

GSE-TEAM

Som kjent får klubben gjester fra Australia fra 8. mai og i en uke. Vi skal være verter for dem, med husrom og program. Gjestene kommer fra sydspissen av Australia, Victoria eller South Australia. Dette er GSE-deltagerne som kommer:

Rebecca Simunitch (28) er sosialkurator på et sykehus i byen Colac.

Wendy James (39) er sykepleier og har en administrativ stilling på et sykehus i Horsham

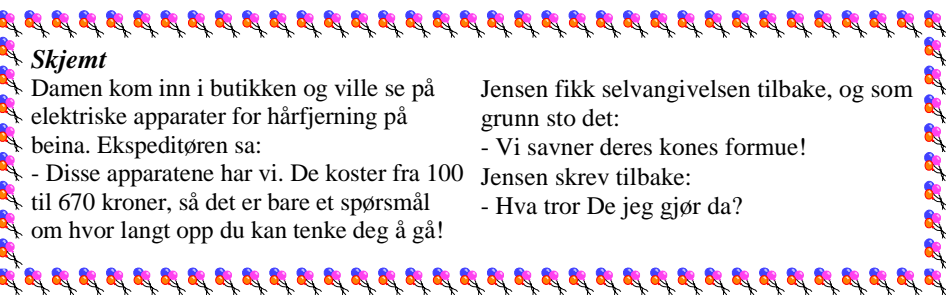
Michael Smith (31) jobber ved universitetet i byen Ballarat. Han arbeider med Business utvikling og samarbeidet mellom universitetet og næringslivet.

Peter McBain (37) er elektronikk-ingeniør i byen Mt. Gambier.

Duncan Stalker (65) er leder for teamet. Han er rotarianer og rektor på et College.

Det legges opp et program med mottagelse i kommunen, besøk i bedrifter, omvisninger og hyggelig samvær. Lørdag kveld inviteres deltagerne og klubbens medlemmer med ledsagere til Svein og Annbjørg for en "Norsk aften".

Svein J.



Skjemt

Damen kom inn i butikken og ville se på elektriske apparater for hårfjerning på beina. Ekspeditøren sa:
- Disse apparatene har vi. De koster fra 100 til 670 kroner, så det er bare et spørsmål om hvor langt opp du kan tenke deg å gå!

Jensen fikk selvangivelsen tilbake, og som grunn sto det:

- Vi savner deres kones formue!

Jensen skrev tilbake:

- Hva tror De jeg gjør da?



PROGRAMMENE FRAMOVER:

01.04.: Møtefri, 2. Påskedag.
08.04.: "Oppgavefordeling i den off. sektor" v/Kristin Borge.
15.04.: "Drivhuseffekten til diskusjon" v/Arne Johanssen.
22.04.: Honnørfest i Tvedestrand Rådhus.
29.04.: "Min tid på Grønland" v/Jan Kløvstad.
06.05.: Kameratskapsaften.



Ingen bursdagsbarn i mars, men noter deg:

14.04.: Kåre Arentsen,

FRAMMØTE MARS: 76 %

100 %: Arne, Asbjørn, Mads, Gerd, Ragnar, Svein, Tore G.

Møtt i andre klubber: Roald Olderbakk,
Torrevieja R.K. 25.03.



TVEDESTRAND ROTARY KLUBB

Postboks 81, 4901 Tvedestrand.

e-post: tvedestrand@rotary.no

Internett: <http://www.rotary.no/tvedestrand/>

President 2001 - 2002: Ragnar Lofstad,
Valle, 4900 Tvedestrand.

Telefon: 37 16 41 52 Mobil: 944 97618

Sekretær: Roald Olderbakk, Lyngmyrv. 44,
4900 Tvedestrand. Telefon: 37163156
e-post: roaldold@start.no

IT- ansvarlig: Helge Nilsen, Skipperheia,
Sagesund, 4900 Tvedestrand
e-post: admin@sentralvaskeri.no

KJELLERPOSTEN, red.:

Trygve Eriksen, Bakkev. 26, 4900 Tvedestrand.
e-post: tryerik@online.no



KJELLERPOSTEN

MÅNEDSBREV - TVEDESTRAND ROTARYKLUBB

Mars 2002



PRESIDENTEN HAR ORDET

Mars er historie og april er kommet. April er en spennende måned for meg i mitt yrke. Da ser jeg etter om pløksla kvitner. Det betyr at når åkeren får en gråkvit farge har klaken gått og åkeren er såklar og da kan det

bli problemer med å få tak i meg. April i klubben har vært god. Et nytt medlem har vi fått da Reidar Kjelstrup ble tatt opp 25.03. Vi har også flere gjester i kjelleren for tiden som ønsker å se om Rotary er noe for dem.

Fire fra kommende styre, Gerd, Einar, Mads og undertegnede har vært på distriktssamling for å lære hva det vil bli lagt vekt på neste år. Den store saken er fortsatt polio pluss. Det er ikke akke som vet at Rotary var den første organisasjonen som startet opp arbeidet med å forsøke å utrydde polio. Årlig var det ca. 350 000 nye tilfeller av polio da prosjektet startet. I 1999 var det kun 6000 nye tilfeller hvert år, og i 2001 er antall tilfeller redusert til 500. Neste år blir det gjort et krafttak for å avslutte prosjektet. Dette vil bli tatt opp i klubben etter hvert.

Andre saker var generelt klubbarbeid, ungdomsutvekslingen, IKT- informasjon og RI. Tvedestrand Rotary klubb har innbetalt det budsjetterte beløp samt et beløp innbetalt av kampanjen for past presidenter.

I slutten av april har vi den årlige honnørfesten på Rådhuset. Den er et løft for oss alle, men jeg gleder meg til den. I Roalds fravær har Tor Erik overtatt styringen, en jobb han har gjort før, så da vet vi at det går greit. En annen stor oppgave er GSE-teamet som

kommer i begynnelsen av mai. 5 personer fra Australia kommer for å være hos oss i en snau uke. Internasjonal komité har saken under kontroll og arbeider med et opplegg for besøket. Da håper jeg at alle som blir spurt om å bidra til et vellykket opphold har anledning til å si ja. Alt er så mye lettere når vi kan løfte sammen. De blir våre gjester på vårt møte 13 mai i kjelleren. Der vil presidenten få et problem med sine allsidige språkkunnskaper. Når jeg skriver dette månedsbrevet føler jeg uro over utviklingen av konflikten i Midtøsten. At hat og frykt kan utløse de bildene som vi ser rulle over skjermen hver dag er trist og at ikke verdenssamfunnet kan stoppe det er skuffende. Jeg tar ikke parti for noen, men vil minne om Rotarys formål: Å arbeide for internasjonal forståelse og fred gjennom vennskap over landegrensene mellom mennesker av alle yrker. Mitt høyeste ønske er om dette kunne slå til!

Ragnar

I dette nummeret kan du bl. a. lese om:

- Til ettertanke - tanker i ettertid v/Einar Johnsen. (Eget innlegg)
- Hva utvekslingsstudent Benjamin har drevet med siden han forlot oss for tre år siden.
- Forbrukerrådet i Aust - Agder v/Vidar Holm.
- "Min ferie på Peloponnes" v/Mads Oppegaard.
- Kameratskapsaften m. opptak av nytt medlem, Lensmann Reidar Kjelstrup.

Fra barnemunn:

Moren min sier at jeg går henne på nervene enda jeg står helt stille.

ROTARYS MOTTO:
Service above self

ROTARYS FORMÅL:
Rotarys mål er å gagne andre

SPØRSMÅLSPRØVEN 1. Er det sannheten? 2. Er det rettferdig overfor alle som blir berørt?

Møte 04.03.02 Rotarykjelleren
Møteleder: President Ragnar Lofstad
Sang: "Løft ditt hode du raske gutt"
Program: "Til ettertanke" v Einar Johnsen.
Fremmøte: 78%
Gjest/er: Elisabeth Mortensen, Benjamin, Geir Løvdahl og Bjørg Haaland Bjørnstad.

Etter presidentens velkommen, var det 3 min med "kataloggeneralen" Rolf Andreassen. Han orienterte litt angående situasjonen på katalogfronten. Rolf som har vært ansvarlig siden 1972 ønsket avsløsning og var glad for at Bjarne Thorbjørnsen hadde sagt seg villig til å overta. Stor takk til Rolf for imponerende innsats i mange år. Takk også til Birger og Karl Ragnar for god hjelp.

Einars "Til ettertanke - tanker i ettertid" grep oss alle. Ingen er sikre på å ikke komme i liknende situasjon. Vi kan lære av dette, og vi har fått Einars tillatelse til å gjengi hele foredraget. Dette følger som eget innlegg. *Gerd S.*

Møte 11.03.02 Rotarykjelleren
Møteleder: President Ragnar Lofstad
Sang: "Lerka"
Program: Forbrukerkontoret i Aust-Agder v/Vidar Holm
Fremmøte: 76%
Gjest/er: Arild Eriksen, Reidar Kjeldstrup Vidar Holm og tidl. utveksl. student Benjamin.

Benjamin holdt en 3 min.. Han synes det var hyggelig å være på besøk i "klubben sin" igjen. Siden han forlot oss for 3 år siden, hadde han gått videre på skole. Det siste halve året har han gått på universitet hvor han tar utdannelse som mekanisk sivilingeniør. Benjamin var takk nemlig for å kunne være "plassert" i 3 uker på Teamtec.

Mads orienterte om distriktssamling i Kristiansand lørdag 16.03, og oppfordret medlemmene til å delta.

Forbrukerkontoret i Aust-Agder brukes av 9-10 % av befolkningen i fylket kunne daglig leder, Vidar Holm, fortelle. Det betyr ca 8000 spørsmål/svar som kontoret blir involvert i. De fleste henvendelsene gjelder bygg, bolig og husleiespørsmål. Kontoret hadde også mange spørsmål angående kjøp/salg av bil og båt. Holm fortalte at det pr 1. januar i år var trådt i kraft en ny lov: Det kan nå gis dagbøter til håndverkere. Holm mente at kontoret i fremtiden kom til å jobbe mer mot det offentlige. Kommunene tar oss ikke alvorlig; hvilke rettigheter vi har, hva vi har krav på. Slik systemet er i dag, er det store forskjeller - vi må begynne å stille krav. Takk til Holm for ryddig og nyttig informasjon. *Gerd S.*

Møte 18.03.02 Rotarykjelleren
Møteleder: President Ragnar Lofstad
Sang: "Mellom bakkar og berg"
Program: Min ferie på Peloponnes" v/Mads Oppegaard
Fremmøte: 72 %
Gjest/er: Reidar Kjeldstrup, Ingrid Planke.

I slutten av juni 2001 satte Mads og Marianne kursen til en 3 ukers ferie i Hellas. Under hele oppholdet hadde de leiebil og la opp turen etter hvert. Hellas har masse kjempespennende historie, og er vår sivilisasjons vugge. Grekerne beviste gang på gang spennende og fascinerende byggeteknikk.

Rundreise Mads tok oss med på var spennende, Mads sin engasjerende måte å berette mye historie knyttet til de forskjellige reisemål på var imponerende. En liten stund begynte referenten å notere stedsnavn, historienavn, men med Mads sin fortellerevne og tempo, lente jeg meg tilbake og nøt rundreisen helt ut, uten å stresse med å notere.

Stor takk til Mads for flott tur, sikkert mange som vurderer Hellas som neste reisemål.

Gerd S.

ROTARYS MÅL ER Å GAGNE ANDRE. Dette mål søker vi å nå gjennom:
1. å lære våre medmennesker å kjenne. 2. å stille høye etiske krav til oss selv i yrke og samfunnsliv, og å vise respekt og forståelse for alt nyttig arbeid.

3. Vil det skape forståelse og bedre vennskap? 4. Vil det være fordelaktige for alle det angår?

Møte 25.03.02 Rotarykjelleren
Møteleder: President Ragnar Lofstad
Sang: "Vi vandrer med freidig mot"
Program: Kameratskapsaften m med lemsopptak.
Fremmøte: 72%
Gjest/er: Arild Eriksen, Reidar Kjeldstrup

Presidenten ønsket velkommen. Denne kvelden hadde vi gleden av at lensmann Reidar Kjeldstrup ble tatt opp som medlem.

Mads hadde en kort orientering om Kjeldstrup fordi fadder Ole Devold var på ferie.

Kjeldstrup er født i 1938 på Aker og bor i dag i vår nabokommune Arendal.

Kjeldstrup er gift og har tre barn. Mads ønsket Reidar Kjeldstrup velkommen i klubben vår.

En lensmann med utstråling av myndighet og ro; en god beskrivelse av vårt ny medlem.

3 min v/Svein Jordahl
GSE TEAM kommer til vår klubb 7 – 8 mai, og skal være her i syv dager. Det kommer fem deltakere pluss en leder. Siste gang klubben hadde GSE TEAM på besøk var i 1993.

Dette blir et stort arrangement for klubben. Håper at flest mulig stiller opp på de forskjellige arrangementer.

Resten av kameratskapsaftenen gikk med til å nyte nydelig eggerøre og spekemat, med påfølgende kaffe og kringle.

Presidenten takket for koselig aften og ønsket alle en God Påske. *Gerd S.*

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
★ **Visdomsord** ★
★ *Finner du* ★
★ *en eneste side ved meg* ★
★ *som du ikke kan godta,* ★
★ *er det en løsning* ★
★ *at du forlater meg.* ★
★ *En annen løsning er* ★
★ *at du blir,* ★
★ *i håp om* ★
★ *at du før eller siden* ★
★ *vil kunne forandre meg.* ★
★ *Venter du* ★
★ *at forholdet vårt skal bli godt* ★
★ *bare jeg forandrer meg,* ★
★ *må du kanskje vent* ★
★ *hele livet.* ★
★ *Bertil Martinsson* ★
☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥
♥ **Ord om kjærlighet** ♥
♥ *Nu går jeg langt borte* ♥
♥ *og dikter i kveld,* ♥
♥ *et brev som i stumper skal rives.* ♥
♥ *Men ber du meg skrive,* ♥
♥ *så kommer jeg selv,* ♥
♥ *for kjærligheten kan ikke skrives* ♥
♥ *Herman Wildenvey* ♥
♥ **Hjertets melodier** ♥
♥ *To brune øjne jeg nylig så,* ♥
♥ *i dem mit hjem og min verden lå,* ♥
♥ *der flammede smilet og barnets fred,* ♥
♥ *jeg glemmer det aldrig i evighet* ♥
♥ *H. C. Andersen* ♥
♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥♥

3. å søke og virkeliggjøre Rotarys idealer i vårt privatliv, yrkesliv og som samfunnsborgere. 4. å arbeide for internasjonal forståelse og fred gjennom vennskap over landegrensene mellom mennesker fra alle yrker.

”Å RAMMES AV KRITISK SYKDOM, ER OFTE STARTEN PÅ ET ØKONOMISK PROBLEM”

Sånn sett har vi opplevd begge deler. Det var en stor trygghet som næringsdrivende å ha dekning da jeg ble syk, 1) frivillig tilleggstrygd, 2) sykeavbruddsforsikring, og 3) raskt i gang med vikar! Uten vikar hadde driftstilskuddet stanset etter 14 dager, og dersom en i tillegg ikke hadde hatt tilleggstrygd og sykeavbruddsforsikring, hadde jeg blitt sittende igjen med 29% av normal inntekt til å dekke private utgifter samt for utgiftene for min ½ del av instituttet. Og det hadde blitt en stor merbelastning.

(Man skal være klar over at sykepene fra folketrygden er begrenset til 6 G (pr i dag 30800,-).

Så det første året”gikk alt på skinner”, jeg opprettholdt 100%, og jeg vil rose disse ordningene!!

2- Men etter 365 dager har det vært svært arbeidsomt og slitsomt til tider.

Sykeavbruddsforsikringen, 15000,- pr mnd falt bort i november fordi samme sykdom sammenhengende hadde en forsikringsbegrensning på 365 dager, selv om forsikringen har et totalvolum på 730 dager.

På forespørsel hvorfor det var slik, fikk jeg en gang til svar at ”det er bare slik”!!!, og en annen gang, fra høyt hold i forsikringselskapet, at ”de få næringsdrivende som v/ alvorlig sykdom ikke er tilbake etter 1 år, har enten lagt ned bedriften, solgt den eller blitt uføretrygdet”!!!

Dette er rett og slett å ”stikke kjepper i bena” på en 10.000 m løper på oppløps-siden når målet er innen rekkevidde.

Dersom 1% av de 22.000 som fikk kreft hvert år er næringsdrivende, 220 personer, og vil trenge mer enn 1 år får å komme tilbake, så skal altså disse være ”tap” for fremtiden, ved et slikt resonnement! **UTROLIG!**

Det har vært svært mye papirarbeid, overfor de utbetalende instanser, ”sannsynligvis nødvendig”, med svært mye tilbakemeldinger og stadig behov for dokumentasjon, som tar mye tid, og tapper energi, i alle fall etter hvert.

Jeg har også opplevd nåtidens rasjonaliserings- og effektiviserings BAKSIDE, hvor det for tid til annen ikke har blitt utbetalt (til avtalt tid) fordi ”den” personen som har med det å gjøre har vært syk, i ett tilfelle med en forsinkelse på 6 uker! Når slike instanser ikke har

BACKUP SYSTEM, er det i mine øyne ikke lenger verken rasjonelt eller effektivt!

”MORAL”: Det er faktisk nødvendig å ”følge med som en smed”. Men jeg verken vil eller kan la dette overskygge alt det positive.

På en måte er også dette lærerikt, erfaringer og nye erfaringer man tar med seg. Men: **NB!**

Det jeg har lært, og gjerne vil formidle til andre er: Å sørge for å være ”tilstrekkelig” forsikret mens du ennå er frisk, og sette seg ned å tenke gjennom/ regne på ”WORST CASE”.

Så får man heller vurdere om man vil ta seg råd til slike deknninger/utgifter, evt. Om man har råd til å la være!

Misforstå meg rett: De snart 16 mnd som vi har bak oss har også vært en ”fantastisk tid”, en tid vi har lært mye sammen, lært å takle motgang, som i dette året ikke bare begrenset seg til min sykdom. Elisabeth har stått midt i denne ”stormen” og har hatt det tøffere enn meg!

Jeg nevnte at vi fikk hele 15 forskjellige botilbud for jentene, men jentenes far var ikke blant dem, dessverre, og det var tungt både for jentene og også for Elisabeth. Men for meg har hun vært og er et stort menneske, et stort medmenneske, som har stått rakkrygget i hele denne tiden, med sine tanker, sin nærhet, varme, omsorg, ja rett og slett med sin kjærlighet til meg, til oss alle. Vi har levd sammen i ”gode og onde dager”, men hvor de ”onde dagene” også har vært gode fordi vi har lært å sette så uendelig pris på det gode!

Vi er glade for å ha fått bekreftet, i ettertid, hvor viktig det er å hjelpe hverandre og være sammen om jobben.

ODD BØRRETZEN SPØR: HVA ER LIVET?

”Det er svært og langt”...og ofte ubehagelig med regn, og skorpe på leverposteien – og skorpe på både det ene og det andre -, og måker” ennå med skraker. ... ja sånn er livet!

Men noen ganger - noen andre ganger er det helt all right. Jeg har lyst å si at mange, mange, mange ganger er det helt all right!!

”Livet er et mysterium som skal leves, og ikke et problem som skal løses!”

”Livet er å finne og bruke de verdier som gjør livet meningsfullt og positivt!”

”Livet er ingen selvfølgelighet, livet er en sammenhengende utfordring”, og det gjelder å ta utfordringene”. Vi er svært taknemlige for all den hjelpen vi har fått for å kunne ta disse utfordringene og fortsette livet; ”Marginene har vært på vår side!”

Jeg har mye å leve for, og mange og leve for, men ser vel på dette nå fra en annen vinkel enn for 1 ½ år siden! Jeg har vært heldig, og vi har kommet godt ut av det, og vi har kommet rikere ut av det!

Jeg tror faktisk vi har blitt litt annerledes mennesker etter dette!

TIL ETERTANKE – TANKER I ETTERTID

Einar hadde CD spiller med og lot oss først lytte til Odd Børretzens ”Noen ganger er det all right”.

1)

I fjor ble jeg kjent med en kar fra Brumunddal på B2. Vi hadde det til felles at vi begge hadde våre sønner i militæret. Han var ca 10-12 år eldre enn meg. Det første jeg observerte ved ham var stolen, gangmåten og den ene armen hans. SLAG, tenkte jeg. De gangene vi møttes i dagligstuen og spiserommet, slo vi gjerne av en prat, om løst og fast og han virket både blid og fornøyd, hadde humor - en beskjeden type som slett ikke ver noe storforlangende. Jeg la merke til at han skalv på hånden; parkinsons

sykdom og senere VAR JEG REDD?
sammes år lymfekreft - FØLTE INGEN REDSEL
”full pakke” både Hamar og Radiumhospitalet. Men: Du verden, for et livsmot og livsvilje! Gledet seg til sommeren, for da skulle han være mye på hytta.

2)

Vi møttes tidlig på året, en kar, opprinnelig fra Sykkylven, bodde nå i Oslo, som var til behandling for 2. gang. Denne gangen m/ høydosebehandling og isolasjonsopplegg [man blir født på ny, stamcelleterapi]. Han hadde en relativt stor båt, hadde ennå ikke vært nedover på ”våre” kanter, men det ble mye prat om Sørlandskysten, ett av hans neste mål. Lærte oss mye, kom med gode råd, jeg var jo en ”fersking” ennå med hår på toppen, han var den første ”helt skallete” jeg møtte. Bare det var en ny opplevelse.

Elisabeth hadde også mange gode pratetimer med ham. Positiv og full av optimisme.

Da vi reiste hjem, var hans opplegg etter hvert isolasjon opptil 14 dager, så vi regnet med å treffes når jeg skulle inn igjen. Og ganske riktig, mens vi var der, avsluttet han sin isolasjon, det hadde gått bra, prøver var fine, han var frisk! Jeg glemmer ikke da han kom og fortalte at han skulle utskrives, og på sitt syngende sunnmørse sa: ”Eg ha ikkje fnugg av smaksans, itte diitta, men ida skal eg på Vinmonopolet å kjøpe den dyraste shampagna dei he` for ida ska det feirest! Fantastisk! De fikk vårt tlf nr dersom de kom nedover, og vi fikk deres, og vi ønsket hverandre lykke til! Noe senere på ettervinteren da jeg var inne til ny kur, traff vi kona hans på korridoren. Mannen hennes hadde hatt 3 gode uker, vært litt ivrig og plutselig fått et kraftig

ryggtak som nærmest lammet bena hans. Først inn på Bærum sykehus, prolaps???, men nei, påny kreft, denne gang i ryggsoylen. Påny behandling, jeg pratet noen ganger med ham, han var fortsatt ved godt mot. Vi ble utskrevet omtrent samtidig, han måtte hvile etter kraftige kurer gjennom ca 3 uker, så vi avtalte å møtes ved min neste runde. For min del ble det ikke noen 3 ny runde i Oslo som planlagt, jeg havnet på ASA så mitt opplegg ble forskjøvet. Da jeg kom til Oslo igjen i april, traff jeg ikke ”vår venn” fra Sykkylven. Jeg drøyde det en måned før jeg tok en tlf til Oslo, og da kona tok tlf spurte jeg om Odd var hjemme og hvordan det gikk. ”Odd døde 3. april” fortalte hun. Vi pratet i ¾ time og det gjorde oss begge godt, så jeg fortalte det til Elisabeth.

To mennesker blant mange, med hver sine skjebner. De lærte jeg utrolig mye av og de lærte meg mye om det å være ydmyk!
Jeg har lært at det ikke bare er pasienten som får kreft – det er familien.

Derfor er det godt å ha med Elisabeth, hun har vært med på det aller meste, og vært igjennom det aller meste sammen med meg de siste 16 månedene.

Vi har lært hvor uendelig viktig det er å stå sammen om dette, nettopp fordi det rammer familien like mye som en selv. Jeg er glad i ettertid at vi valgte den modellen.
”Kreft krever krefter, pårørende trenger kraft” sto det på et oppslag på radiumhospitalet. – Så sant som det er sagt!. Familien har hatt like stort behov for omsorg som meg, og har fått det! Stikkord her er nettverk, som jeg skal komme tilbake til.

Jeg har lært å vise at jeg er uendelig stolt av min familie, stolt over å ha et så nært og god medmenneske som Elisabeth, stolt over Gorm og Eirik, som i fjor begge var på vei ut av hjemmet, i ”etableringsfasen”, og hvor usikkerheten ved det å være ”unna”/”borte” kunne ha fått fotfeste dersom ikke vi 3 hadde ”blitt enige” om at vi fikk brette opp armene og hadde hver vår jobb å gjøre: Gorm i Kosovo, Eirik i gardemusikken, og jeg på rad. hospitalet. Vi har kommet godt i mål alle 3. Og stolt over jentene Linn og Maria, 17 og 15 år som mestret situasjonen spesielt det første ½ året, da de hver 3. uke var ”henvist” til naboen mens vi var i Oslo.

Jeg tror vi alle har lært at ”det er i motbakke det går oppover og fremover”, ”motgang gir også styrke”!

Men hva fører en slik livssituasjon med seg?

A TOTAL OMSTILLING

Eks.vis hadde jeg fra 2. jan – 18. mars 2001 50 dager av 77 på sykehus (4 av disse som dagpasient). Plutselig, dramatisk, priggitt andre, uviss-het. (som flyktninger)

Hva med:

Usikkerheten i forhold til - Spesielt familie, jobb, faste gjøremål og rutiner.

HVORDAN HADDE DE ANDRE I FAMILIEN DET, HVILKE TANKER HADDE DE, ENGSTELIGE? REDDE?

Hva med:

USIKKERHETEN i forhold til

- egen helse - egen fremtid

FORTVILELSEN

VAR JEG REDD?

ENGSTELSEN

- FØLTE INGEN REDSEL

OPPGITTHETEN.

VAR JEG ENGSTELIG?

- For meg selv? -En gang (jan `01) på ASA da både sykdommen og behandlingen var nedbrytende, men med hvert sitt fortegn!

SAMTIDIG, DA JEG VAR LENGST NEDE, OPPLEVDE JEG OG FIKK BEKREFTET DET Å HA TRO PÅ, OG HÅPE. Jeg spurte legen hvordan dette skulle gå: "Slapp av Johnsen", dette har vi kontroll over dette. Dette kan vi. DET GAV EN UTROLIG TRYGGHET!!

VAR JEG ENGSTELIG?

- For mine nærmeste?

Ja, til å begynne med. - ventetiden, hva skjer?, når? – men fordi vi kunne stå sammen, da jeg fikk diagnosen: "Du har lymfekreft, men det er ingen dødsdom!", mobiliserte vi og la strategien: Jobbe seg gjennom sykdommen og restituere seg igjen. Engstelig for jobben?

Ikke for min egen jobb (fikk jo vikar etter 2 mnd.), men for min bror som ble sittende med "hele" jobben i fanget. Var at 1 uke før jeg ble syk, skrev vi under på kontrakt med brødrene Vatne, og sa opp i DNB-gården! Å flytte et institutt når 1 av 2 blir indisponert, samt en god del papirarbeid også med å skaffe og ordne med vikar, gav meg en del tanker, men igjen: NETTVERK Ca 25 personer stilte opp en lørdag i februar og "flyttet" instituttet på 1t 45 min.

-Engstelig for økonomien? Ikke i det hele tatt, da! Men har lært i ettertid at "det beste" og mest lett-vinte for alle parter ville ha vært å bli frisk og arbeidsfør innen 365 dager. (Skal komme tilbake til dette senere).

-Tenkte jeg på døden:

Malingt lymphom er tross alt en dødelig sykdom, dersom ubehandlet!

Ja, jeg gjorde nok det, bla fordi jeg "benyttet anledningen" til å oppdatere og ordne med "de viktige papirer, slik at jeg var a jour med dette før behandlingen startet. Jeg skrev også et brev/notat som begynte slik: "Dersom jeg faller fra....."

Det positive med det, var at jeg da var opptatt med papirarbeid istedenfor å bli sittende for mye å gruble i ventetiden.

JEG HAR LÆRT HVOR VIKTIG DET ER Å GI SIGNALER OG Å TA IMOT SIGNALER, OG BRUKE DETTE PÅ EN KONSTRUKTIV MÅTE!

(Eks.vis da Aasvang Olsen sendte meg "øyeblikkelig hjelp" til ASA. [fikk signaler] om det, og legen på ASA som spurte meg "Hva gjør du her? Da gav jeg signal med "hilsen" fra Aasvang Olsen). Eks. m åpen retur: Hadde fått signaler om hvor viktig det var, gav signaler til ASA da de "ikke ville ta imot meg fordi jeg ikke hadde skriftlig avtale om åpen retur"!!)

Man må kanskje bli litt "varm i trøyen", men jeg har opplevd helsevesenet på en fantastisk måte, slik at jeg kunne signalisere tilbake at jeg følte meg helt trygg.

Jeg følte at vi hadde en åpen, positiv og konstruktiv dialog hele veien, og det var godt for oss å høre tilbake fra fagfolkene når jeg meddelte mine plager, at "Da virker behandlingen som den skal!"

Jeg har lært at LIVSVILJEN er den fysiske og psykiske smerten suverent overlegen. Jeg lærte å oppleve smerte som "positiv" smerte (f. eks vekstsmertene – nødvendig for å bygge opp immunsvaret igjen mellom hver kur – SÅ POSITIVT.

B. OMSTILLING BETYR TÅLMODIGHET OG TID. Jeg/vi lærte fort å ta en dag ad gangen! Omstillingen ble en utfordring til innstillingen, og i innstillingen ligger det mye "medisin" og "smitte-effekt". For å bruke litt medisinsk terminologi.

Vi har opplevd hvor forskjellig mennesker er, hvor forskjellig de ser på sykdom, - og slik må det bare være – mens noen var preget av det negative og levde ut fra det, var andre positive og holdt motet oppe.

Jeg husker vi satt og snakket om dette hjemme like etter vi hadde fått diagnosen og det var så samstemt og godt; "dette skal vi greie, her er det vi som er "sjefen".

Så vi lærte at det å være positiv og være i angrepsposisjon/på offensiven i forhold til sykdom, mobilisere mekanismer i kroppen som gjør tilværelsen lettere.

Positiv, offensiv konstruktiv holdning overfor helsevesenet gir et svært godt samarbeid, en meget god respons tilbake, og dette begunstiger hele terapi-situasjonen.

Og- man blir respektert som menneske, som pasient!

Så mitt råd er.

- vær positiv
 - vær offensiv, - få informasjon, hold deg oppdatert
 - samarbeid
 - ta ansvar for din egen helse
 - vær konstruktiv – ta tak i det som er viktig
 - vær fremtidsrettet
- og ikke minst: - vær tålmodig!!

Vi valgte åpenhet omkring sykdommen fra første stund, og dette hjalp oss godt å kunne av Mystifisere og gi informasjon om hvordan tingenes tilstand var!

Det skapte trygghet for oss, og for de rundt oss (og det var mange).

"Mange" får frynsninger nedover ryggen når de hører: RADIUMHOSPITALET. For oss var det vårt andre hjem, hvor jeg ble frisk. Et fantastisk sykehus, med en fantastisk avdeling, og et praktisk sted i Oslo (for tissetrengende på vei hjem fra ferie!!)

At vi var åpne om sykdommen, hadde stor betydning for nettverket, og vi har lært at nettverk har enorm betydning for de som "ligger nede for telling".

Familie, venner, naboer, kollegaer, mennesker på gaten – utrolig med oppmuntring og støtte. Vi visste ikke at vi hadde så stort nettverk! I forkant av Oslo-turene fikk vi hele 15 tilbud om steder for jentene å bo, helt utrolig.

Begrepet: "VENNER FOR LIVET" fikk en slags dobbelt betydning!

Jeg sa til Åsta Pedersen på Østerkleiv, og det hadde hun godt av å høre: For en fantastisk sønn og svingerdatter du har!

Apropos venner, i den tiden ble jeg "venner" med Solan og Ludvig. Emanuel Desperados, Olram Slåpen (fra Bergen), hobbyjurist Sindre Pilten, og forfatteren Hallstein Bronskimlet d.a.y, bl alle fra Flåklypa og Alvdal.

HUMOR (og humor) ER REN TERAPI!

Og for oss har humor vært "medisin deluxe", men

for all del: Alt til sin tid!

Humor har en utrolig smitte-effekt, positiv effekt, beroligende effekt!

Eks: Sivertsen og Sunde: Stedvis dårlig dekning - ingen dott enno. Nettcom-sveis - com dott igjen.

Jeg må bare innrømme at jeg også har sans for den bisarre humor! Humor-tanke i jan!!: Januar er årets slankemåned, og jeg hadde gått en del ned i vekt. Dersom noen hadde spurt hvilken slankekur jeg brukte, måtte Jeg jo ha svart cellegiftskur!!

Januar 01:

Som sagt jeg hadde gått en del ned i vekt, og Lars (Lars Langmyr i begravesbyrået) kikket på meg og sa: "Ja, ja du ville i hvert fall ikke vært tung å bære"!! (greit når man kjenner hverandre)

- Eller bror min på ASA - spurte om vekten. Han satte meg i brevvektklassen (A post eller B post).

- "Vi er visst litt grumsete i dag"

- R.H. B2. Fredag kveld: "Do not disturb"

- B2 "Lille vakre Anna" – Kjære syster Johannah.

- Taushetsplikten.

Som tidligere nevnt "Å ta en dag ad gangen" var viktig, men vi lærte også at målsettinger, det å sette seg del-mål var viktig, å ha noe å strekke seg mot! Det gjorde utrolig godt å kunne realisere disse del-målene, vårtur til Voss – Skottlandstur/Military Tatroo – Eirik og Gorm – Madeira m Elisabeth og jentene.

"Alle" trenger noe/et sted å evakuere til- det er sunt for legeme – sjel – og sinn!

Koble ut, lade opp batteriene.

Jeg har lært å sette pris på naturen, og "de nære ting".

Naturen er en del av livet, og lytte til og være i naturen er næring til livet!

[Satt oppe mange netter, hørte naturen starte opp kl 2 – ½ 3, soloppgang]

Det har satt mange tanker i sving hos meg, hva er det som betyr noe? Hvem betyr noe for meg? Hvem betyr jeg noe for?

HVA ER LIVSKVALITET? HVORDAN BLIR FREMTIDEN?HVA ER VIKTIG I LIVET?

Vi har i alle fall lært når kreftene blir tatt i fra en, hvor viktig det er å få krefter igjen, og hvor godt de er å ha fysisk form, og psykisk/mental form. (Vi runder i disse dager ca 600 km på bena, tilsvarende ca til Oppdal.)

NB! Du har noe å stå imot med når det trengs!!

Men....Har så alt bare vært positivt?