

Magasinet Haraldsplass

MAGASIN FOR HARALDSPASS DIAKONALE STIFTELSE

NR 2 • 2020 • 59. ÅRGANG



Vekst og mangold – er det nødvendig?

Det er inspirerende å lese alt som skjer ved Haraldsplass Diakonale Stiftelse i denne utgaven av Magasinet Haraldsplass. Det vitner om et mangfold av virksomheter og tjenester, og ikke minst et mangfold av møter med mennesker. Og det som er felles i dette mangfoldet, er at vi på alle disse ulike måter oppfyller Stiftelsens formål: Kristen omsorg for mennesker som trenger det!

Omsorg er mer enn pleie. Omsorg er mer enn forskning. Omsorg er mer enn helse. Omsorg er definitivt mer enn teknologi. Men det er også alt dette!

Jeg tenker vi står i en solid tradisjon fra diakonissene, som var sterkt samfunnsengasjerte og spurte: Hva kan vi gjøre for deg? Og det førte til at diakonissene etablerte både utdanning og sykehus, og bidro til å etablere og utvikle velferdsstaten slik vi kjenner den i dag. De var pionerer, fremtidsrettede, kvinner, – og de så utfordringene og tok ansvar.

Å se utfordringene og ta samfunnsansvar. Det er nettopp dette vi som diakonal stiftelse skal tolke inn i vår egen tid. Det er nye tjenester, nye aktiviteter, nye virksomhetsområder, – men det handler om akkurat det samme: Kristen omsorg for mennesker som trenger det.

«Hva kan vi gjøre for deg?» er et spørsmål som er like aktuelt i 2020 som det var på slutten av 1800-tallet. Kanskje enda mer utfordrende i dag med økende ensomhet, store krav til vellykkethet og nå også korona som gjør at vi ikke kan være sammen slik vi er vant til.

Stiftelsen har vokst de senere årene, både i mangfold av tjenester og i størrelse. Vi tror dette er rett og viktig, for det er et økende krav til profesjonalitet, struktur og størrelse for å kunne være en ideell tjenesteyter. Så vårt fokus må være å kunne ha så høy, god og solid fagkompetanse som mulig innenfor alle våre områder. Vi skal drive med forskning, internasjonalt arbeid, utdanning, omsorg, helse og barnevern med solid fagkompetanse i bunn. Og alltid, alltid med hjertevarme. Derfor står vårt motto seg godt i møte med fremtiden: «Kompetanse med hjertevarme». Det skal være kjennetegnet på at vi bærer arven og tradisjonen fra diakonissene videre.

God lesning!

Jørn-Henning Theis
ADMINISTRERENDE DIREKTØR



Haraldsplass Diakonale Stiftelse

Uavhengig diakonal institusjon innen Den norske kirke. Stiftelsens formål er å fremme kristen omsorg for mennesker.

Styreleder: Johan Fredrik Odffjell

Adm. direktør: Jørn-Henning Theis

Diakonifelleskapet

Kristent faglig og kulturelt fellesskap som er med å gi kraft og inspirasjon til tro og tjeneste.

Forstanderinne: Rollaug Waaler

Haraldsplass Samtalesenter

Tilby samtaler og kurs for enkeltmennesker, grupper og organisasjoner. HS har også tilbud til personer som har behov for å arbeide med egne utfordringer, kriser og sorg.

Leder: Rollaug Waaler

Haraldsplass Diakonale Sykehus

Lokalsykehus for bydelene Bergenhus, Åsane og Arna i Bergen, og samtlige kommuner i Nordhordland. Sykehuset er et moderne sykehus med avdelinger innen indremedisin, kirurgi, anestesilogi, overvåkning og radiologi med tilhørende poliklinisk aktivitet. Haraldsplass har regionfunksjon innen geriatri og innen palliasjon og lindrende behandling (Sunniva Senter). Sykehuset har driftsavtale med Helse Vest RHF.

Adm. direktør: Kjerstin Fyllingen

Haraldsplass Barnevern

Arbeider innen barne-, ungdoms- og familievern på oppdrag for Bufetat og kommuner. Det tilbys institusjonsplasser i små boenheter, ettervern, familiehjem og hjemmebaserte tjenester. Tilbudet er differensiert og tilpasset den enkelte ungdom sine behov og utvikling. **Daglig leder:** Arvid Møll

Solli DPS

Eies av Haraldsplass Diakonale Stiftelse. Solli Sykehus er et Distrikt Psykiatrisk Senter (DPS) som arbeider på oppdrag fra Helse-Vest. **Direktør:** Anders Hovden

VID Vitenskapelige Høgskole (Vitenskapelig, Internasjonal, Diakonal)

Haraldsplass Diakonale Stiftelse er en av fem eiere av VID Vitenskapelige Høgskole og driver nå sin høgskolevirksomhet gjennom denne. VID er en fusjon av Haraldsplass Diakonale Høgskole, Diakonhjemmet Høgskole, Høgskolen Betanien, Misjonshøgskolen og Diakonova.

Domkirkehjemmet

Sykehjem med driftsavtale med Bergen kommune. Haraldsplass Diakonale Stiftelsene utnevner styret. Domkirkehjemmet har 93 beboere. **Institusjonssjef:** Elin Sjursen

Siljuståten sykehjem

Driftes av Haraldsplass Diakonale Stiftelse. Sykehjemmet eies av Bergen kommune, og det har plass til 90 beboere. **Institusjonssjef:** Marion Ytre-Arne Kvamme.

Haraldsplass

Medlemsblad for Diakonifelleskapet
Magasin for Haraldsplass Diakonale Stiftelse
www.haraldsplass.org

Ansvarlig redaktør: Jørn-Henning Theis

Redaksjon: Astrid Aarhus Byrknes

Kontakt: post@hk.haraldsplass.no

Abonnement: tlf. 55 97 96 00

Adresseendringer: post@hk.haraldsplass.no

Design og grafisk produksjon: Bodoni AS

Forsidebilde: Jan Inge Ebbesvik, Motitech



Siljuslåtten sykehjem

Med flagget til topps, på Siljuslåtten sykehjem, fikk beboerne og de ansatte ta imot biskop **Halvor Nordhaug** med følge på den første dagen i et fem dagers visitas i Skjold menighet. «Så mitt hus kan bli fullt» var tittelen på visitasmeldingen som ble lagt frem for Skjold Menighet under biskopens visitas i tiden 26. til 30. august 2020.

TEKST OG FOTO: ASTRID AARHUS BYRKNES

Biskopen på visitas

Mange av beboerne og de ansatte møtte frem i Atriehagen på Siljuslåtten denne nydelige augusdagen for å ta imot biskop Halvor Nordhaug. Det var første gang at Biskop Halvor besøkte Siljuslåtten sykehjem, og når sykehjemmet er lokalisert i samme området som Skjold sokn, ja da fikk også beboerne ta del i visitasen.

Kjærkomment møtepunkt i Atriehagen

Biskopen og hans følge ble tatt imot av administrerende direktør i Haraldsplass Diakonale Stiftelse, Jørn Henning Theis og Hilde Kvarme som er økonomi-medarbeider ved Siljuslåtten sykehjem. På programmet stod både omvisning, orientering om sykehjemmet og til slutt en samling i Atriehagen sammen med beboerne og ansatte. Biskopen hadde hilsen og en kort andakt. Skjold menighet sin kantor fremførte musikk og det var salmesang.

– Vi setter stor pris på at biskopen la ett av besøkene sine under visitasen til Siljuslåtten sykehjem. Sykehjemmets prest og ledelse har et godt samarbeid med Skjold menighet og vi ønsker god kontakt med vårt nærmiljø, sa Jørn Henning Theis da han takket for besøket.

Atriehagen på Siljuslåtten sykehjem ble et møtepunkt denne fine augusdagen, og biskopen var tydelig imponert over sykehjemmet, både det bygningsmessige, men ikke minst arbeidet de ansatte gjør for beboerne.



HYGGELIG MØTE: Biskopen møter beboerne i Atriehagen på Siljuslåtten sykehjem.

Siljuslåttan sykehjem

Det var stor stas når Siljuslåttan sykehjem i august fikk storfint besøk. Barne- og familieminister Ida Lindtvedt Røse besøkte sykehjemmet sammen med statssekretær Jorunn Hallaråker Heggelund og byråd i Bergen kommune Beate Husa. Dette ble virkelig et møte mellom flere generasjoner da også barn fra Vindharpen barnehage var til stede og gledet beboerne!

TEKST OG FOTO: ASTRID AARHUS BYRKNES

Et møte mellom generasjoner

Det er ikke hver dag at Siljuslåttan får så storfint besøk, men når både statsråd, statssekretær og byråd møter beboerne, ja – da blir det en aldri så liten fest på sykehjemmet.

Selv om det var stas å få ministeren på besøk, så var nok den største gleden for beboerne at barna fra Vindharpen

barnehage igjen var til stede på sykehjemmet. Barnehagen som er nærmeste nabo har et godt samarbeid, og barna pleier å komme hver fredag for å synge og leke og glede beboerne. Gjennom koronatiden har ikke dette alltid vært mulig, men denne dagen fikk en gruppe barn komme i Atriehagen for å synge.

Jeg blir så glad når jeg ser deg!

Gjensynsgleden var stor både for barna og beboerne, og det var tydelig at dette var noe som ble satt stor pris på.

Statsråden var mektig imponert over sangen, og ikke minst møtet som fant sted mellom barna og de eldre. Det ble et generasjonsmøte som ble satt pris på.



FINT BESØK: Fungerende statsråd Ida Lindtvedt Røse flankert av statssekretær Jorunn Hallaråker Heggelund og byråd for eldre, helse og frivillighet Beate Husa.



GLADE BARN: Når Frivillighetskoordinator Vibeke Ø. Henriksen finner frem «seilet», så storkoser barna seg på Siljusslåttan.

Statsråden og Byråd Beate Husa roste samarbeidet som er mellom sykehjemmet og de frivillige.

Institusjonssjef Marion Ytre-Arne Kvamme fortalte at beboerne har savnet barna og de frivillige ildsjelene i koronatiden, og håper det snart blir normale tider på sykehjemmet.

Frivillighetskoordinator Vibeke Ø. Henriksen gjør en viktig og god jobb med å tilrettelegge for aktivitet og tar imot både barnehagebarna og de frivillige på

en varm og inkluderende måte. Hun er også delaktig i prosjektgruppen «Frivillighet» som består av representanter fra alle virksomhetene under Haraldsplass Diakonale Stiftelse. Gruppen jobber med å se hvilken mulighet som finnes for å få flere frivillige engasjert både i sykehus, sykehjem og barnevern samt beholde de vi har og legge til rette for trivsel og anerkjennelse også for disse. Byråd Beate Husa liker det hun hører om frivillighetsprosjektet, og forteller at frivillig arbeid

må verdsettes, og dette er noe også kommunen er opptatt av. Hun viser videre til at det er muligheter for å søke midler til det frivillige arbeidet som gjøres på institusjonene og til gode prosjekt for øvrig!

Lek med liv og lyst!

Lukas fra Vindharpens barnehage er strålende fornøyd over å komme til Siljusslåttan sykehjem. Han stråler når han sier:

-Å synge her er ekstra gøy! Og etterpå får vi is, og det er godt!

Barna fra barnehagen er

helt med når Vibeke finner frem det fargerike seilet eller noe som ligner en fallskjerm i fine farger. Det lekes og det gledes, og vi ser at det er ikke bare barna som koser seg denne ettermiddagen, beboerne smiler og setter pris på besøket!

Takk for at dere kom til Siljusslåttan sykehjem kjære politikere, og takk til barna og deres pedagog Marit som stiller opp og er med på å gjøre dagen god på Siljusslåttan sykehjem!

Styrelederen har ordet

– Det var en glede å bli spurt om å bli styreleder ved Haraldsplass Diakonale Stiftelse, og i løpet av de fem-seks årene siden det skjedde har gleden bare blitt større. Jeg møter en organisasjon med høy profesjonalitet og høy dynamikk. Styrelederjobben her er et av de mest givende og spennende jeg har hatt, sier **Johan Fredrik Odfjell**.

TEKST OG FOTO: TORBJØRN WILHELMOSEN, WIKOS.no

– Vi må leve med politisk risiko

Ettersom Odfjell regnes som en nestor hva angår styreverv i store og prestisjetunge foretak, må sitatet over sies å være en god attest for en stiftelse som hver eneste dag på den ene side leverer tjenester av beste kvalitet til sykehuspasienter, eldre på sykehjem, barn under barnevernets vinger og studenter gjennom VID, og på den annen side kjemper om en plass som ideell aktør i et enormt helse- og omsorgsmarked.

– Og hva er så styrets fortjeneste i dette bildet, Odfjell?

Overordnet tilrettelegger

– Du får meg til å tenke på anekdoten om en fattig nybyggerfamilie i Midt-Vesten. Tømmerhytta lå langt fra folk, men ikke så langt fra store dyr i villmarken. Plutselig sto en grizzlybjørn i stuen, hvorpå mannen løpte opp stigen til hemsens. Konen, som sto igjen i stuen, med barnet på armen tok en øks og kløyvde hode på bjørnen. Da bjørnen var død, kikket mannen over kanten på hemsens og sa stolt til sin kone: «Den der greide vi fint!» Omtrent slik ville det ha vært om jeg mente det er styrets fortjeneste at virksomhetene under Haraldsplass

Diakonale Stiftelse gjør det bra. Styret har en rolle som tilrettelegger i de overordnede forholdene og tidvis er styrets kontrollfunksjon viktig, men det er de dyktige medarbeiderne i alle de ulike funksjonene som skaper de gode resultatene. Og det har jo skjedd imponerende mye bra de siste årene, sier Odfjell og peker på nytt sykehusbygg som både er flott arkitektonisk – men enda viktigere – tilrettelagt for drift og arbeidsrutiner som gir gevinster med høyere kvalitet i pasientbehandlingen.

Videre trekker Odfjell frem det pågående og svært krevende rehabiliteringsarbeidet som pågår i den gamle delen av sykehuset. Når dette arbeidet er ferdig vil både sykehuset og VID få moderne, hensiktsmessige lokaler, samtidig som de to enheter blir knyttet nærmere sammen på en spennende måte. Haraldsplass har overtatt driften av Siljusslåttens sykehjem og er knyttet nærmere til Domkirkehjemmet. Odfjell

« Vi er glade for at vi snart kan tilby en komplett campus for den samlende virksomheten ved VID Bergen.

trekker også frem kjøpet av de siste 50 % av aksjer i Solli DPS med de muligheter det ligger for nærmere fremtidig samarbeid mellom somatikk og psykiatri. Innen barnevern er behovet enormt og mulighetene for vekst store.

Lokale fortrinn

– Det er klare forventninger om at både nybygging og ombygging vil gi økt effektivitet fremover. Vi har stukket vår finansielle kapasitet langt for å oppnå dette. Vi forventer at det vil komme betydelige endringer både innenfor sykehjemsektoren og innen barnevernet. Her tror vi det vil ligge interessante muligheter for Haraldsplass Diakonale Stiftelse.

– Da jeg kom inn i styret sto vi på trappene til å skrive under avtale om etablering av VID. Etter grundig vurdering falt vi ned på at dette var den beste løsningen gitt de fremtidsutsiktene vi så foran oss. Det er jo gjerne slik at under fusjoner blir ofte produksjonsenheter flyttet nærmere et hovedkontor, en slags naturlov. En slik funksjon gjør seg ikke



IDEELL SEKTOR: *Jeg er personlig overbevist om at den ideelle sektoren vil spille en svært viktig rolle også i fremtiden, sier styreleder i Haraldsplass Diakonale Stiftelse, Johan Fredrik Odjell.*

gjeldende innen utdanning og helse. Sykepleierutdanning, sykehus og barnevern må per definisjon være lokalisert der hvor folk bor. Man får en «beskyttelse» i kraft av lokalisering, samtidig som kravet til forskning og kvalitet på undervisning gjør det mer attraktivt å være tilknyttet en større vitenskapelig fokusert enhet. Derfor valgte vi, sammen med Betanien å gå inn i VID, og vi er glade for at vi snart

kan tilby en komplett campus for den samlede virksomheten ved VID i Bergen.

Bærekraft

FN har vedtatt i alt 17 mål for bærekraftig utvikling – Sustainable Development Goals, SDG. Stadig flere virksomheter trekker inn slike mål i virksomhetsstyringen. Også ved Haraldsplass Diakonale Stiftelse er SDG tema i styret.

– For andre bransjer jeg er aktiv i på styrenivå, er dette med SDG blitt helt sentrale elementer i virksomhetsstyringen. På Haraldsplass har vi ikke landet dette ennå. Vi spør oss selv hvordan et utvalg av SDG'ene skal bli relevant for oss. Vi har dette oppe som tema på våre styremøter og det pågår et arbeid med å gi dette kjøtt og blod. Valg av SDG'er må dessuten tilpasses hver enkelt virksomhet

under stiftelsen slik at de kan operasjonaliseres og gi mening til enda bedre styring av virksomhetene.

– Apropos styring: Du har lang erfaring fra styrer i aksjeselskap. Hvilke tanker gjør du deg om forskjeller og likhet for styrets rolle i disse selskapsformene?

Eierløs og ansvarlig

– Den store forskjellen mellom en stiftelse og et aksjeselskap, er at et AS har eiere, mens en stiftelse er det ingen som eier. Vi har et representantskap, men deres mandat er relativt begrenset. Representantskapet oppnevner styret, men styret har i realiteten ingen som de rapporterer til. Man kan fristes til å tro at det er behagelig fordi eiere kan være noe herk, men det er også farlig. En av farene i de eierløse virksomhetene er at det i konflikt-situasjoner kan ende med at de mest utholdende «vinner» kampen – selv om utfallet er uheldig for virksomheten. I et aksjeselskap vil til syvende og sist eierne kunne skjære igjennom og si hvordan det skal være. I slike konflikter opplever man betydelig energitap og tap av tid som skulle vært brukt på tema som bygger opp om virksomhetens fremtid. Konflikter gir også etterdønninger som fører til ekstra tap, man mister dyktige medarbeidere, taper omdømme og så videre. Når jeg sier dette, så er det ikke på noen måte beskrivelse av situasjonen i styret for Haraldsplass Diakonale Stiftelse, men heller et uttrykk for at vi i styret hele tiden er klar over dette og sikrer oss at vi har gode styreprosesser som ikke utløser denne type konflikter.

Så hører det jo med til dette bildet at vi gjerne organiserer linjeaktivitetene i aksjeselskaper, slik at vi også gjennom styrene kan opptre som eiere som tar ansvar og sikrer ønsket kurs for virksomheten. Styrearbeid er som et prosjekt-

arbeid hvor man leter etter beste løsning på utfordringer man står over for. Ingen-ting er «hellig» i en diskusjon i et styre. Hver og en må ivareta sin integritet og stå for sine meninger. Så er det viktig å arbeide seg frem til omforente løsninger og stå samlet når beslutningen er truffet.

Viktig ideell sektor

Etter at Johan Fredrik Odfjell kom inn i styret for Haraldsplass Diakonale Stiftelse har han ikke blitt mindre opptatt av de ideelle virksomhetenes plass i samfunnet.

– Vi har mange tanker om en videre spennende utvikling av stiftelsen. Jeg er personlig overbevist om at den ideelle sektoren vil spille en svært viktig rolle også i fremtiden. Samtidig ser jeg at vi er langt mer utfordret enn det jeg forestilte meg da jeg trådte inn i styret. Vi skal være blant de beste på de områdene vi er inne i, og «kompetanse med hjertevarme» er et godt slagord. Men hjertevarme kan aldri ekskludere kompetanse. Hvis ikke kompetanse er til stede, så fortjener vi ikke en plass i det samlede offentlige tjenestetilbudet.

– Hjertevarme er en dimensjon som går ut over det faglige, og i den grad vi evner å vise dette, vil det være med å sikre vår plass enda større grad. «Hjertevarme» er et krevende begrep, og derfor er det veldig gledelig når vi får høre historier fra sykehuset eller andre enheter hvor nettopp hjertevarmen blir trukket frem som et viktig tilleggselement i møtet mellom Haraldsplass og personen det gjelder.

Politisk risiko

– Samtidig ser vi at våre politikere gjør seg tanker om hvordan fordelingen av

oppgaver skal være mellom offentlig, kommersiell og ideell sektor. For å møte disse utfordringene, må vi dokumentere vår evne og villighet til å løse oppgavene på en profesjonell måte. Vi må få frem at vi har noe å bidra med. Jeg synes det er bra at vi blir utfordret.

– Og hvordan leser du den politiske retning på dette nå?

– Vi må forholde oss til politikerne som setter rammer for våre virksomheter. Jeg har blitt mer oppmerksom på dette. Fordelingen mellom offentlig og ideell sektor i for eksempel sykehjemsektoren

er ikke risset i stein, og vi må leve med politisk risiko for endringer. Jeg mener Haraldsplass Diakonale Stiftelse har mye å tilføre på disse områdene, kanskje også i et enda nærmere samarbeid med kommunen selv. Jeg er overrasket over dynamikken som finner sted på disse områdene og gleder meg over Stiftelsens evne til å møte disse utfordringene.

Jeg er imponert over den profesjonalitet som legges for en dag – tvers igjennom hele organisasjonen. Jeg må si at gleden over å bli oppnevnt til styreleder har bare blitt større med årene. Det er et av de mest givende og spennende styreoppdrag jeg har vært engasjert i!

«Hjertevarme er en dimensjon som går utover det faglige, og i den grad vi evner å vise dette, vil det være med å sikre vår plass i enda større grad.

Haraldsplass Barnevern

Rundt 160 barn i fosterhjem i Bergen deltok på SuperSommer på Bergen undervisningsgård på Garnes. De fleste barna var i alderen seks til tolv år, og tiltaket ble en suksess, forteller gårdsbestyrer og SuperSommer-AktivitetsSjef, **Kjell Martin Myhr**.

TEKST OG FOTO: TORBJØRN WILHELMSEN, WIKOS.no

Super Sommer og Herlig Høst



SUPERSOMMER: Den unike undervisningsgården på Garnes tilbød svært varierte aktiviteter, som klatring på silo.

Vi hadde hatt plass til enda flere, og gjerne unge opp til 18 år. Vi fikk oppdraget svært seint, så det ble svært kort tid til både planlegging og markedsføring. Derfor er vi likevel godt fornøyd med oppslutningen, fortsetter Myhr.

Det var Haraldsplass Barnevern og Crux som fikk tildelt oppdraget av Bergen kommune, og et samarbeid med Bergen undervisningsgård lå i sakens natur, opplyser Arvid Møll som leder Haraldsplass barnevern.

På den unike gården på Garnes fikk barna ta del i vanlig gårdsarbeid som mating av dyr og hesteridning, kjøre hest og vogn, men også ikke fullt så typiske gårdsaktiviteter som hoppemadrass, klatre på en helt ny klatrevegg på siloen, kanopadling, tur i båt, trø-traktorkjøring og sykling på BMX-sykler i ulendt terreng, for å si det forsiktig.

- Vi hadde aktiviteter på gården to

av tre dager i uken. Den tredje dagen la vi aktiviteter utenfor gården, så som å gå på «Tidsreiser» som er en slags rollespill, og besøke Bergen Klatresenter på Laksevåg.

- Vi sitter igjen med gode erfaringer etter sommerens aktiviteter. Bergen undervisningsgård er en flott arena for mange aktiviteter, både som gård med dyr og aktiviteter vi flyttet hit. Vi fikk låne mye fint utstyr gratis fra BUA i Bergen kommune, og det var et svært nyttig tilskudd til det vi ellers har å tilby her på gården. Fosterforeldre som fulgte barna, har også kommet med

svært positive tilbakemeldinger. Blant annet fordi de fikk tid til å snakke sammen uforstyrret i kafeen på gården. Og ja, de ønsker seg flere slike tilbud gjennom året, avslutter Kjell Martin Myhr.

Og det beste av det hele: Det ble litt penger igjen på budsjettet. Dermed fikk 27 barn og unge ta del i samme type opplegg i høstferien, «HerligHøst». Fosterforeldres bønn ble altså hørt, allerede i begynnelsen av oktober. Skal bare se dette blir en tradisjon, slik man har for vane med gode tiltak i Bergen.



TILFREDSE KYR: Barna fikk også ta del i vanlig gårdsarbeid, som mating av dyr.

Ved Solli Distriktpsikiatriske Senter (DPS) på Nesttun som er en av virksomhetene under Haraldsplass Diakonale Stiftelse, tenkte flere av de ansatte at det kunne vært interessant å undersøke gjennomførbarheten av å kombinere internett-basert angstbehandling med fysisk trening.

AV ASTRID AARHUS BYRKNES / KATHERINE FERGUSON, BA

Nybrots- arbeid

Internettbasert behandling er det som kalles for eMeistring. Dette er nybrotsarbeid og det første i sitt slag som undersøker denne kombinasjonen, og som viser at dette er gjennomførbart.

Det er et unikt behandlingsopplegg, og artikkelen om dette stod på trykk som en tosidens artikkel i Bergensavisen 13. oktober i år.

Må eksponere seg

– Disse resultatene antyder at den kombinerte behandlingen forbedrer effekten og deltakernes evne til å gjennomføre behandlingen, og at det gir store helsemessige effekter av behandlingen, sier Anders Hovland som er direktør ved Solli DPS og prosjektleder for studien.

Parallelt med fysisk trening, gikk pasientene gjennom eMeistrings-programmet. Dette programmet består av ulike kapitler. Fra å forstå hva panikk er, til å eksponere seg for kroppslige reaksjoner de forbinder med noe farlig.

Henning Monsen fra Solli DPS sier i BA-artikkelen:

– Pasientene utsatte seg systematisk for 20 ufarlige øvelser som fremkaller

kroppslig ubehag, for så å velge ut det som ga dem sterkest følelse av angst. Så er det å gjøre øvelsene igjen og igjen til det bare er ubehagelig, men ikke lenger trigger angsten. Som å hyperventilere, ta litt for stramt skjerf rundt halsen eller sitte i en skikkelig varm bil. Det handler om å bryte forbindelsen mellom de kroppslige reaksjonene og frykten for at noe er alvorlig galt.

Henning Monsen understreker at alle som skal gjennom et slikt opplegg må undersøkes fysisk først for å være sikker på at symptomene ikke skyldes en hjertelidelse eller lignende.

– Mange av disse pasientene har vært på akutten ti ganger med «hjerteinfarkt» uten at legene finner noe galt med dem. Med fornuften vet de at det er psykisk, men når anfallet kommer er det vanskelig å holde fast ved det, sier Monsen videre i artikkelen.

Ni av ti friske

Denne unike studien ved Solli DPS undersøkte også deltakernes opplevelse av kombinasjonsbehandlingen gjennom kvalitative intervjuer, der deltakerne

14 NYHET

Ny behandling kombinerer

BLE KV

PANIKKANGST

- Panikkangst er en tilstand der du plutselig får anfall med intens frykt.
- Et slikt panikkanfall har symptomer som hjertebank, skjelving, pustevansker, brystmerter, svimmelhet.
- Anfallet kan opptre fra mange ganger om dagen til bare noen få anfall per år. Om man opplever slike anfall regelmessig, flere ganger hver måned, kvalifiserer det til å kalles panikktilstand.
- Etter anfallet er frykten stor for at anfallet skal komme igjen. Man kan utvikle en såkalt forventningsangst for nye anfall. Dette har skjedd dersom man prøver å unngå steder eller personer fordi de forbindes med tidligere anfall.
- Minst en av fire personer vil oppleve minst ett panikkanfall i løpet av livet, men kun en liten andel vil utvikle panikktilstand (mindre enn én av 20 vil utvikle dette i løpet av livet).

KILDE: NHI

STUDIEN

- Studien ble gjennomført i samarbeid mellom Haraldsplass diakonale sykehus, Solli DPS, Helse-Bergen, eMeistring Universitetet i Bergen og Universitetet i Oslo.
- Ergoterapeut Henning Monsen ved Solli DPS er førsteforfatter. Psykologspesialist og førsteamanuensis Anders Hovland ved Solli DPS var prosjektleder og veiledet studien.
- Undersøker gjennomførbarheten av å kombinere internettbasert angstbehandling (eMeistring) med fysisk trening.
- Første i sitt slag som undersøker dette, og viser at dette er gjennomførbart.
- Resultatene antyder at den kombinerte behandlingen forbedrer effekten og deltakernes evne til å gjennomføre behandlingen.
- Studien er nylig publisert i tidsskriftet Psychiatri Research.

NY STUDIE: Henning Monsen (f.v.), Anders Hovland, Trond Sjøbo og Jon Vællestad er blant dem som

formidlet at kombinasjonen var krevende, men verdt det.

Av de ti pasientene som var med på denne studien fullførte ni programmet som prosjektet la opp til.

– Av de ti så hadde ni ikke lenger panikkangst etter tolv uker, og ingen av dem ville byttet ut vårt opplegg med kun trening eller bare terapi, selv om det var slitsomt, sier Henning Monsen som er ergoterapeut ved Solli DPS.

er kognitiv terapi og trening

ITT PANIKKANGSTEN



en har gjennomført studien på en ny behandlingskombinasjon mot panikkdelide.

FOTO: EMIL WEATHERHEAD BREISTEIN

Av ti pasienter som fikk et kombinert behandlingsopplegg med trening og terapi på nett, var ni angst-frie etter tolv uker.

KATHERINE FERGUSON
katherine.ferguson@ba.no

Å trene kan som kjent være vanskelig å komme i gang med, enten man har angst eller ikke. Og kognitiv terapi, som blant annet brukes i behandlingen av angst, krever mye av pasientene.

Ved Solli distriktpsikiatriske senter (DPS) på Nesttun tenkte likevel ergoterapeut Henning Monsen og kolleger at det kunne være interessant å forsøke et behandlingsopplegg for pasienter med panikkangst som kombinerer trening og terapi over nett.

- Vi har erfaring fra tidligere forskningsprosjekter som viser at trening for angst kan være motiverende. Men vi lurte på om trening også kunne forsterke effekten av kognitiv terapi. Muligheten for å høste en synergi mellom trening og terapi gjorde at vi valgte å sette i gang en studie, sier Monsen til BA.

Tre valg

Pasientene fikk velge mellom tre ulike behandlingsopplegg: Kognitiv terapi over nett (eMestring) alene, gruppebehandling for panikkangst, eller eMestring kombinert med trening.

Elleve pasienter sa ja til å prøve trening i kombinasjon med terapi over nett. En droppet ut underveis, mens ti fullførte det tolv uker lange programmet.

- Pasientene var i alderen 18 til 50 år, både kvinner og menn. Noen hadde trent tidligere og andre hadde ikke trent siden barneskolen. Felles var en opplevelse av at angsten hadde tatt overhånd og de utviklet en panikkdelide, forklarer Monsen.

Mindre av viktige stoffer

Opplegget besto av kognitiv terapi i form av eMestrings-program på nett, en treningstime per uke ved Solli DPS, samt to egentreningsøkter i uken.

- Vi laget et treningsprogram som gradvis økte i intensitet. Etter hvert løp de harde intervaller. På hjemmeøktene sto de



TRENING: Deltakerne i studien løp intervaller ved Solli DPS sammen med blant andre ergoterapeut Henning Monsen.

friere. Noen jogget, andre syklet eller gikk i hellet. De trente med pulsklokke og skrev treningsdagbok, forklarer Monsen.

Men hvorfor trene når man har angst? Jo, fordi trening har flere positive effekter både på kropp og humør. I tillegg øker trening nivået av signalstoffet nevrotrofiner i hjernen. Nevrotroner påvirker hukommelsen, evnen til læring og avlæring - særlig avlæring av det man er redd for.

- Undersøkelser har vist at personer med angst og eldre har mindre av disse nevrotrofinene enn andre. Siden kognitiv terapi for panikkangst handler om å avlære fryktresponsen som utløses av kroppslig ubehag, kan lave nivåer av disse stoffene gi dårligere effekt av terapien, forteller Monsen, og legger til:

- I tillegg vil man ved å trene kjenne på andpustenhet, svetting og hjertebank, som de med angst frykter. Å eksponere seg for dette og lære seg å ikke forbinde det med noe som er farlig, er positivt i seg selv.

Må eksponere seg

Parallelt med treningen, gikk pasientene gjennom eMestrings-programmet. Det består av ulike kapitler. Fra å forstå hva panikk er, til å eksponere seg for kroppslige reaksjoner de forbinder noe farlig.

- De utsatte seg systematisk for 20 ufarlige øvelser som fremkaller kroppslig ubehag, for så å velge ut det som ga dem sterkeste følelse av angst. Så er det å gjøre øvelsene igjen og igjen til det bare er ubehagelig,

men ikke lenger trigger angsten. Som å hyperventilere, ta litt for stramt skjort rundt halsen eller sitte i en skillekling varm bil. Det handler om å bryte forbindelsen mellom de kroppslige reaksjonene og frykten for at noe er alvorlig galt, sier Monsen.

Monsen understreker at alle som skal gjennom et slikt opplegg må undersøkes fysisk først for å være sikker på at symptomene ikke skyldes en hjertelidelse eller lignende.

- Mange av disse pasientene har vært på akuttten ti ganger med «hjerteinfarkt» uten at legene finner noe galt med dem. Med fornuften vet de at det de opplever ikke er farlig, at det er psykisk, men når anfallet kommer er det vanskelig å holde fast ved det.

Ni av ti friske

Ni av ti deltakere i studien fullførte programmet.

- Av de ti hadde ni ikke lenger panikkangstlidelser etter tolv uker, og ingen av dem ville byttet ut vårt opplegg med kun trening eller bare terapi, selv om det var slitsomt, konstaterer Monsen.

Han understreker at studien var liten, og at det trengs større studier for å kunne si noe sikkert om effekten og nytten av en kombinasjonsbehandling.

- Vi har allerede endret praksisen vår ved Solli DPS ved at vi anbefaler trening og har utvidet treningstilbudet vårt. Nå inviterer vi resten av verden til å prøve ut et lignende opplegg, sier Henning Monsen.

Faksimile fra BA, 13. oktober 2020

Fra Solli DPS understreker prosjektleder Anders Hovland at studien var liten, og at det trengs større studier for å kunne si noe sikkert om effekten og nytten av en kombinasjonsbehandling.

Studien ble gjennomført i samarbeid mellom Haraldsplass Diakonale Sykehus, Solli DPS, Helse-Bergen, eMeistring, Universitetet i Bergen og Universitetet i Oslo.

- Vi har allerede endret praksisen vår ved Solli DPS ved at vi anbefaler trening og har utvidet treningstilbudet vårt. Nå inviterer vi resten av verden til å prøve ut et lignende opplegg, sier Henning Monsen ved Solli DPS.

Studien er også nylig publisert i tidsskriftet **Psychiatry Research**: www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0165178120302304

Haraldsplass Diakonale Sykehus

Etter at nytt hovedbygg åpnet i 2018 er det fremdeles stor fornyingsaktivitet ved Haraldsplass Diakonale Sykehus. Frem til nå har sykehuset rehabilitert hele 4790 m² bruttoareal i den eldre bygningsmassen, med blant annet nye samlokaliserte poliklinikker, økt overvåkningskapasitet for kirurgiske dagpasienter og et nytt hovedkjøkken. Ser vi nybygg og rehabilitering under ett, vil sykehuset ha hele 21 440 m² nytt og moderne areal for drift og pasientbehandling i løpet av neste år.

AV INGRID LOVISE FÆRØYVIK

Utvikler for fremtiden

Under Kjerstin Fyllingens ledelse har Haraldsplass Diakonale Sykehus blitt et av landets mest moderne sykehus. Selv viser hun til at dette har vært en helt nødvendig endringsreise.

– Vi utvikler sykehuset for fremtiden, sier adm. direktør Kjerstin Fyllingen. Haraldsplass har lenge hatt fokus på kompetanse med hjertevarme. Nå har vi også fått nye lokaler, teknologi og arbeidsprosesser som gir et skikkelig kvalitetsløft for pasientene i regionen.

Rehabiliteringsarbeidet har pågått parallelt med den daglige driften i sykehuset, også i pandemiperioden.

Nytt hovedkjøkken

På Haraldsplass er mat og ernæring en del av sykehusets fokus på helhetlig pasientbehandling. Når sykehusets nye storkjøkken offisielt åpner i november, blir dette med egenproduksjon av mat som er tilpasset pasientenes behov for riktig ernæring, valgmuligheter og porsjonsstørrelser. Nytt er også et bakerom og et eget område for pakking og merking av mat før den kjøles ned og gjøres klar til henting.

Økt kapasitet til oppvåkning

I forbindelse med rehabiliteringen har sykehuset økt kapasiteten for oppvåkning av dagkirurgiske pasienter. Det nye oppvåkningsrommet stod ferdig i august og har plass til 12 postoperative pasienter

samtidig, en kapasitetsøkning fra åtte tidligere.

Sykepleier Stine Rødseth Isager ved kirurgisk poliklinikk er fornøyd med en mer logisk oppbygning av avdelingen og vi får mer orden og bedre oversikt.

– Nå får vi alle pasientene som er ferdig operert samlet på samme rom og vi får bedre plass til de som venter på operasjon. Så har vi også fått oppgradert

en del rom som har vært gamle og slitte, som vi er veldig glade for. Pasienter som er kjent i avdelingen fra før vil oppleve dette som et kvalitetsløft, sier Stine Rødseth Isager.

Klinikkdirektør Frank Olsen ved kirurgisk klinikk er fornøyd med løftet.

– Denne oppgraderingen gjør at vi nå kan jobbe smartere, og nytte kapasiteten vår enda bedre. Arbeidssituasjonen for



OFFISIELL ÅPNING: Fra venstre: klinikkdirektør Åse Therese Nordstrønen ved Medisinsk Klinikk, adm. direktør Kjerstin Fyllingen og klinikkdirektør Frank Olsen ved Kirurgisk Klinikk. Foto: Ingrid Lovise Færøyvik

TELEFON- OG VIDEOKONSULTASJONER: Sykehuset vil også fortsette å tilby telefon- og videokonsultasjoner for pasienter som trenger oppfølging og kontroll, der fysiske undersøkelser ikke er nødvendig. De som har behov for behandling ved sykehuset skal få det. Avbildet er overlege ved ortopedisk avdeling, Hjörtur Brynjólfsson, som har god erfaring med telefonkonsultasjoner. Foto: Ingrid Lovise Færøyvik



DIGITAL ANKOMST REGISTRERING: Nå kan du også registrere din ankomst når du har ankommet sykehuset ved å trykke på «Jeg er ankommet» på din smarttelefon og vil bli vist til din ventesone, og få kart via mobilen. Eller kan du registrere din ankomst på en automat i hoved resepsjonen, og få samme informasjon der. Foto: Ingrid Lovise Færøyvik



- Igjen har vi jobbet med sammenhengen mellom arbeidsprosesser og innføring av ny teknologi for å finne de gode løsningene for både pasienter og ansatte, sier Fyllingen.

Løsningene er jobbet frem av engasjerte medarbeidere som har lagt vekt

på å samle fagmiljøene, gi dem effektive soner og sambruk av areal. Dette har resultert i nye måter å arbeide og samarbeide på til beste for pasientene.

de ansatte blir bedre og mer oversiktlig – samt en bedre kvalitet og opplevelse for våre pasienter, sier Frank Olsen.

Samlokaliserte poliklinikker i nye lokaler

Sykehuset åpnet nye poliklinikkareal i mai. Gamle lokaler er pusset opp og de nye poliklinikkene er nå samlokaliserte på 2000 m² nye flotte lokaler. Nå får pasientene store lyse og trivelige behandlingsrom med god plass og nærhet til alle tjenestene.

- Et felles kontaktsenter og en samlet poliklinikk, med tydelig skilting gjør det lettere for pasientene å finne frem, sier administrerende direktør Kjerstin Fyllingen.

De nye poliklinikkene har 31 helt nye flotte oppgraderte behandlingsrom, samt oppgraderte servicerom, ventesoner og ny poliklinikkresepsjon i 3. etg. Hun presiserer at dette er ikke bare nye flotte lokaler som tas i bruk.



NYTENKNING PÅ POLIKLINIKKENE: Pasientstoler har erstattet sengene på sykehusets nye oppvåkingsavdeling for dagkirurgiske pasienter. Foto: Frank Olsen.

Haraldsplass Diakonale Sykehus

Høsten 2021 skal et helt nytt ferdighetssenter tas i bruk i det som før huset akuttmottaket ved Haraldsplass Diakonale Sykehus. Det nye senteret er et samarbeidsprosjekt mellom VID Vitenskapelige Høgskole og Haraldsplass Diakonale Sykehus.

TEKST OG FOTO: TORBJØRN WILHELMSEN, WIKOS.no



Samarbeid i praksis

I tillegg til selve ferdighetstreningen, vil Senter for simulering og ferdighetstrening (SSF) bli en helt ny og viktig arena for utvikling av samarbeid på tvers av fag og posisjon, og mellom studenter og sykehusansatte.

Det nye senteret får fire øvingsrom med i alt 17 sengeplasser. SSF vil romme ett rom for simulering av akuttpasienter og to sengerom som likner vanlige sengeposter på sykehuset, samt ett rom

som blir iscenesatt som isolat. I tillegg blir det lager, skyllerom, kontor og kontrollrom til bruk under simuleringer.

Sykehuset vil disponere SSF 20 prosent av tiden i ukedagene, mens VID trolig vil ha en fulltidsansatt for å ivareta den viktige ressursen senteret vil bli for studenter på både bachelor- og masterutdanning, samt studenter som tar videreutdanning ved VID i Bergen.

Enda bedre pasientsikkerhet

– SSF blir topp moderne utstyrt og vi kan derfor simulere prosedyrer og avanserte scenarier, forklarer Eirik K. Johnsen som er simuleringskoordinator ved Haraldsplass Diakonale sykehus og seksjonsansvarlig ved sykehusets anestesivdeling.

– Vi kommer til å legge opp til både hel- og halvdagskurs hvor vi trener på å arbeide i team. Vi vil tilby både simulering og ferdighetstrening med utgangspunkt



ETABLERER FELLES SIMULERINGS- OG

FERDIGHETSSENTER: Seksjonsansvarlig ved Haraldsplass Diakonale Sykehus Eirik K. Johnsen og prosjektleder i VID Lena Jacobsen, tar en nøye gjennomgang av skissene.

i aktuelle situasjoner som avansert hjerte- og lungeredning, kliniske scenario og andre akuttmedisinske oppgaver. Til grunn for dette ligger et ønske om hele tiden å forbedre pasientenes sikkerhet under innleggelse og sykehusopphold. Våre studenter får trene seg på situasjoner som er identiske med det en kan oppleve på et sykehus, og vi ser derfor frem til at våre studenter får bedre erfaring på teamarbeid. Frivillige studenter får også mulighet til å lære ved at de stiller som markører (spiller ulike tilstander under trening, red.anm) når sykehusets personale skal øve på krevende simuleringer, sier Lena Jacobsen som er prosjektleder i VID for det nye ferdighetssenteret.

Hun legger til at det også er en stor fordel å få samlet alle studentene ved VID i Bergen til ett stort og topp moderne ferdighetssenter, fremfor to mindre enheter ved Betanien og på Haraldsplass i dag.

Virtuelle muligheter

Når sykehuset og høgskolen nå tar steget med å etablere felles simulerings- og ferdighetssenter, ser Eirik K. Johnsen mange nye muligheter åpne seg.

– Ved å kunne øve seg i team under forhold som er svært lik det virkelige livet,

vil få bedret pasientsikkerheten ved at deltakerne får praktisk erfaring sammen og så og si lærer seg å «snakke samme språk».

– Vi vil også se økt bruk av VR (virtual reality) og AR (artificial reality) i bruk under ferdighetstrening, noe som åpner enda flere muligheter for trening på krevende sykehusmedisinske oppgaver, legger Lena Jacobsen til.

Aktive studenter

Ved SSF skal man altså både benytte «dukker», som er meget avanserte og med «sykdomstilstander» som kan

fjernstyres fra kontrollrom ved øvingssalen, og med «markører» som er spill levende mennesker som stiller opp for at helseteamet skal bli enda bedre på pasientbehandling.

– Vi har en svært aktiv gruppe studenter, VID Akuttmedisinske Studentforening (VAS) som bidrar her. Det de opplever er at de lærer svært mye i rollen som «pasient» i møte med sykehuspersonale på

ferdighetstreningen – viktige ting som de tar med seg i sykepleiestudiet, forklarer Lena Jacobsen.

– En dukke vil alltid være kald, mens en markør er varm, og dét er noe helt annet. På SSF vil vi benytte begge deler i henhold til læringsmålet for øvelsen, forklarer Jacobsen.

– Vi vil også legge til rette for forskning til alle deler ved aktivitetene ved SSF, sier Lena Jacobsen.

– Det nye senteret åpner også helt nye muligheter for prosedyre- og metodeutvikling, legger Eirik K. Johnsen. Det nye senteret skal stå ferdig våren 2021 og blir i full bruk fra høsten 2021.

Nytt simulerings og ferdighetssenter

- Treningssenter oppbygget i det tidligere Akuttmottaket
- Består av 4 rom og 17 sengeplasser, med tilhørende lokaliteter
- Kan simulere prosedyrer og avanserte scenarier
- Treningssenteret er et samarbeidsprosjekt mellom VID og Haraldsplass Diakonale Sykehus
- Åpner for full bruk, høsten 2021

« Ved å kunne øve seg i team under forhold som er svært likt det virkelige livet, vil vi få bedret pasientsikkerheten.

Snart pensjonist

Jon Arne Fauskanger har hatt et stort ansvar og tatt del i en formidabel reise, men gleder seg nå til å kjenne på friheten pensjonisttilværelsen har å by på.

TEKST OG FOTO: ASTRID AARHUS BYRKNES



En trofast medarbeider takker for seg

Han har vært medarbeider i Haraldsplass familien i 22 år. Jon Arne som er utdannet siviløkonom fra Norges handelshøyskole, startet som økonomisjef først på Haraldsplass Diakonale Sykehus i 1998, og deretter gikk han over til Haraldsplass Diakonale Stiftelse i 2010 som økonomidirektør.

Nå blir Jon Arne snart tidligpensjonist, og 1. februar 2021 går både han og kona Ingeborg Fauskanger ut av arbeidslivet med avtalefestet pensjon (AFP).

Jon Arne forteller at han har mye å se tilbake på av både krevende og gledelige saker på Haraldsplass.

Det er en opplagt og entusiastisk økonomidirektør som tar imot meg på kontoret sitt. Kontoret har preg av lang fartstid. Her er mange permer med utallige dokumenter, men allikevel ryddig og koselig på alle måter.

Jeg kjenner på stor respekt når jeg setter meg ned for å ta denne praten med Jon Arne Fauskanger. Han har mye kunnskap og kompetanse, og han vet det meste både om Stiftelsen og virksomhetene under den.

Jon Arne Fauskanger har stått i front som økonomidirektør og vært med på en reise i utvikling og vekst.

– Hvordan har det vært for deg å arbeide i en verdibasert privat ideell stiftelse over så lang tid?

– Jeg har hatt i alle disse årene en givende tid med høy trivsel. Det å få arbeide først på sykehuset og deretter i Stiftelsen har gitt meg mye. Det verdibaserte formålet som Stiftelsen bygger på er interessant og viktig for meg, og derfor har jeg også blitt her i 22 år. Jeg er jo siviløkonom og sånn sett valgte jeg å gå i børsretningen utdanningsmessig, og med det kunne jeg nok ha jobbet med noe mer kommersielt, men det er det



verdibaserte og det diakonale formålet som har interessert og tiltrukket meg.

- Hva tenker du om det diakonale formålet til Stiftelsen?

- Jeg identifiserer meg med det diakonale formålet, og jeg synes Bibelens fortelling om den barmhjertige samaritan legger grunnlaget for dette formålet. I verdidokumentet vårt har vi denne fortellingen med, og det synes jeg er viktig.

Jon Arne forteller også at han er glad i folkekirken, og setter stor pris på at den er raus og har stor takhøyde.

- Det diakonale aspektet er blitt sterkere for meg disse årene, og det at jeg har fått jobbet med verdibaserte spørsmål og ikke bare økonomi har vært givende for meg personlig. Jeg er rett og slett blitt formet av denne jobben, sier Jon Arne åpenhjertig.

Gode ledere!

Når Jon Arne skal se tilbake på tiden ved Haraldsplass framhever han de gode lederne han har jobbet sammen med.

- Jeg setter stor pris på lederne, de gode direktørene som jeg har møtt gjennom arbeidet mitt. Det tette samarbeidet med disse har vært givende. De har gitt meg rom for utfoldelse og jeg har fått bruke mine evner på en god måte. Jeg har fått utviklet meg både som fagperson og som menneske!

Jon Arne legger til at han liker det nære samarbeidet og de gode samtalene mest i det «lukkede» rom.

- Jeg trives best tett på!

Utvikling og vekst i Stiftelsen

Jon Arne Fauskanger har vært med på en lang og viktig reise i utvikling og vekst.

Det har vært travle år, der de siste

årene har vært preget av stor byggeaktivitet med blant annet nytt sengebygg for sykehuset.

- Hva tenker du er noe av det viktigste og kanskje mest krevende du har vært med på her ved Haraldsplass?

- Vel, der er mye som kunne vært sagt om dette. I tiden ved sykehuset hadde vi mange krevende saker, men en av de mest krevende sakene vi jobbet med var å få bli likestilt med de offentlige sykehusene i forhold til pensjon. Denne tiden jobbet jeg sammen med Eivind Hansen som da var direktør. Dette var i perioden 2002–2008. Jeg må si dette var en svært vanskelig prosess hvor vi på Haraldsplass gikk i front. Ikke bare for oss selv, men også på vegne av de ideelle.

Jon Arne gjorde mye av grunnarbeidet med denne viktige saken med pensjonskostnadene. Sentrale aktører var også sykehusdirektør Eivind Hansen og arbeidsgiverorganisasjonen VIRKE. Sammen med de øvrige private ideelle gikk de i «krigen» og i 2008 ble de hørt og endelig likestilt med de offentlige.

- Når vi fikk gjennomslag for denne virksomhetskritiske saken var det en lettelse. Det kunne gått riktig ille. I denne perioden måtte Stiftelsen

gjennomføre to større emisjoner for å tilføre kapital og opprettholde egenkapitalen i sykehuset, sier Jon Arne alvorlig.

En annen viktig sak som Jon Arne nevner med glede og stolthet er byggeprosjektet «Nye Haraldsplass». Det å planlegge over lengre tid og deretter få realisert og fullfinansiert «Nye Haraldsplass», og få på plass rehabiliteringsprosjektet, ja det har vært viktig for utviklingen på både sykehuset og i Stiftelsen for øvrig. Mest av alt har

Fem kjappe

1. Hva gjør deg glad?

- Når mine barn lykkes med det de gjør!

2. Har du en bok på nattbordet?

- Nei, normalt ikke!

3. Favoritt julemat

- Pinnekjøtt

4. Favoritt julesang

- Deilig er jorden

5. Kryssord eller sudoku?

- Sudoku

«Nye Haraldsplass» komme pasientene til gode!

- Vi fikk til et svært godt samarbeid gjennom «partnership» med banken. At vi som Stiftelse skulle få fullfinansiert utbyggingen i en enkelt bank, med gode vilkår, var det få som trodde. Den reisen var rett og slett flott å få være en del av!

Veien videre for Stiftelsen

Gjennom samtalen med Jon Arne har vi vært innom mange temaer. Det som går igjen er at Haraldsplass Diakonale Stiftelse er framoverlent og ønsker å være relevant for samfunnet rundt, og ikke minst å få formidle det diakonale formålet.

Når jeg spør om hva som kan bli utfordringen fremover svarer Jon Arne ganske klart:

- Det er viktig at Haraldsplass Diakonale Stiftelse vil mye. Likevel tror jeg at utfordringen i fremtiden vil være å balansere veksten og gjøre de tingene som styrker Stiftelsen og ikke øker risikoen økonomisk ytterligere. Jeg tror



KLAR FOR KUNNSKAPSOVERFØRING: Jon Arne Fauskanger ved kontorpulten i Mohns Villa. I bokhyllene er det samlet mye kunnskap og historie som nå skal overleveres den nye økonomidirektøren!

det blir viktig å søke samarbeid med andre. Personlig tror jeg det er veien å gå for å bli større og mer robust. Jeg vil også trekke frem at Stiftelsen bør videreutvikle det politiske nettverket i alle politiske retninger slik at fremtidige rammebetingelser blir robuste og forutsigbare.

– En ny fase i livet venter!

– *Er du klar for å trekke deg tilbake og bli pensjonist?*

– Ja, det vil jeg si at jeg er. Dette har jeg og Ingeborg planlagt over tid. Vi har muligheten å gå av med AFP og vi ønsker å bruke muligheten nå. Alt har sin tid, sier Jon Arne.

Både Jon Arne og kona Ingeborg er aktive på sin fritid. Han tror ikke det skal bli vanskelig å fylle tiden med meningsfylte oppgaver. Jon Arne ser foreløpig ikke for seg at han skal gå inn i ulike styreverv

i Stiftelsen etter han avslutter.

– Jeg skal ikke være noen «syvende far i huset». Jeg er tilhenger av «clean cut». For meg er det viktig å bruke tiden på ektefelle, barn og barnebarn. Vi har både hytte og seilbåt som vi tilbringer fritida på, og så ser vi for oss at det nå kan bli tid til både reiser, musikk og til og med lese mer. Jeg er glad i både skjønnlitteratur, filosofi og vitenskap.

Ny økonomidirektør

Jon Arne har disse årene ved Stiftelsen vært en økonomidirektør som har jobbet med helheten når en stiftelse skal utvikle seg og vokse. Selv mener han at han har vært litt «ressursgnien», men i positiv

« Vi ser for oss at det nå kan bli tid til både reiser, musikk, og til og med lese mer!

forstand. Jon Arne har virkelig vært rett person på rett plass!

– *Har du noen gode råd å gi din etterfølger?*

– Vigdis Anita Gåskjenn blir en svært god etterfølger. Hun vil være rett person fremover.

Nå er tiden inne for å bygge en organisasjon rundt økonomi og økonomistyring som også tåler mer vekst. Mine råd til Vigdis Anita vil være at hun må tenke enkelt og fokusere på det viktigste. For mye detaljer kan stå i veien for en god analyse og kan også lett føre til feil i modellene.

Jeg pleier å si, og det mener jeg virkelig at det er bedre med omtrentlig riktig enn eksakt feil! Så vil jeg også ønske henne alt godt og lykke til i jobben, det kommer til å bli bra!



Sierra Leone

Sierra Leone er et av verdens fattigste land. Barnedødeligheten er høy og gjennomsnittlig levealder er blant de laveste i verden. Landet er et av de minst økonomisk utviklede i verden. Etter den ti år lange borgerkrigen tok slutt i 2001, har ikke Sierra Leone klart å bygge opp næringslivet. Dette har ført til at utdanningssystemet og helsesystemet i landet er svakt.

AV ROLLAUG HAUGLAND WAALER

Internasjonalt diakonalt arbeid

GODT SAMARBEID: Forstanderinne og prosjektleder Rollaug Haugland Waaler sammen med Dr. Grant, fylkesoverlege i regionen. Bildet er tatt i forbindelse med åpningen av sykehuset i mai 2019. Foto: privat

Haraldsplass Diakonale Stiftelse har de siste årene gjort en innsats for å reise et sykehus eller helsesenter i dette landet. Sykehuset skal betjene 23 landsbyer, 10.000–30.000 mennesker.

I 2016 satte Haraldsplass Diakonale Stiftelse i gang med å bygge et helsesenter i Nomo Fama, sørøst i Sierra Leone bare tre kilometer fra grensen til Liberia. Sykehuset stod ferdig november 2018 og det var offisiell åpning 4. mai 2019. I forbindelse med dette fikk både adm.dir. Jørn Henning Theis og prosjektleder Rollaug Waaler anledning til å delta på den offisielle åpningen. Det var fest og glede, og folket viste virkelig sin takknemlighet for denne hjelpen. Før de fikk det nye helsesenteret var barnedødeligheten og dødelighet for den fødende kvinne svært høy, rundt 20–25 %. Nå har den heldigvis falt noe, men det er enda en lang vei å gå.



Moderne helsesenter

Helsesenteret i Nomo Fama er et moderne sykehus med innlagt vann og strøm. Det har plass til 17 pasienter, derav tre fødende kvinner og to isolatpasienter.

Sykehuset har eget rom for menn og kvinner, barnerom, mini operasjonsrom, medisinerom, lite laboratorium, isolat og ny fødestue.

Nomo Fama har heller ikke unnsloppet Covid-19. Landet har vært stengt ned i flere måneder, og det har ikke vært mulig

å reise fra en region til en annen. Det er kanskje en av grunnene til at bare 78 mennesker så langt har dødd av dette viruset. For folket i Nomo Fama har det likevel hatt betydning.

Da helsesenteret stod ferdig, ble vi fort klar over at området trengte mer hjelp. Vi så behovet for å bygge stabsboliger slik at de kunne få tilgang på kvalifisert helsepersonell. Selv om avstanden til regionhovedstaden Kenema bare er vel 50 km, er veistandarden så

dårlig, i alle fall i regntiden at det tar flere timer å komme seg fram med bil. Haraldsplass Diakonale Stiftelse tilbød seg derfor å bygge boliger til sykepleiere og lege. Dette prosjektet stod nesten ferdig i februar 2020, men da kom som vi alle vet pandemien. Alt arbeid ble satt på vent, men i oktober måned har de kunnet starte opp igjen dette byggearbeidet. Vi håper og tror at hele prosjektet kan ferdigstilles og overleveres til helsemyndighetene januar 2021!

Sykkel-VM for eldre

Hvert år arrangeres «Road World for Seniors». Vi kaller det på godt norsk for sykkel-VM for eldre, og det sykles over hele verden! Arrangementet engasjerer eldre rundt om på sykehjem og dagsenter og er blitt en suksesshistorie på få år! Når beboerne på sykehjem får konkurrere og sykle, og ikke minst få heder, ære og gullmedalje som belønning, ja – da står jubelen i taket.

AV ASTRID AARHUS BYRKNES



PUST I BAKKEN: Agnes tar seg en pause i syklingen med god drikke i glasset!
Foto: Jan Inge Ebbesvik, Motitech

Trør til for en aktiv alderdom

Sykkel-VM ble arrangert på Domkirkehemmet og ved Siljuslåttan sykehjem i tiden 7. september til 2. oktober i år.

Selveste statsminister Erna Solberg åpnet sykkel-VM på koronavennlig vis via videooverføring fra hovedstaden.

Agnes i 100!

En av beboerne ved Siljuslåttan sykehjem som var med på arrangementet i år var Agnes Knudsen. Da hun snakket med representanten fra Motitech under

sykkel-VM var hun tindrende klar på en ting:
– Jeg elsker å sykle!

Agnes har den pene alder av 100 år og synes det gir mening å både sykle og være med på denne konkurransen. Hun har dessuten hele sitt voksne liv vært aktiv på flere fronter. En aktiv kajakkpadler, turgåer og ikke minst være ute i hagen med hagearbeid.

Det er andre gang at Agnes er med på sykkel-VM for eldre og synes dette er storarta!

Gir livskvalitet!

På Siljuslåttan sykehjem i Bergen var beboere fra to avdelinger samlet i hver sin etasje for å trø i gang sykkel-VM for eldre.

– Ingen tvil om at sykkel-VM for eldre gir livskvalitet i hverdagen, sier en entusiastisk frivillighetskoordinator Vibeke Ø. Henriksen ved Siljuslåttan sykehjem. Hun synes det er flott at Motitech organiserer dette hvert år, og berømmer organisasjonen for arbeidet de gjør med å tilrettelegge for aktivitet for eldre. På grunn av koronapandemien kunne dessverre ikke

sykehjemmene ta inn frivillige som sykkelverter. Men de ansatte har «trødd» til så godt de klarte med å følge beboere til aktivitetsrom hvor Motiview sykklene står. Her sykles det til storskjerm og beboerne kan selv få velge sykkelsti og musikk de ønsker å høre på mens de sykler.

Et viktig arrangement!

Også ved Domkirkehjemmet har det vært arrangert sykkel-VM for eldre, og det var virkelig kjærkomment med et slikt arrangement spesielt når samfunnet fremdeles er i en pandemi som gir visse begrensninger.

- Hva er det som gjør at dette arrangementet oppleves både gøy og viktig?

- Det er til stor inspirasjon både for beboerne og for oss som jobber ved Domkirkehjemmet at vi får en slik aktivitet til sykehjemmet. Vi har hatt så mye glede, og der har vært en stor innsats blant beboerne, sier Åse Kvam Røen som er aktivitør ved Domkirkehjemmet. På grunn av koronapandemien så har det i år vært mindre søkelys på selve VM arrangementet, men desto mer aktivitet har det vært å se på de forskjellige filmene som Motitech har lagt til rette gjennom dette sykkel konseptet.

- Det er så flott å dra på «tur» til nærmiljøet, eller tilbake til kjente steder rundt om i landet eller sågar til utlandet. Når en eller to beboere sykler, sitter gjerne en hel gruppe med andre beboere og ser på filmen, sier Åse begeistret!

Gir helsegevinst!

Sykkel VM for eldre og hele Motitech konseptet er gull verdt, forteller Åse Kvam Røen.

Sykkel VM for eldre bidrar generelt til helse og gir positiv effekt. Beboerne er helt klare på at sykkel-VM som konkurran-

se gir motivasjon, og det er gøy å være med på.

Både Vibeke og Åse understreker viktigheten med fysisk aktivitet. Ikke bare gir den økt livskvalitet, men å sykle gir bedre mobilitet og sånn sett bidrar til mindre smerte. Å bruke sykkel på denne måten i sykehjem gir altså flere gevinster.

- Når de eldre er fysisk aktive da opplever de glede, mestring og sosialt samvær. Syklingen kan øke funksjonsnivået og ta fokus vekk fra ubehag og smerte, forteller Vibeke og Åse.

Spør man Motitech som nå gjennom flere år har arrangert sykkel-VM og som har utviklet sykkel konseptet for eldre, så uttrykker de at mange av deres brukere uttrykker at de får bedre søvn og økt matlyst, samt at det å sykle kaller frem gode minner og gir mestringsfølelse.

- Alle mennesker er like verdifulle, uavhengig av alder og funksjonsnivå, derfor setter vi alltid brukerne og deres behov i sentrum for alt vi gjør, sier Jon Ingar Kjenes som er konsernsjef i Motitech.

Mange deltakere!

Årets sykkel-VM har hatt over 2800 påmeldte fra sju nasjoner, ikke rart at dette skapte konkurranse!

-Våre beboere bare elsker å få komme seg opp på sykkel og trå til. Vi merker entusiasmen og engasjementet, sier Vibeke og Åse begeistret!

Både ved Domkirkehjemmet og Siljusslåtten sykehjem har de lagt vekt på at sykkel VM skulle være noe ekstra! Her har vært markeringer både ved oppstarten og ved avslutningen av årets VM.

Ved inngangen til årets sykkel-VM for eldre var det både snorklipping, frukt og musserende drikke, og ved avslutning stod selvsagt premieutdelingen i fokus! Da vanket det pokal til de beste i hver klasse, diplom og medalje til alle.

MOTITECH

- Motiview ble utviklet i samarbeid med sykehjems etaten i Bergen kommune i 2012-2013 gjennom et prosjekt, der målet var å motivere eldre og personer med demens til å bli mer fysisk aktive.
- Selskapet Motitech ble etablert i oktober 2013 og har i dag 18 ansatte (inkludert datterselskaper), fordelt på kontorer i Norge, Storbritannia og Canada.
- Motitech AS er et Innovasjon Norge-støttet selskap som holder til i Alver kommune i Nordhordland.
- Motitech har i dag kunder i sju land.
- I 2017 arrangerte Motitech sykkel-VM for eldre for første gang.
- Dette er blitt et årlig arrangement som tar mål av seg å bli verdens største idrettsarrangement!

Domkirkehjemmet og Siljusslåtten sykehjem ser allerede frem til neste års arrangement. En slik begivenhet gir beboerne en opplevelse av samhold, konkurranse og mye glede, forteller Åse og Vibeke begeistret!

Alma Elise Østerbø 90 år

«Av Guds nåde går Alma Elise på jorda i sitt 90. år»

AV ASTRID AARHUS BYRKNES

Med disse ordene ønsket Gunvor Haakonsen fra Diakonifelleskapet velkommen til feiringen av søster Alma sin 90-årsdag i Ulriksdal 8b 27. august i år.

Alma Elise Østerbø vokste opp på Utslottøy i Bømlo kommune. Hun var yngst i søskenflokket som talte åtte og var dermed det vi kaller for en «attpåklatt»!

1. februar 1957 kom Alma til Haraldsplass. Hun startet på vårkullet og Alma og de andre elevene fant ganske fort tonen og hadde et rikt felleskap gjennom elevtiden.

I 1965 gikk ferden til Oslo der søster Alma tok utdanning på Norges høyere sykepleierskole i ledelse.

Dette gjorde til at Alma fort ble leder på Haraldsplass Diagonale Sykehus og var både avd. sykepleier og oversøster ved medisinsk avdeling. En periode arbeidet søster Alma som lærer ved sykepleierskolen, men hun ønsket å være hos pasientene, det var der hun hadde sitt kall.

Søster Alma er også glad i det kulturelle og det musikalske. Det er en fryd å høre søster Alma sin klare sangrøst og hun skriver også egne dikt og har utgitt diktboka «Tankar langs livsvegen»

Søster Alma, en diakonisse, rak i ryggen, modig og stolt over å være sykepleier og diakonisse sa blant annet dette når hun hilste gjestene sine velkommen:

- Denne 90-årsdagen hadde jeg tenkt skulle gå over i stillhet, men andre bestemte for meg at dagen skulle feires. Det er jeg glad for!

Det var mange i selskapet som ville tale til søster Alma, blant annet forstanderinnen Rollaug Haugland Waaler.

- Søster Alma, du er en viktig person på Haraldsplass og en rollemodell for mange. Du har vært med å utvikle sykehuset til det vi ser i dag og bidratt med mye kunnskap. Du er et levende leksikon kjære søster Alma.

En annen som hilste jubilanten denne dagen var Jørn Henning Theis, administrerende



rende direktør ved Haraldsplass Diagonale Stiftelse. Han fremhevet det viktige arbeidet som diakonissene gjorde for å bygge opp det vi har i dag.

- Det er imponerende det som søstrene gjorde, de gikk foran og la grunnen for utviklingen og arbeidet ved Stiftelsen og sykehuset i dag. Vi har derfor fått et ansvar og en arv å forvalte. Takk søster Alma for alt du har bidratt til, og for den du er, sa Jørn Henning Theis i sin hilsen.

Det er en takknemlig jublant som takker for hilsener, gaver og besøk på dagen sin.

- Dette var veldig kjekt. Takk for stunda og for at dere kom!

Søster Bjørgs julekjes

Er du ennå ikke kommet i gang med julebaksten? Fortvil ikke!

Magasinet Haraldsplass har den store glede å presentere en god, gammel oppskrift på julekjes, eller julekaker som det også kalles. Det er diakonisse Bjørg Sundsøy som deler denne oppskriften med oss. Hun har «arvet» den fra sin mor i Bremanger.

For søster Bjørg er den en tradisjon å bake julekaker. Dette gjør hun ofte sammen med søster Alma. Begge to forteller at det er ekstra kjekt å være to når man går i gang med julebaksten.

- Bjørg lager til deigen, gjør alt klart, og jeg står for steking, forteller søster Alma, når vi har en prat med disse to flotte diakonissene.

Lykke til med julebaksten!



OPPSKRIFT «Døler»

150 gr smør
150 gr sukker
1.5 dl kremfløte
½ ts bakepulver
200 gr hvetemel
2 ts vaniljesukker
200 gr mandler

Smør og sukker røres hvitt. Ha i vispet kremfløte og deretter de tørre ting og finhakke mandler.

Settes på smurt plate eller bakepapir med teskje. Stekes ved ca. 180 grader til kakene er gyllenbrune.



Haraldsplass Diakonale Stiftelse

Hverdagshelter har vi mange av, og flere av disse fikk representanter fra Haraldsplass Diakonale Stiftelse møte midt i koronatiden! På en nydelig varm sommerdag i juni 2020 hadde forstanderinnen Rollaug Waaler og samfunnskontakt Astrid Aarhus Byrknes en flott dag på jobb!

TEKST OG FOTO: ASTRID AARHUS BYRKNES

*Den største
gleda ein kan ha,
det er å gjera
andre glad*



GLADE: Ansatte ved Domkirkeheimet tar imot gavebrev fra Stiftelsen.

På vegne av Haraldsplass Diakonale Stiftelse fikk vi to komme rundt på besøk til alle virksomhetene under Stiftelsen.

Er det noe spesielt med det da, tenker du kanskje? I og for seg er det flere ganger både vi og andre fra Stiftelsen er på besøk i virksomhetene, men på denne fine junidagen hadde vi et helt spesielt ærende.

Under den krevende korona pandemien gjør alle våre ansatte en uvurderlig jobb og en stor innsats for våre pasienter, brukere, beboere og ungdommer. Å jobbe under krevende forhold der smittevern er avgjørende viktig for å unngå å få smitte inn i institusjonene, og samtidig behandle de som blir syke er selvsagt viktig. Flere med covid-19 har blitt så syke at det kreves sykehusinnleggelse på Haraldsplass Diakonale Sykehus. Vårt inntrykk av behandlingen disse har fått og får, er forbilledlig. Innsatsen har vært stor, og

alle har gjort en kjempeinnsats og gjort det fremdeles.

Hverdagsheltene!

Vi har så mange hverdagshelter, og Stiftelsen ønsker å både se og verdsette de tilsette ved å takke spesielt for jobben som blir gjort under koronapandemien. Hvem hadde trodd at denne pandemien skulle bli så langvarig, så inngripende og så krevende for oss alle. Fremdeles står vi oppe i den, og vi må huske på at pandemien ikke er over enda. Vi må minne hverandre på dette hver eneste dag.

Våre ansatte i alle virksomhetene er viktige for at vi skal løse vårt samfunnsoppdrag. Våre hverdagshelter enten det er rengjøringspersonale, sykepleierne, legene eller portørene, hver eneste en er viktige for en helhetlig tjeneste.

Med nylagede takkekort til våre ansatte der Trygve Skaug sitt nydelige dikt «BØNN» var trykt på, og med en

takkehilsen drog vi av gårde ut til virksomhetene for å takke. Men det var ikke bare takkekort vi hadde med oss, vi hadde også med en raus gave i form av et gavebrev på i alt 1500 til 7500 kroner alt ut ifra avdelingens størrelse.

Det var fint å oppleve så mange glade og takknemlige mennesker denne dagen, og vi opplevde i sannhet det gode ord-taket: «Den største gleda ein kan ha, det er å gjera andre glad».

– Slike kjekke dager på jobben kan vi ha flere av, for i bunn og grunn handler det om å nettopp se hverandre og verdsette hverandre for den vi er, gi glede og få glede, sier forstanderinnen Rollaug Haugland Waaler etter en vellykket rundtur en sommerdag i juni 2020.



Klokkene ringjer

Så stilt, så fredeleg... det er søndag morgon og byen søv. Den kalde, klare vinterlufta slår i mot meg, mens iherdige solstrålar er i ferd med å kjempe seg opp over fjellet i aust. Eg nyt desse morgonane åleine, på luftetur med hunden før byen igjen vaknar til liv. Stilla er til å ta og føle på, så var, så vakker... det kjennest nesten uverkeleg, ja beint ut guddommeleg, som lyden av skjør stillheit.

Brått bryt klingande klokker stilla. Og snart stemmer fleire i. Malmunge tonar frå det eine kyrkjetårnet etter det andre. Det kling frå sør, nord, aust og vest, Fridalen, Landås, Slettebakken, Storetveit... klokkene kallar. Den djupe klangen med samstemte overtonar legg sin ljomande melodi til dagen. Fantastisk!

Kling no klokka, ring og lokka... Kyrjeklokkene bind oss saman med 1000 års historie og med klokkeklang over heile verda. Opp gjennom tidene har ringinga har hatt mange ulike funksjonar. Lenge var klokkeklangen sjølve pulsslaga i livet. Klokkene slo ved soloppgang og solnedgang, i byane ringte ein til ulike tidebøner gjennom dagen og kyrjeklokkene var viktige tidsmarkørar i folk sin kvardagen. Ringing frå kyrkjetårna er også brukt til varsling av krig og ulykker, katastrofar, brannar og til mobilisering. Etter reformasjonen endra bruken av kyrjeklokkene seg noko. Men Christian IV gav pålegg om at ein skulle ringe for fred tre gonger om dagen. «Kalla og helsa med fred Guds born»!

Kimer I klokker... kiming, ringing, klemting. Høyrer ein nøye etter vil ein oppdage at klokkene har ulike språk for ulike høve. Kyrjeklokkene har først og fremst ein liturgisk funksjon. Målet med klokkeklangen er å ære Gud, samle til guds-

teneste, mane til bøn og minne om livet etter døden. «Klokkene ringer for deg» sa poeten John Donne og viser til at vi alle er i same båt, bundne til livet og dei livsvilkåra vi har som menneske. «No man is an island». Når klokkene ringer, så ringer dei for oss alle, enten det er ved gravferd eller til fest. Klokkene minner oss om at vi er bundne saman i eit fellesskap, og kallar til fellesskap med kvarandre og med Gud. Derfor vart det og så viktig, då gudstjenestene stengte ned på grunn av korona i april og mai i år, at kyrjeklokkene skulle få ringe til helg kvar laurdag kl 17. Dette var ikkje for å kalle saman til gudsteneste, men for å markere at fellesskapet er der, sjølv i ei tid der ein ikkje kunne å møtast.

Håpet er det vi har. Håpet er det som bind oss saman. Håp om ei betre verd, håp om fred i hjartet, håp om at det vil bli bra. Når det kimer inn til julefest, når vi høyrer juleklokker over jorda, når det ring og lokkar frå tusen tårn, då står vi saman i eit verdsvidt fellesskap og evig håp enten vi er åleine eller med andre. Eg er med dykk alle dagar, seier Jesus. Når høgtidsklokkene bryt stilla, minner dei oss om at det er håp og kallar oss alle til å ta imot «den rausaste gáva, barnet som oss til berging var lova».

«For eit barn er oss fødd,
ein son er oss gjeven.
Herreveldet er lagt
på hans skulder»

Jes 9,6

Signa julehøgtid,

Kristin Lødøen Hope

Sjukehusprest og studentprest
ved Haraldsplass

Klokkene ringjer

*Klokkene ringjer med malmunge tonar
som bårar om land i frå alle tårn.
Kunnigjer for verda som ventande vonar,
fred og forsoning for stridande born.
Klokkene ringjer
rundt om på vår klode,
denne vår herja og fredlause jord.
Kvite og farga, vonde og gode,
alle har rett til det levande ord!*

*Alle får likt av den rausaste gáva,
her er kje spørsmål om stilling og stand.
Barnet det kom som til berging var lova,
her lyser kjærleik mot hatet sin brand.
Klokkene ringjer, stans og ver stille!
Age for høgtid og helg enn står att.
Klokkene ringjer, ei stund er vi snille,
med stjerner vert tende mot jule-
kveldsnatt.*

*Klokkene ringer, jula er inne,
komen er kvelden og alt har den med.
Slik skal den vera, og står i vårt minne,
og vi skal syngje om glede og fred.*

Tekst: Ragnhild Skår Nesje

