter, distriktsmøter osv. som var viktige møteplasser.

Det ble servert nydelig kyllingsalat og gulerotkake og utlodningen i spisepausen resulterte i 3770,- kroner som i sin helhet ble oversendt Utdanningsfondet. ■



KOMPOSTERBAR | ANSVARLIG | INNOVATIV | MILJØVENNLIG

FULLSTENDIG KOMPOSTERBARE OG BIOLOGISK NEDBRYTBARE PRODUKTER

BioBag tilbyr et bredt spekter av poser og sekker til organisk avfall fra privat og storhusholdning! Vi har størrelser som passer alle avfallsdunker, fra 8 - 240 liter. Smarte og økonomiske løsninger som bidrar til bedre hygiene og miljø!

Sertifisert komposterbare i henhold til den europeiske normen EN 13432.

BioBag BioBag International AS
www.biobagworld.com

CLEAN & GREEN

Røros Soroptimistklubb – distriktsmøte 2014

Lørdag 20. september arrangerte Røros Soroptimistklubb Distriktsmøte Midt-Norge. Medlemmer fra soroptimistklubber i Levanger, Steinkjer, Trondheim, Trondheim syd og Røros var samlet, totalt 54 deltakere. AV HRISTINA ELVEN OG ANNE MARGRETHE WESSEL



Deltakere på Distriktsmøte Midt-Norge.

De fleste kom på fredag til en hyggelig kveld med bespising på Bergstaden Hotell på Røros, og det var også her distriktsmøtet ble holdt dagen etter.

Lørdag ønsket president Unni Røed Holden oss velkommen, lysene ble tent og soroptimistsangen sunget. Møtets foredragsholder var den pensjonerte norsklæreren Rolf Engan fra Ålen, som holdt et meget interessant og underholdende foredrag om Johan Falkberget. Han kom gående inn i rommet med en Bergmannsstav og innledet med å sitere Falkberget: «Den som går med stav, går aldri helt alene». Rolf Engan understreket at vårt arbeid er i Falkbergets ånd, og la i sitt foredrag vekt på Falkbergets etiske valg og hans solidaritetsarbeid.

Rolf Engan avsluttet med å fortelle litt om sin egen bokutgivelse denne høsten, *Salome*. I denne boka skildrer han livet og skjebnen til den sagnomsuste kvinnen Salome, som på 1800-tallet slo seg ned på en husmannsplass langt nede i Rugelråen, en canyon ved Røros.

Distriktskontakt Sheila Lien snakket om fornyelse og rekruttering som viktige fokusområder i klubbene. Det er viktig å oppdatere seg på hjemmesidene til Norgesunionen og bruke klubbsidene aktivt. Rekruttering i klubbene må være

et hovedfokus framover, og fadderordning er viktig, både før, under og etter opptak. Det er viktig at alle føler seg komfortable i klubben, og det må skinne igjennom at vi setter pris på mangfold.

Alle klubbene oppsummerte sitt arbeid. Klubbene bidrar lokalt på ulike måter, og bidrar med sin kreativitet for å samle inn penger. Noen lager gele, andre har loppemarked, lodd-salg, lesesirkel, salg av lilla sløyfer og mye mer. Kvinner i tredje verden som bærer vann store deler av dagen, er heller ikke glemt, krisesentre, Tanzania prosjekter og prosjekter rettet direkte mot enkelte personer.

Menneskerettighetene er et viktig tema, og Levangerklubben inviterte til et åpent møte om menneskerettigheter i hverdagen 23. oktober 2014.

Viktig for alle klubber er synliggjøring i lokalsamfunnet. Mange har blitt mer bevisst på å bruke media, men konkurransen om spalteplass er stor. Klubbkontingent og møte-lokaler var også temaer som ble tatt opp. Det er ulik praksis, og det er nyttig å utvekslet ideer og erfaringer. Det ble også luftet om det er mulig å få til noen felles prosjekter. Det er stor vilje til det, men ingen konkrete planer ble lagt.

Hristina Elven snakket om «Fra adept til mentor» og fortalte om sin mentor gjennom årene, den amerikanske Ann. Målet for MENTORPROGRAMMET til Soroptimist Norge er å utvikle relasjoner mellom mentor og adept. Det er en veiledning til arbeidslivet i Norge, og dette er et flott tiltak.

Unni Røed Holden takket for deltakelsen på distriktsmøtet, blåste ut de fire viktige lysene, og så avsluttet vi med en god lunsj i restaurantsalen til Bergstaden Hotell, der også Levanger Soroptimistklubb ønsket oss velkommen til distriktsmøtet i 2015. ■

KVINNEHELSEDAGEN 2014, 4. desember 2014 på Rikshospitalet, Oslo
 Arrangør: Norske Kvinners Sanitetsforening, medlem i FOKUS-familien

Kvinnehelse i et livsløpsperspektiv med fokus på kunnskapshull

Til å belyse temaet hadde sanitetskvinnene invitert kommunelege, farmasøyt, flere professorer/forskere innen legevitenenskap og samfunnsmedisin fra Universitetet i Oslo, Universitet i Bergen og NTNU i Trondheim. Programmet var tett, men vi fikk en interessant innføring i kvinnehelse, fra graviditet/vugge til terminalfase/grav. NKS deler ut stipend til kvinner som skal ta doktorgrad (PH.D) – både for å prioritere høyere utdanning for kvinner, men også for at de skal forske på kvinnerelaterte sykdommer

AV GERD LOUISE MOLVIG, GUVERNØRSUPPLEANT

Fagdagen var lagt opp rundt fire hovedtema: 1. Mental helse, 2. Midt i livet, 3. Kvinner, helse og arbeidsliv og 4. Eldre kvinner. Samtlige innlegg var sentrert rundt kunnskapshull – hvor er kvinner glemt, eller underrepresentert i forskningen?

MENTAL HELSE

Kommunelege Elisabeth Swenson fra Seljord ga oss en frisk start på dagen. Hun var meget kritisk til alle diagnoser som stilles i dagens samfunn og stilte mange spørsmål til den høye prosenten med psykiske lidelser. Bekreftet selv at hun «syndet» fordi NAV betaler kun for ekte diagnoser. Samfunnet vårt lider av «flink pike» - syndromet. En av fire jenter har alvorlige psykiske problemer. 5% av ungdom i alderen 18-29 har en psykiatrisk diagnose, og hver femte student er ensom. Hun mente at mye av frafallet i videregående skole og høyere studier ikke skyldes psykiatri, men at elever/studenter ikke er kognitivt sterke nok. Hun spissformulerte sine svar ved å si at det er normalt at dagen/livet går opp og ned. Kommunelegen var en tydelig forsvarer av bred, normal variasjon.

«Hvordan er det i dag-forskningen» er iflg. Legen skadelig. Det er kun en symptomkartlegging, som gjør at mange bruker antidepressiva i aldersgruppen 15-19 år. Medisinbruken har økt kraftig i 2013-14, og det er store kjønnsforskjeller. Hva fører disse kjemikaliene med seg? Vi husker selv hvor tungt det var å være 16 år. Hun snakket om dagens valg-samfunn – only the sky is the limit. Ikke enkelt, men norsk ungdom kommer bra ut sammenlignet med annen europeisk ungdom, og selvmordstallene går ned. Det er overdiagnostisering og stigmatisering av barn og unge. Kanskje sosial anerkjennelse/manglende anerkjennelse direkte på-

virker helsen og hva man forventer av livet? Det er positivt med åpenhet rundt psykiske lidelser (nevnte Lene Marlin som eksempel), men det har også en slagside. Hvis normen blir å være åpen om sine problem, kan det føre til dobbelt press og «psykiatrisering». Kroppsfiksering versus hjernefokus vektet også forskjellig av kjønnene.

NKS formidler e-helse via Mamma-Mia prosjektet. Dette er et nettbasert program for gravide og nybakte foreldre, som skal forebygge barseldepresjon. Denne type depresjon er kompleks og vanskelig å fange opp. Det ble dokumentert at den virker helsefremmende og er et godt lavterskeltilbud. Tilbudet er gratis, og det gis tilpasset informasjon til hver enkelt som henvender seg. Så langt har man ingen fysiske møter, men man kan ringe og bli henvist til lege.

Professor Hedvig Nordeng, farmasøytisk institutt ved UiO foreleste om kvinners legemiddelbruk med fokus på svangerskap. En av fem er feilmedisinert. Det koster samfunnet 5 mill/år. I Norge finnes et reseptregister som ved hjelp av personnummer gjør at forskjellige registre kan koples mot hverandre og brukes helt ned på individnivå. Gutt-er overgår jenter i medisinbruk frem til 13 års alderen, da øker forbruket skremmende hos jenter. Både antidepressiva og sovemedisiner blir foreskrevet, men det jobbes for lite med årsakene. Når det gjelder angrepiller, p-piller, diabetesmedisin og innsovningsmidler, har vi for lite kunnskap om bivirkninger, også mulige kjønnsforskjeller, men vi vet at dette påvirker kognitiv utvikling, atferd og vekst – som får følger for resten av livet. De fleste gravide bruker relativt mye legemidler i svangerskapet, ca. 40% bruker naturmedisin. Hun påsto at Felleskatalogen beskytter produsenter, ikke pasienter.

Professor Johanne Sunde, avdeling for samfunnsmedisin, UiO mente det var store kunnskapshull om mental helse hos voksne kvinner. Vi vet for lite om depresjoner, angst og andre tilstander i lys av kjønnsperspektivet. Hun startet med å si at flere unge jenter ønsker seg nye pupper til 18 års dagen! Før man kommer midt i livet har noen vært gjennom usikkerhet, negativt kroppsbilde, plastisk kirurgi, rusbruk og spiseforstyrrelser. Mange voksne er opptatt av å spise riktig og er usunt «redde for» innholdet i mange matvarer. Viktig å være perfekt, presset er stort – ikke minst fra realty program på TV. Konflikter oppstår etter skilsmisse både privat og i jobb. Forekomsten er dobbelt så stor hos kvinner som menn. Hun hevdet: Når kvinner får angst, blir de inne, mens deprimerte menn går ut, drikker og slår. Dette er ofte årsak til mange sykmeldinger.

Mange damer har skjulte depresjoner, som gir somatiske lidelser som slapphet, sinne og ensomhet, noe som kan føre til dysfunksjoner. Noen kan bli like irritable som i puberteten, der de sitter i en stol og ser på TV. De har lite livsenergi, sover mye, nedsatt matlyst og den personlige hygiene svekkes.

I 2013 ble det solgt antidepressiva til 400 mill. kroner – kvinner bruker dobbelt så mye som menn. Er dette lært hjelpepølse, spurte hun. Kvinner er altfor strenge mot hverandre, de er redde for ukjente ting, oftere bipolare (maniske og deprimerte). Kan det skyldes østrogenmangel? Her er det store kunnskapshull i forskningen. Eller, avsluttet hun ironisk, er menn premenstruelle hele tiden, mens vi kvinner i det minste har pauser?

MIDT I LIVET

Kardiolog Anne Grete Semb, overlege dr.med. og seniorforsker innledet om kvinnehjertet. Hun bekreftet at hjertekar sykdommer er den største dødsårsaken hos kvinner, ikke kreft. Risikofaktorer er overvekt, høyt blodtrykk, høyt kolesterol, røking og diabetes, men genetikk/arv veier tyngst. Nye risikofaktorer er autoimmune lidelser (som for eksempel leddgikt), som er en typisk kvinnesykdom. Hun snakket om stille infarkter og stille angina og fortalte at kvinner er underrepresentert i hjertestudier. Kvinner får andre symptomer enn menn, og nevnte tung pust, kvalme, slitenhet, skulder-



smerter og dårlig appetitt. Kvinner tror ikke de rammes, og kommer senere til behandling. Diagnosen er vanskeligere å stille. Statistisk får kvinner hjerteinfarkt 10 år senere enn menn, men det trengs langt mer forskning på kvinnehjerner.

Dermatolog Anne-Lise Helgesen (hudlege på Rikshospitalet) fra Nasjonalkompetansetjeneste for kvinnehelse ga en tankevekkende innføring i Genital Lichen Planus. Via bilder viste hun kroniske lidelser i vulva/skjeden i ytre del av underlivet. Det er kun to vulvaklinikker i Norge, og ventetiden kan være tre år. Hovedgruppen er kvinner mellom 20-25 år og i overgangsalderen. Kvinnene har grusomme smerter pga blødning, åpne sår, brenning og sammenvoksinger som ofte skyldes psoriasis og soppinfeksjoner. For mange blir det en kronisk lidelse som varer livet ut hvis man ikke får riktig behandling, ofte kirurgi fremfor kortisonkrem.

Det er gjort et enestående funn i Norge med en ny type krem som kun brukes på ødelagte celler – en fotodynamisk terapi som forhåpentlig kan spres ut i verden. Det vil bety et nytt liv for mange kvinner. Et dystert tema som hun avsluttet med Kvinner har sex når de føler seg bra! Menn har sex for å føle seg bra!

KVINNER, HELSE OG ARBEIDSLIV

Førsteamanuensis/lege Berit Rostad og postdoktor Alvilde Dhainaut, begge fra Institutt for samfunnsmedisin, NTNU, ga en god innføring i sosiale ulikheter i helse, kroniske sykdommer, betydning av arbeidslivet.

Hvis man lykkes i arbeidslivet, lykkes man også med partner og barn (får ofte flere barn). Det er sunt å arbeide/ få egne penger og tilhøre et sosialt fellesskap. Det gir høyere sosial status og anerkjennelse. Gjennom statistikk fikk vi vist at akademiske yrker ligger øverst mht levealder (med kvinnelige lektorer/adjunkter på topp og renholdere og serviceyrker nederst). Å være i arbeid og hva man gjør påvirker levealder. Selvpålevd helse er avhengig av yrke. Valg i ung alder betyr noe for helsen i høy alder. Utdanning er helt tydelig en positiv variabel.

Men hvorfor er kvinner oftere borte fra arbeidet? Vi fikk presentert noen hypoteser/arbeidsrelaterte utfordringer som kan påvirke fraværet: arbeidsmiljø, dobbeltarbeid, mindre selvstendig arbeid, høyere fravær ved lavere lønn, arbeidsmoral, «flink pike» (prestere overalt), kronisk stress, vold (5% av kvinners uhelse skyldes vold), kjønnsdelt arbeid – helsefagarbeidere, serviceyrker, barnehage, SFO og renholdere er typiske kvinneyrker. Vanlige sykdommer hos menn er kreft, kols og hørselsnedsettelse (støy), hos kvinner dominerer hudsykdommer og problemer med åndedrettet.

Arbeidsrelatert sykdom har endret seg fra kjemisk og fysisk helseisiko til ergonomiske og psykososiale forhold, og fast arbeid er det mest betydningsfulle for voksne folks helse. Kvinner jobber ofte deltid, er midlertidig ansatt, har muskel- og skjelettplager og en økende tendens til psykiske plager.

Hoftebrudd hos eldre kvinner har store konsekvenser for individ og samfunn. En kvinne brenner hoften hver time! Mortaliteten er høy. Kvinner har også flere underarmsbrudd. Osteoporose er en typisk kvinnesykdom, som koster 2 mill. pr. år. Danmark, Norge og Sverige er på topp på verdensplan. Brudd øker etter fylte 50 år, og sjansen for brudd nr. to øker med alder. Man kan, men måler ikke osteoporose etter brudd. Tiltak finnes, men man blir ikke spurt av helsepersonell. Både fastleger og sykehusansatte må informere bedre.

ELDRE KVINNER

Professor Bettina Husebø, førsteamanuensis/anestesilege ved Senter for alders- og sykehjemsmedisin, UiB gikk gjennom kunnskapshullene i eldre kvinners helse. Hun var svært opptatt av sykehjemsmedisin, selv om hun bekreftet at 90 % av dem som er over 80 år, bor hjemme. Hun ga tankevekkende informasjon fra sin forskning. Ca. 70.000 personer lever med demens i dag, men tallet vil dobles. Flere på sykehjem har i gjennomsnitt syv diagnoser som de medisineres for. Hun påpekte etiske utfordringer som ligger i å gi trygghet ved livets slutt. Viktig med smertelindring, men mange blir overmedisinert.

Mer enn 50 % av de demente får antidepressiva, som ikke virker på demens. Medisiner benyttes fremfor aktivitet. Norske kvinner ligger på topp når det gjelder å kombinere arbeid med antall barn, men de har en langt større omsorgsbyrde. Familie med døtre får mindre bistand fra det offentlige. Omsorg for døende er en kvinnesak. Man vet at de fleste ønsker å dø hjemme, men det offentlige har ennå ikke tilrettelagt for dette. Det gjennomføres nå et forskningsprosjekt om hjemmedød i Norge.

Kvinnehelsedagen i regi av Sanitetskvinnene er viktig folkeopplysning. Den åpner øynene for kvinnehelse i et livsløpsperspektiv, men dokumenterer at kvinneverrelaterte sykdommer er underrepresentert i helseforskningen. Med sin økonomiske støtte til kvinnelige forskere bidrar Norske Kvinners Sanitetsforening direkte med å tette kunnskapshull, samtidig som de utfordrer både rikspolitikere og næringsliv til å være aktive medspillere. ■

Likestilling som premiss i norsk familiepolitikk

Likestilling er et vidt og vagt begrep hvis innhold har variert over tid. I norsk sammenheng er likestilling mellom menn og kvinner i offentlig debatt i dag så å si utelukkende definert som likhet mellom kjønnene. Hvor langt likestillingen er kommet, måles ved å sammenligne en rekke tall som ideelt burde være tilnærmet like. AV KARI WÆRNES, PROFESSOR EMERITA, UNIVERSITETET I BERGEN



Kari Wærness, født 1939 er professor i sosiologi ved Universitetet i Bergen.

I sin forskning har Wærness særlig beskjeftiget seg med studier av familien, omsorgsspørsmål og aldring, kvinnesosiologi og sosialpolitikk. Hun har vært leder for flere store forsknings-

prosjekter innen denne tematikken, både i Norge og utenlands. Fra 1989 til 1994 ledet Wærness Forskningsrådets programutvalg for kvinnestudier i samfunnsvitenskapene og fra 1999 til 2005 var hun forskningsleder for Senter for kvinne- og kjønnsforskning ved Universitetet i Bergen.

I familiepolitikken handler det i dag spesielt om tall som prosent yrkesaktive menn og kvinner på heltid eller deltid, tid brukt til husarbeid og omsorg for barn, antall uker i foreldrepermisjon og fordelingen av barneomsorg etter skilsmisse. Når disse tallene ikke er tilnærmet like, blir de definert som samfunnsproblemer som ikke bare må forklares, men helst på en slik måte at forklaringene kan vise til tiltak som kan endre situasjonen i retning av større likhet. I det følgende vil jeg først beskrive fremveksten av denne norske modellen for likestilling i familiepolitikken og deretter argumentere for at likestilling som premiss nå bør styrkes på andre politikkområder og særlig på arbeidslivsområdet. I familiepolitikken bør en nå heller rette mer oppmerksomhet mot betydningen av de kjønnsulikhetene som er knyttet til vår biologiske reproduksjon, og der mor og far ikke kan vurderes ut fra et premiss om likhet.

I de første tiårene etter 1945 ble Norge mer av et "husmorland" enn de andre land i Norden og mer enn det hadde vært tidligere. Dette var et resultat av en velferdspolitik

som førte til at stadig flere fikk råd til å gifte seg og få barn i yngre alder, og familien kunne leve bra på en mannlig forsørgers inntekt. Antallet hushjelper, som før krigen utgjorde den største yrkesgruppen blant kvinnene, minsket ganske raskt, og det samme gjorde andelen ugifte kvinner som forsørget seg gjennom «husarbeid i foreldres eller andre slektningers hjem», som det heter i tabellene fra Statistisk Sentralbyrås folketellinger. I stedet ble langt flere i stadig yngre alder husmor på heltid i egne hjem. Denne utviklingen varte frem til på slutten av 1960-tallet. Da fikk vi en utdanningseksplasjon også for kvinnene, den nye kvinnebevegelsen vokste frem i vårt land som i resten av den vestlige verden, og frigjøringen fra husmorrollen ble raskt et av de mest sentrale temaer i kvinnekampen.

Likestilling ble på syttitallet også et viktig premiss for utviklingen av en ny og moderne familiepolitikk. Den tidligere familiepolitikken hadde begrenset seg til å sikre at barnefamilie og spesielt barna fikk sin del av den økonomiske velstandsutviklingen. De nye politiske virkemidlene besto i å tilrettelegge arbeidslivet for arbeidstakere med foreldreforpliktelser og å bygge ut offentlig subsidiert barnetilsyn med god kvalitet. Dette fantes så å si ikke rundt 1970. Betalt fødselspermisjon og gode offentlige barnehager krevde store økonomiske ressurser og var derfor reformer som det tok tiår å bygge ut i det omfang som ideologien tilsa. Småbarnsmødre gikk ut i arbeidslivet før det fantes tilstrekkelig med barnehageplasser, og deltidsarbeid og uformelle og «svarte» barnetilsynsordninger i form av dagmammaer ble løsningen for de aller fleste gjennom et par tiår. Og mangel på barnehageplasser i flere tiår gjorde at kontantstøtten som i dag er nærmest forhatt av store grupper i befolkningen, ble innført.

Spørsmålet om fedres økte deltakelse i barneomsorgen var med i diskusjonen av den nye familiepolitikken helt fra starten av. Allerede i 1964 hadde Arbeiderpartiet tatt avstand fra forsørger-husmorfamilien og gått inn for to-forsørgermodellen der mor og far både skulle være yrkesaktive og dele omsorgen for familien. På 1970-tallet ble det hevdet at

«dobbeltarbeidsfamilien» som sosiologen Erik Grønseth kalte den, ikke var en egnet familiemodell, og at forutsetningen for en likestilt familie var at begge foreldre kunne jobbe deltid. Grønseth fikk da også ved hjelp av den daværende organisasjonen Norsk Familieråd realisert et forsøk med ektefelledelt arbeidstid som ble finansiert med penger fra staten. Gjennom syttitallet kom også flere forslag om redusert arbeidstid, blant annet forslaget om 6 timersdagen, som grunnlag for å fremme den likestilte to-forsørger familien. Men disse forslagene som jo krever større endringer i arbeidslivet, ble ikke realisert. Og etter hvert blir det bare gjennom familiepolitiske tiltak at likestilling mellom foreldre skal realiseres ved at begge foreldre jobber heltid, den betalte foreldrepermisjonen kan dekke barneomsorgen det første året, offentlig subsidierte barnehager skal tilbys alle barn fra 1-års alderen til skolestart og skolefritidsordninger i barnas første skoleår.

På begynnelsen av 1980 tallet hadde fedre fått rett til 2 ukers ulønnet permisjon ved fødsel og rett til å ta ut deler av den lønnete fødselspermisjonen som da var blitt utvidet, og som mødrene måtte ha tjent opp rettigheter til. Dessuten hadde foreldre fått like rettigheter til fravær ved barns sykdom, og fra 1977 hadde både mødre og fedre rett til ett års ulønnet permisjon ved fødsel, en rett som den internasjonale arbeiderorganisasjonen ILO hadde tatt initiativet til. Fra 1980-tallet og frem til nylig ble den lønnete fødselspermisjonen gradvis utvidet, og i 1993 fikk vi som det første land i verden en fedrekvote som frem til i år har vært obligatorisk og utvidet i takt med utvidelsen av permisjonen totalt. Den obligatoriske fedrekvoten, en romslig foreldrepermisjon og en styrking av fedres rett til deling av barneomsorg etter skilsmisse, har blitt synlige resultater av en sosialdemokratisk familiepolitikk, der fullstendig likedeling mellom mor og far både når det gjelder lønnsarbeid og barneomsorg, er ideallet.

En fascinerende endring i språkbruk og ignorering av biologiske forskjeller har fulgt denne endringsprosessen når det gjelder likestilling og familiepolitikk. Fra 1980 tallet har det ikke vært uvanlig å høre menn beskrive en familiesituasjon som da «vi var gravide» og i offentlige utredninger erstattes ordene «mor» og «far» med «foreldre» eller «forelder», og «svangerskapspermisjon» ble først til «fødselspermisjon» og så til «foreldrepermisjon». «Husmor» er fjernet fra statistikken, og mødre som ikke har lønnsarbeid er «hjemmeværende», også de som er hjemme i foreldrepermisjon. (Hva om vi betegnet dem som hjemmearbeidende?)

Hvordan mestrer vi så gapet mellom idealer og realiteter når det gjelder det faktum at bare et mindretall av velutdannede par greier å leve opp til likedelingsidealet? Det hjelper selv-sagt at andelen mødre som jobber heltid øker, at mestepar-

ten av fedrene tar ut fedrekvoten, (men sjelden noe mer), og at tidsnyttingsstudier viser at menn i det siste tiåret har økt sin arbeidsinnsats i hjemmet. Dette viser at utviklingen går i likestilt retning. Men statistikken viser også at få familier oppnår mer enn «likestilling light», særlig når det gjelder inntekt, selv når kvinner jobber heltid. Det står altså mye igjen om likedelingsmodellen skal være den eneste som gjelder for dagens norske barnefamilier. Og lønnsforskjellene mellom menn og kvinner kan vi ikke endre gjennom familiepolitikk. På dette området må det satses på sterkere likestilling innen arbeidslivspolitikken. Det er kanskje ikke så enkelt. Skal vi få mer likestilling når det gjelder lønn, ser vi snart at vi må operere med to begreper om likestilling: Lik lønn for kvinner og menn i likt arbeid er en ting, men større likhet mellom lønn i tradisjonelle kvinneyrker i forhold til tradisjonelle mannsyrker er noe annet. Det siste angår flere kvinner og krever at vi drøfter likestilling ut fra kriterier om likeverd.

Selv om familiepolitikkenes satsing på likhet mellom kjønnene nok stort sett har vært til fordel for norske kvinner, har likevel ignoreringen av de biologiske forskjeller hatt noen negative konsekvenser. Blant annet synes det nå nærmest å ha blitt umulig å få større aksept for andre forklaringer på kvinners høyere sykefravær enn å skylde på kvinners holdninger. Helseproblemer i graviditeten og etter fødsel får ingen spesiell plass i forskningen. «Graviditet er jo ingen sykdom», er en almen utbredt oppfatning, og når det viser seg at 8 av 10 kvinner er sykmeldt minst en gang i graviditeten, blir det av mange nærmest definert som et «holdningsproblem». Vekten på likestilling har antagelig også vært en medvirkende årsak til at vi har fått mindre sjenerøse hjelpeordninger for de som blir enslige mødre fra barnet blir født eller i tidlig spedbarnsalder.

Nyere forskning har vist at det også finnes viktige biologiske forskjeller mellom kjønnene som har betydning for sykdom og helse generelt, og at kvinners biologi er langt mindre utforsket enn menns. «Kvinner lider - menn dør? Helseproblemer i et kjønnsperspektiv» er tittelen på en bok fra 2007 redigert av professorene i medisin Berit Schei og Leiv S. Bakkevig. De gir mange gode argumenter for at når det gjelder området helse, bør likestilling mellom menn og kvinner ikke defineres som likhet, men som likeverd. I familiepolitikken bør vi i dag vurdere kritisk om utformingen av fødselspolitikken har gått for langt i å legge vekt på likhet. For den videre utvikling av norsk likestillingspolitikk bør vi først og fremst rette oppmerksomheten mot arbeidslivet, både ut fra likestilling definert som likhet, men enda mer ut fra likestilling definert som likeverd. ■

Bergen Soroptimistklubbs Prosjekt Hope Through Education

Vi i Bergen Soroptimistklubb har et viktig og spennende Prosjekt: Hope Through Education (HTE) i Sør-Sudan. HTE sponser skolegang for fire jenter fra barnehage t.o.m. ungdomsskolenivå. Dette er jenter som ellers ikke ville hatt mulighet til skolegang. AV ESTHER IRGENS OG SIRI NYGÅRD-TORKEHAGEN (EDIT)

Vi er så heldig å ha Dora Poni Loro fra Sør-Sudan i klubben vår. Dora har arbeidet i 7 år med sosialfag i Norge, og har to bachelorgrader; en i molekylær biologi og en i sosialfag. I 2010 ble hun utnevnt til "Årets kvinne i fokus".

Hennes søster Emma Juan Loro bor i hovedstaden Juba, sør i landet. Emma er koordinator for prosjektet som innebærer at jentene får dekket skolepenger, reise til skolen, skoleuniform, bøker og mat og tett oppfølging. Hver skoleplass koster ca. 795 \$ i året.

Pengene er samlet inn av klubben vår på dugnad. I november 2014 hadde vi et fenomenalt kjolesalg en lørdag ettermiddag i Kirkens Bymisjon sine lokaler her i Bergen. Kjolene som ble samlet inn var donasjoner fra medlemmer, venner og bekjente, men også helt fremmede kvinner. Responsen var enda bedre enn i fjor, og vi fikk inn over 33700 kr! Pengene vil bli fordelt mellom kirkens bymisjon (kr 5000 for leie av lokalet), Norske Soroptimisters Utdanningsfond og Hope Through Education.



SARAH FELIX 5år, går i førskolen
Yngst av fire søstre.
Begge foreldrene er analfabeter, men har
håp om at Sarah får en bedre fremtid.



NANCY SEBIT 9 år, 4.klasse
Den første til å motta skolestipend!
Hun elsker skolen sin.



Klubben har ellers fått inn kr 17000 i donasjoner eller som «gaver» ved åremålsdager. Tidligere har vi hatt dugnad ved å jobbe på kjøkken i anledning en doktormiddag. To-tre av våre medlemmer organiserte, serverte, og ryddet catering-maten en kveldsstund i anledning feiringen og mottok en pen sum til prosjektet. Dugnad er tingen!

Møte med Dora og Emmas mor

Like før jul var Dora og Emma sin mor på besøk i Norge. Jeg var så heldig å bli invitert sammen med dem og vår president Tone Lønning til klubbmedlem Turid Giertsen. Doras mor fortalte at de har fått i stand en styringsgruppe for prosjektet i Juba, som sammen med Emma tar seg av utvelgelsen av kandidater til prosjektet. Fra før er det Nancy 9 år, Winny 22 år, Sandra 9 år og Sarah 5 år som får støtte. Dette skoleåret, som startet etter nyttår, vil HTE bli utvidet med to plasser, slik at i alt seks jenter vil få sponset skolegang. Dette ble mulig etter suksessen kjølesalget i 2013 hadde, og gjennom donasjonene fra medlemmene. Vi gleder oss stort over dette. Kjølesalgsuksessen i 2014 trykker disse plassene ytterligere.

Sør-Sudan, jenter og utdanning

Sør-Sudan ble selvstendig etter mer enn 20 års borgerkrig og har fremdeles store etniske konflikter. Ca 78% av befolk-

ningen er analfabeter og bare 16 % av kvinnene kan lese og skrive (UNDP 2014). Stadige krigshandlinger gjør at landet blir satt tilbake utviklingsmessig når det gjelder utdanning, infrastruktur og det er stor matmangel for tiden. Norad viser til flyktninger som det er ca 2 millioner av og at en Koler-epidemi er under utvikling.

Kan vi hjelpe noen få jenter til utdanning, vil det kunne bety konkret hjelp og utvikling som kan gi store ringvirkninger. Det er jo dette vi har tro på, vi Soroptimister!

Børge Brende lover 372 millioner i nødhjelp fra Norge, og de store landene USA og Storbritannia bidrar med 3.6 milliarder. Dette er store penger og nødvendige penger. Vårt prosjekt er lite, men går rett inn i hverdagen til 4 familier i Sør-Sudan og gir håp om et bedre liv for de familiene, og også for landet.

Derfor vil Bergen Soroptimistklubb invitere alle soroptimistklubber til å være med på prosjektet, slik at enda flere jenter i Sør-Sudan kan få utdanning!

«When you educate a girl and empower the woman she becomes, you educate and empower the whole family». ■

Referat fra julemøte i Sandefjord

Sandefjord soroptimistklubb hadde en flott juleavslutning på Magasinet Cafe mandag 1. desember.

AV TOVE KIÆR

I den anledning hadde vi anmodet alle om å ha på seg noe oransje for å sette fokus på og markere FNs 16 dagers aksjon mot vold mot kvinner. På en vandring i byen fant jeg også noen av statuene i byen pyntet med oransje skjerf, og vi fikk inn pressemeldingen i Sandefjords Blad. Ellers hadde vi besøk av vår nye distriktskontakt Torunn Natvik Hoen. Vi tok også opp et nytt medlem. Velkommen til Mette Rishovd. Vi fikk tatt i bruk våre nye «årer» og solgte lodd for ca kr 3500,-.

Sandefjords klubben feirer 60 års jubileum 17. oktober 2015, og i 2016 ønsker vi velkommen til R&L møte. Vi går spennende tider i møte. Vi ønsker alle Soroptimister et feiende flott 2015. ■



President Evy Kruse, nytt medlem Mette Rishovd og fadder Kari Numme.

Fokus på FNs 16-dagers kampanje om vold mot kvinner

I september fikk soroptimistklubbene en invitasjon fra Fokus via Unionsstyret, der de tilbød finansiering hvis noen av klubbene ville lage et arrangement for å markere den internasjonale 16-dagers kampanjen i tidsrommet 25.11 til 10.12.2014. De sa at medlemsorganisasjoner som søkte sammen ville bli prioritert.

AV SISSEL HAGERUP HEGGDAL, MOLDE SOROPTIMISTKLUBB

Molde Soroptimistklubb tok kontakt med Molde sanitetsforening og sammen søkte de om støtte til å arrangere et møte der Moldes friby-forfatter Nada Yousif fra Irak ville fortelle oss hvordan det er å leve et liv i krig og konflikt. Vi fikk 22 000,- kroner i støtte.

For å gjøre det lettere for Nada og for publikum spurte vi Psykiater Heidi Bjørnerem om hun kunne tenke seg å være Nadas samtalepartner på scenen.

1. desember inviterte vi til møte i kulturhuset Plassen og over 100 kom. President i Moldeklubben Tove Hauge ønsket velkommen og fortalte kort om Den internasjonale 16-dagerskampanjen for å eliminere vold mot kvinner. Vi startet med å vise filmsnutten "Menn er menn" som også ble vist på NRK i perioden.

Heidi brukte filmen til å si litt om vold mot kvinner i vesten og som en overgang til Irak og presentasjon av Nada. I samtalen mellom Nada og Heidi fikk vi først en kort skisse av Iraks nyere historie.

Nada fortalte videre om sin oppvekst i Mosul og kvinnenes stilling, slik hun husker det? I hjemlandet jobbet Nada som forfatter og journalist og i 2007 måtte hun flykte. Videre fikk vi vite hvordan hennes nærmeste familie har det nå, om hun har mulighet til å møte sine foreldre og når hun sist hilste på dem.



Om vold mot kvinner

TID:
Mandag 1. des. kl 20.00

STED:
Kafé Kurt, Plassen

Gratis adgang

Fribyforfatter Nada Yousif i samtale med psykiater Heidi Bjørnerem om hvordan det er å leve et liv i krig og konflikt. Programmet blir arrangert i sammenheng med den internasjonale 16 dagers kampanjen mot vold mot kvinner. Musikalske innslag ved Lærtingan.



For å illustrere hvordan situasjonen for kvinner i hjembyen hennes er nå, hadde Nada fått tilsendt en autentisk film som viste steining av en ung jente som familien mente hadde vært utro. Her var jentas far en av de ivrigste for at hun skulle straffes selv om det ikke var bevis for utroskap. Nada mente at familievolden er den største hindring for et bedre liv for Iraks kvinner som gruppe. Det finnes enkelte miljø der dette kvinnesynet ikke er representativt, men de er få.

Vi fikk også innblikk i den organiserte motstand mot ISIL. En kan jo bli overveldet av håpløshet i en slik situasjon. På spørsmål om hva hun selv gjør for å hjelpe, svarte Nada at hun er klar over at den hjelpen hun gir ved å sende penger og samle inn klær, ikke hjelper så mange, men vissheten om at noen får hjelp er bedre enn ingenting.

Både Nada og Heidi ønsket å gi sine honorar til "saken" og begge foreningene som arrangerte møtet ble enige om å gi 2.500 kroner hver til samme formål.

13.000 kroner ble sendt via Leger uten grenser til et prosjekt de har i de området Nada kommer fra. ■

Stjørdal Soroptimistklubb med fokus på soroptimistdagen 10. desember

Stjørdal soroptimistklubb markerte i år (2014) den internasjonale soroptimistdagen litt på forhånd.

AV AUD LYNGSTAD, VISEPRESIDENT I STJØRDAL SOROPTIMISTKLUBB

1. søndag i advent deltok vi på «Jul på museet», et godt besøkt arrangement i regi av Stjørdal museum Værnes. Vi solgte julebakst, diverse chutneyer, kranser og ingefærøl, og inntektene av salget gikk til prosjektet «See solar, cook solar», temaet for årets internasjonale soroptimistdag. Samtidig benyttet vi anledningen til å informere de besøkende om klubben vår og hva vi står for.

Produktene vi solgte er laget på dugnad. De felles forberedelsene gir oss en ekstrabonus ved at de bidrar til økt trivselsfaktor i klubben, samtidig som det er inspirerende å gjøre noe for et godt prosjekt som «See solar, cook solar».

Samtidig har vi også laget en pressemelding om den internasjonale soroptimistdagen og temaet for dagen. Dette vil komme på trykk i ei lokalavis 10. desember. ■



FAKSIMILE FRA FREDRIKSSTAD BLAD 24. NOVEMBER 2014



ORANSJE MOT VOLD: Fra venstre Marit Aasbrenn, Unni Meum, Rita Walter, Brit Ulfeng og Mari Josefine Holme (på armen Dali Myrntinen). FOTO: GEIR A. CARLSSON

Slik skal vold mot kvinner markeres fremover

Kler seg i oransje

«Vis avsky ved å kle deg i oransje» - i femten dager vil du se kvinner ta avstand mot vold.

ANDRÉ LIA
andre.lia@f-b.no 995 43 289
Twitter: @AndriLia1

Vi markerer den internasjonale dagen for avskaffelse av vold mot kvinner. Oppfordringen er derfor å kle seg i oransje fra 25. november til 10. desember. Det kan være oransje skjerf og lignende, forteller president i Fredrikstad soroptimistforening, Unni Meum. Lokalklubben teller 52 kvin-

ner og de kjemper mot vold mot kvinner, både lokalt, nasjonalt og internasjonalt. - Vi har klubbmøter én gang i måneden og har da yrkesforedrag om ulike relevante tema, forteller Meum.

Rammer mange

Fredrikstadklubbens hovedprosjekt er Chivi Foundation, et skoleprosjekt i Zimbabwe.

-Utdanning er veien til selvstendighet og et godt liv. I samarbeid med Fredrikstad bibliotek er vi dessuten med på et prosjekt for innvandrerkvinner, hvor vi jobber med forståelsen for det norske samfunn, sier Meum.

Anmeldelser på vold i nære relasjoner øker i Norge ogaju av ti kvinner i verden vil i lønet

Utdanning er veien til selvstendighet og et godt liv.

UNNI MEUM,
president i Fredrikstad
soroptimistklubb

av livet oppleve vold rettet mot dem.

- Vold og mishandling i familien må regnes som et alvorlig samfunnsproblem som både politikere, frivillige organisasjoner og den enkelte bør engasjere seg i, avslutter Meum.

• SOROPTIMIST

- ▶ Soroptimist International er en ideell, religionsnøytral og partipolitisk nøytral organisasjon. Ordet betyr «beste søster».
- ▶ Hovedmålet er å bedre kvinner og jenters liv og status gjennom utdanning, myndiggjøring og ved å tilrettelegge for læring.
- ▶ I dag er det cirka 80.000 soroptimister i 130 land. Soroptimist International (SI) er verdens største sammenslutning for yrkeskvinner.
- ▶ Fredrikstad soroptimistklubb teller 52 kvinner og har 60-årsjubileum i år.
- ▶ Norgesunionen av soroptimistklubber feirer 75-års jubileum i år.

FAKSIMILE FRA FREDRIKSSTAD BLAD 24. NOVEMBER 2014



ANBEFALT FARGE: Soroptimistene har sin egen måte å markere sitt syn på. **FOTO: COLOURBOX**

Vis avsky i oransje

Unni Meum

President i Fredrikstad soroptimistklubb

Vold mot kvinner er et globalt problem. Vis avsky ved å kle deg i oransje.

Soroptimistene markerer den internasjonale dagen for avskaffelse av vold mot kvinner 25. november. Oppfordringen er derfor å kle seg i oransje i tidsrommet 25. november til 10. desember.

Soroptimistene arbeider i prosjekter der utdanning og myndiggjøring av kvinner og jenter er sentralt. Rett til utdanning og fritak fra vold er vesentlig i dette.

- Sju av ti kvinner i verden vil i løpet av livet oppleve vold rettet mot dem.
- Over 600 millioner kvinner bor i land der vold i hjemmet ikke er forbudt.
- Hvert år blir mellom 500.000 og 2.000.000 kvinner ofre for menneskehandel.
- Opptil 50 prosent av alle seksuelle overgrep skjer mot jenter under 16 år.

Vold mot kvinner finner sted i alle kulturer og samfunn og foregår både i fattige land og i rike industriland. Volden rammer kvinner uavhengig av etnisitet, sosial bakgrunn eller status og kan være både fysisk og psykisk. Kidnapping, barneekteskap, menneskehandel og omskjæring blir i denne sammenheng definert som vold.

Voldtekt er en utbredt form for vold mot kvinner og brukes blant annet som et bevisst våpen i krig. I Norge skjer de fleste voldtektene i nære relasjoner, men også her til lands

har vi opplevd en økning i antall overfallsvoldtekt, spesielt i Oslo.

Antall anmeldelser om vold i nære relasjoner, det vil si vold i familien, øker her til lands. Hver dag anmeldes i snitt 12 saker. De første åtte månedene i 2014 kom det inn 3163 anmeldelser, en økning på 10,6 prosent, sammenlignet med de første åtte månedene året før. Men dette er bare den volden som blir anmeldt. Sannsynligvis dreier det seg om langt flere tilfeller. Vold og mishandling i familien må derfor regnes som et alvorlig samfunnsproblem som både politikerne, frivillige organisasjoner og den enkelte bør engasjere seg i.

Fredrikstad soroptimistklubb har 60-årsjubileum i år. Ordet soroptimist betyr «beste søster». I 60 år har kvinner i Fredrikstad-klubben jobbet for kvinners rett til utdanning og arbeid. Klubben vår består av 52 yrkeskvinner, og ellers i Norge er det 67 klubber med til sammen i underkant av to tusen medlemmer.

Fredrikstadklubbens hovedprosjekt er Chivi Foundation, et skoleprosjekt i Zimbabwe. Utdanning er veien til selvstendighet, uavhengighet og et godt liv. I samarbeid med Fredrikstad bibliotek er vi dessuten med på et prosjekt for innvandrerkvinner. Alle må kunne snakke og lese norsk. Fokus settes på å snakke sammen og å øke forståelsen for det norske samfunnet.

Innlegget er forkortet.

Red.

Prosjektrapport

Strand Soroptimistklubb har hatt opplæring av alle medlemmer på de nye nettsidene.

AV PRESIDENT RIGMOR HÜFFMANN, STRANDA SOROPTIMISTKLUBB

Vi hadde et ønske om at alle medlemmene skulle få samme informasjon angående overgang til de nye nettsidene for Soroptimistklubbene.

Da vår klubb var på Bryne og fikk ypperlig innføring i de nye nettsidene av vår utmerkede Soroptimistsøster Britt Nordgren, innså vi fort at dette ville vi gjennomføre raskt og også ha alle medlemmer med på samme nivå.

Vi hadde tre kvelder privat hos et medlem og alle skrev seg på den kvelden som passet best. Alle hadde med seg iPader eller Laptop og først hadde vi en liten presentasjon av opplegget vi hadde forberedt.

Unn Baadstrand Skare hadde laget noen spørsmål/oppgaver som skulle besvares etter at hun holdt en god innføring

både om alle linker som er tilgjengelige og om hvordan de nye sidene vil fungere.

Vi merket allerede etter første kveld at dette var meget matnyttig info for alle. Og tilbakemeldingene var gode.

Fra 1. januar 2015 la vi ut årsprogrammet vårt KUN på de nye hjemmesidene. Nå må hvert medlem selv skrive ut sitt program hvis man ønsker å ha det lett tilgjengelig.

På grunn av at vi nå har gjennomført dette konsekvent, og også referatene nå bare er tilgjengelige på de nye hjemmesidene, så hører vi allerede nå at alle bruker hjemmesidene, noe som ikke var tilfelle for alle før. ■



Vi minnes Laila Kismul



En vever kvinne, men et stort menneske, er gått bort. 5. november døde Laila Kismul.

Laila var soroptimist av hele sitt hjerte og en fin ambassadør for Soroptimist International.

I 40 år var hun ansatt i administrasjonen i Bergen Filharmoniske Orkester, i 22 av dem som institusjonens leder. I hennes tid som direktør gjennomgikk orkesteret en

rivende utvikling, og hun var svært engasjert i arbeidet med å bedre musikernes lønns- og arbeidsforhold. Hun deltok som medlem av en rekke råd og utvalg innen Kultur-Norge blant annet Festspillene i Bergen i en vanskelig tid da institusjonen trengte dyktige folk til å få skuten på rett kjølgjen.

Laila ble medlem av Bergen Soroptimistklubb i 1978. Hun har vært et trofast medlem av klubben. I årene som travel direktør for Harmonien fant hun, utrolig nok, også tid til å delta aktivt i klubbens arbeid. Tror ikke det var mange møter, hvor Laila ikke var til stede.

Dessuten har hun sittet i styret, og ikke minst vært til stor hjelp i komité arbeid – senest i 2007 og 2008 hvor klubben arrangerte støttekonserter i Logen til inntekt for våre prosjekter. Disse konsertene hadde ikke fått den kvaliteten uten hennes gode kontakter til utøvende musikere. Hun

var mild, men samtidig fast og hadde et godt forhold til dem som samarbeidet med.

Hun var en svært representativ soroptimistsøster og stod for de verdier vi verner om. Etter at Laila ble pensjonist fikk hun Parkinson og var også aktiv i Parkinsonforeningen i Bergen. Hun holdt et innlegg i klubben vår, om det å få besøk av "Mr. Parkinson", som gjorde inntrykk på mange av oss. Der kom Laila med disse ord: "Livet har lært meg å være tålmodig. Tenke meg om før jeg handler. Å tilgi. Å legge ting bak meg."

Profesjonell yrkesaktiv og samtidig varm og interessert i alle kvinners muligheter og rettigheter. Hun har betydd enormt mye for klubben vår, både innad og utad.

En av grunnsteinene blir borte med Laila. Våre tanker går til alle hennes nærmeste og venner både i klubben og i hennes nettverk utenfor.

La oss være oppriktige i vennskap og vise evne til fred og forståelse. La oss være villige til å hjelpe og tjene. La oss alltid sette oss høye mål, og utføre vårt arbeide med verdighet og under ansvar.

Med disse ordene vil vi bære de gode minnene om Laila med oss og lyse fred over hennes minne.

På vegne av Bergen Soroptimistklubb, Lone Gjelvik

Vi minnes Astrid Sydsæther



Det var med stor sorg Ålesund Soroptimistklubb mottok meldingen om et av våre chartermedlemmer, Astrid Sydsæther, var gått bort. Hun døde 10. november 2014 etter å ha kjempet mot kreft i over et år. Når hun var i form deltok hun på møtene våre, siste gang var i september 2014.

Da var hun blid og smilende og vi

håpet jo alle at nå gikk det bedre med henne. Hun var alltid optimistisk og klaget ikke.

Astrid ble født i 1941 og var utdannet gartner og blomsterdekoratør med Mesterbrev. Blomster var hennes store

interesse og hun overtok familiebedriften Viddals gartneri sammen med sin mann Helge Sydsæther i 1976.

Hun var med helt fra klubbens start i mars 1983 og hadde flere tillitsverv i styret i løpet av disse årene.

Hun var en ekte soroptimist, hun sa aldri nei til å stille opp når det var oppgaver som skulle løses, spesielt bidro hun med vakre blomsterdekorasjoner ved forskjellige klubbarrangement.

Hun hadde flere ganger innlegg på møtene der hun ga oss gode råd om stell av blomster, potteplanter og hage. Vi kommer til å savne henne i klubben og lyser fred over hennes minne.

Ålesund Soroptimistklubb v/ Helene Birkeland

Vi minnes Anne-Mette Flypholm



Anne Mette var et høyt respektert og verdsatt medlem i Halden Soroptimistklubb i de 35 år klubben har eksistert. Utad var hun en god ambassadør for klubben. Hun satte de verdiene soroptimistbevegelsen står for høyt og satte de som rettesnor for hvordan hun levde både som yrkesutøver og menneske. Hun var president i vår klubb i to perioder.

Hun har betydd mye for miljøet i klubben og gav av seg selv mere enn en kan forvente. Hun hadde omtanke for mange og var med i klubbens «vennegruppe». Det hendte på årsmøter at nye medlemmer spurte hva skulle vi med den. – Og det var nettopp det som var vitsen. Venne gruppen virket i det stille. Den så når noen trengte en liten oppmuntring eller en klapp på skulderen. Det å kunne se enkeltmennesket var Anne- Mettes styrke. Selv på sitt sykeleie tenkte hun på andre. Som en av oss sa da hun forlot sykerommet: Det er så underlig, jeg føler meg beriket etter å ha vært på dette sykebesøket.

Vi har lært mye av Anne-Mette. Hun hadde mange gode ideer. Disse ble vel gjennomtenkt og de fleste ble også gjennomført hvis hun fant at de var verdt det. Hun var flink til å få fram det beste i sine medsøstre.

Anne-Mette var medlem i en litteraturgruppe i klubben. Hun likte godt å lese, men den siste boka ble hun ikke ferdig med. Den leser gruppa nå...

Som yrkeskvinne hadde Anne-Mette ett ryddig forhold til sine oppgaver. Hun forstod tidlig hva som måtte til for å lykkes i forretninger. Det brukte hun mye tid på og hun sparte seg ikke for å få ting til å skje. Hun var ærlig og rettferdig, en å stole på . Orden var ett viktig element i hennes hverdag.

Vi er imponerte over måten hun taklet sin sykdom på og vil savne henne dypt. Anne-Mette var en ekte soroptimist, en søster av de beste. Hun var oppriktig i vennskap og viste stor evne til fred og forståelse. Hun var alltid villig til å bidra med sin kunnskap og sin arbeidsinnsats, og hun gjorde det med smil og hyggelige ord.

I taknemlighet Berit Høidal, Kaja Berg, Randi Mo v/Halden Soroptimistklubb



Mette og Pia sammen med fadderne Anne Nordby og Helene Snopestad Fosby til venstre og Anne Lilleby Holm og Liv Lindskog til høyre.

Nye medlemmer i Halden

Halden Soroptimistklubb fikk to nye medlemmer på årets første møte: Mette Slåttland, som jobber i forsikringsbransjen og Pia Bergstrøm, som jobber som lønns- og personalmedarbeider.



Nye medlemmer

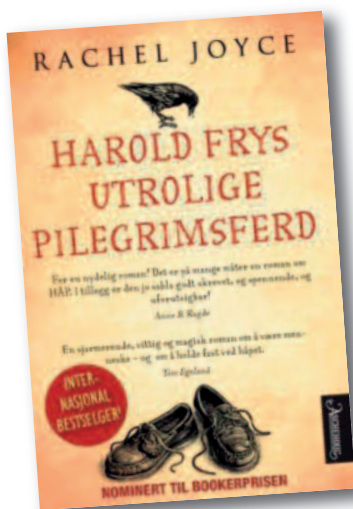
KONGSVINGER	Gyri Andvik Johnsen
MO I RANA	Lisbeth Flatraaker
MO I RANA	Sylvi Gullesen
MO I RANA	Randi Austvik
MO I RANA	Heidi Aronsen
RØROS	Johanna Austgulen Westin
STJØRDAL	Tetyana Ryazantseva
TRONDHEIM	Anne Bergene
MOSS	Björg Næsje Nybø
FLEKKEFJORD	Sissel Inger Eie
HALDEN	Pia Christine Bergstrøm
HALDEN	Mette Slåttland
MOLDE	Åse Hagen Morsund
SANDNESSJØEN	Britt Jonassen

Bokhyørnet

AV SISSEL HAUGEN

Harold Frys utrolige pilgrimsferd

av Rachel Joyce



Det er aldri for seint! Verken å begynne med nyttårsforsettene i februar (eller senere) eller å begynne å danse salsa! Det er heller aldri for seint å gjøre forandringer i eget liv. Bare viljen er der.

Harold Fry er pensjonist. Han prøver å ikke gjøre stort av seg mens kona Maureen kjefter og smeller med dører og skittentøyskurver. De snakker ikke stort sammen lengre. En dag får

Harold ett brev fra en tidligere arbeidskollega, Queenie, som forteller at hun ligger for døden og vil ta farvel. Harold skriver et svar og går ut for å poste det. Det er bare det at han fortsetter å gå. Han går og går – og stopper ikke før han er ved Queenies dødsleie.

Harold Fry fortar sitt livs pilgrimsreise. Han gjør bot for de feil han kan ha begått. Han går fra sviket av foreldrene og sitt eget forhold til sønnen. Han gjør også bot i forholdet til Queenie som hjalp han da han trengte det som mest. Mens mannen gjør bot på sitt vis, gjør Maureen det på sitt. Hun klarer etter hvert å komme ut av sitt eget skall. Lag på lag skreller hun vekk til hun kan kjenne seg selv igjen.

Harolds historie har mye dybde, men er humoristisk fortalt! Jeg fikk assosiasjoner til Forrest Gump – han løp og løp fram og tilbake over Amerika, så lenge han følte at det var nødvendig. Som Forrest Gump får også Harold sine følgere. Ikke uten problemer for vår pilgrim – og heller ikke uten en smule komikk.

Hvordan reisen ender for Harold og Maureen, får dere lese selv!

Oppskrift



Freddys Bouillabaisse

Ingredienser

- 200 g breiflabb
- 200 g torsk/hysefilet
- 100 g laksefilet
- 1/2 kg blåskjell (20–30 stk)
- 1/2 kg reker (urensede)
- 2 fedd hvitløk
- 1 purre
- 4 sjalottløk
- 2 gulrøtter
- 1 stk sellerirot
- 1 boks hakkede tomater (350 gr)
- 3 ss olivenolje
- 5 dl fiskebuljong
- 5 dl hvitvin
- 0,25 g safran
- 1–2 knust spansk pepper
- 6 urensede reker

Fremgangsmåte:

Rekene renses, skallet moses i hurtigmikser og kokes sammen med 5 dl vann i ca. 15–20 min. Kraften siles og klares. Hakk sjalottløken fint, rens og strimle purre, skjær gulrot og selleri i biter. Fres alle grønnsakene i olje i en stor gryte. De må ikke bli brune. Spe med rekekraft, fiskebuljong, hakkede tomater og vin. Tilsett safran og de urensede rekene. La alt koke ca. 5 min. Skjær breiflabb, torsk/hyse i passende biter og legg i suppen sammen med blåskjell.

La suppen surre under lokk i 3–4 min. Ha deretter i laksefilet i terninger. Laksen skal bare trekke 1–2 min. Smak suppen til med ev. salt.

Rett før servering legges de rensede rekene i suppen og de urensede fjernes.

B-blad

Norsk Soroptima
v/Synnøve Fagerhaug
Syvermarka 56, 6012 ÅLESUND



Grip stunda

Kænskje er det glæa
je burde satse på?

Hu som flyg
ifrå meg
om je itte blir med?

Glæa krev itte mye
æenna hell at
je ser 'a:

ei lita jinte på fire år
med vilje som kæn skjæra stål.

Ove Røsbak

Fra samlingen «Sorgen dæense på ælven i mårråsol», 2011



Oppslagstavla

Norske soroptimisters
utdanningsfond
bankgiro

2050.29.08511



Nytt kontonr Moldovaprojekt
2801.13.38765 (gammelt xxx.18.78155)



Norske Soroptimisters
vannprosjekter i
Moldova
Bankgiro 2801.21.62369

Sekretærinformasjon

Klubbene er nå selv ansvarlige for å holde informasjonen om sine medlemmer oppdatert i vårt medlemsregister.

Dette gjelder alle inn- og utmeldinger og endringer i medlemsopplysninger.

MEN - klubbene skal fortsatt sende inn melding til landssekretæren etter årsmøtene om hvem som er valgt til de ulike styreverv for påfølgende soroptimistår.

Disse opplysningene skal klubben IKKE legge inn. Frist for innsending er 1. mai.

Elektronisk skjema ligger på www.soroptimistnorway.no/skjema

Aktuelle webadresser

Stoff til Soroptima sendes til
soroptima@soroptimistnorway.no

Soroptimist International
www.soroptimistinternational.org

Rapportering av prosjekter
<http://reports.soroptimistinternational.org/reports>

Europaføderasjonen
www.soroptimisteurope.org

Soroptimist Project Matching
www.soroptimistprojects.org

FOKUS:
www.fokuskvinner.no

FNs kvinneorganisasjon:
www.unwomen.org

FN-sambandet:
www.fn.no

Viktige datoer

Frist for stoff til neste Soroptima
Den 5. måneden før utgivelse

15. februar:
Frist for forslag til Ung observatør til R&L møte

15. februar:
Frist for søknad stipend til SI-kongress Istanbul

28. februar:
Påmelding til R&L møte i Stavanger
www.soroptimistnorway.no

8. mars:
Internasjonal kvinnetid

Annonsepriser

Helside - kr. 2.800,- 1/4 side - kr. 700,-
1/2 side - kr. 1.400,- 1/8 side - kr. 350,-