

Kjære medlemmer

Nytt medlemsbrev med informasjon om støttegruppens aktiviteter.



I denne utgaven:

- Oppdatering fra styret
- Nytt fra Utøyastudien, NKVTS
- Hilsen fra 22. juli-senteret

Innledning

Kjære alle sammen,

Husk at Den nasjonale støttegruppen og våre fylkeslag er her for deg, selv om vi nå må begrense våre møter, samlinger og reisevirksomhet. Styret avholder fremdeles styremøter i digital form for å holde kontakten og behandle saker.

I påsken ble [filmen](#) (plakaten) vi har utarbeidet vist på alle TV2 sine kanaler langfredag og første påskedag. I disse dagene var flere medlemmer i styret i beredskap og holdt kontakten via nettmøter. Alt forløp stille og rolig uten noen spesielle hendelser.

På grunn av den usikre situasjonen vi har i forbindelse med viruset kan vi fortsatt ikke fastsette noe dato for neste fylkesledersamling og årsmøtet. Vi håper det kan avholdes til høsten, men vi må følge helsemyndighetens råd og oppfordringer.

Når det gjelder markeringene 22. juli i år, så er det også litt tidlig å si hvordan disse blir arrangert i år, men markeringer blir det. Myndighetene har i dag forlenget forbudet mot samlinger med over 500 personer frem til 1/9-20. Torsdag 30/4 vil det avgjøres om man kan ha samlinger med opptil 500 personer, dvs. da får vi vite om vi kan arrangere 22. juli markeringene på samme måte som tidligere år.

Det vil komme tilbakemelding så snart vi vet noe nærmere.

Ta vare på hverandre i tiden som kommer, men gjerne på litt lengre avstand enn vanlig!

Råd fra NKVTS

I forbindelse med den pågående pandemien gjentar vi rådene som NKVTS har utarbeidet, om hvordan man best kan handtere situasjonen. [Siden kan besøkes her.](#)

Nytt fra Utøyastudien, NKVTS

Kjære alle samarbeidspartnere i Støttegruppen!

Vi hadde gledet oss til å møte mange av dere på samlingen denne uken for å presentere nytt fra studien og takke for den flotte støtten dere viser oss. Dessverre er det ikke mulig akkurat nå, men så snart samfunnet er på skinner igjen, stiller vi gjerne opp. På NKVTS har vi hatt krisestab for å gi råd til myndighetene gjennom krisen, særlig psykososiale tiltak i forbindelse med nedstengning. Koronapandemien har vist oss at samfunnet vårt blir satt på mange ulike prøvelser, og at beredskap til å takle dem er viktig!

I slike tider er det ekstra godt å melde til dere at vi har fått veldig fin respons på studien vår! Det er utrolig viktig for oss at dere er slike gode lagspillere i dette arbeidet. Det gir oss energi og mot til å gjøre jobben og nå er vi i mål. I løpet av de siste månedene av 2019 og de første i 2020 er det gjennomført over fem hundre intervjuer over hele landet, 244 foreldreintervju (+56 på spørreskjema) og 268 intervjuer av de som overlevde på Utøya. Dette betyr at vi overgår våre mest optimistiske mål for studien og har nådd ut til mange flere enn vi kunne håpe på. Det gjør at studien vår er eksepsjonell og kan bidra med mye ny kunnskap både til oss og til andre som trenger å være forberedt på slike katastrofer.

Vi var utrolig lettet over at de aller fleste var fullført før koronaen satte sitt preg på folk og land, det er et veldig annerledes samfunn vi lever i nå om dagen. Vi har derfor valgt å utsette parringen (mulig å delta på nettskjema ved innlogging via min ID) enda noen uker slik at det fortsatt vil være mulig å være med for de som vi av ulike grunner ikke har fått svar fra.

Intervjuerne i studien melder om mange gode samtaler og møter med deltagerne i studien i reiser over hele landet, men vi vet også at det har vært tungt for mange å fortelle om at det fortsatt er vanskelig å komme videre i livet. Vi har derfor registrert behov for nye hjelpetiltak hos 30% av de overlevende, et mye høyere tall enn anslagene vi gjorde ved oppstart. Det har derfor vært av stor betydning at vi har

kunnet støtte oss til LOS funksjonen ved RVTS-ene over hele landet. Vi har hatt flere nettmøter med dem før pandemien og vi skal også ha oppfølging med dem i etterkant (så snart det er mer vanlig drift). Studien har sendt ut over 100 individuelle tilbakemeldinger om berørtes egen helsetilstand, et skriv som kan brukes til å søke hjelp fra for eksempel fastlege eller spesialist. Vi har fått mange tilbakemeldinger om at dette er verdsatt og nyttig for mange.

I denne studien har vi også hatt tilbud om å gå med en sensor på låret som måler aktivitet (for de som overlevde), hele 85% av de som deltar ønsket det! Vi har derfor hatt stor aktivitet med å sende ut, ringe og veilede ungdommer/voksne som har gått, danset, sovet og sittet på skole/jobb med denne «dingsen» på låret i en uke.

Så snart alle data er i hus, setter vi i gang med å analysere og formidle funnene våre. Så langt har vi registrert fortsatt høye nivå av PTSD i noen grupper, andre psykiske symptom, smerter og søvnvansker er også i stor grad plagsomt for mange. Hva dette skyldes og eksakt hvor mange det gjelder, må vi komme tilbake til.



Foto: NKVTS

Det viktige nå er at de som ønsket mer helsehjelp eller andre tiltak fikk formidlet dette til intervjuerne og at studien har bidratt til å opprette kontakt med LOS og hjelpeapparatet.

Støttegruppen har bidratt til begge deler, både å få studien gjennomført og opprettelse av LOS funksjonen. Det har vært viktige tiltak og jeg håper det også gir dere energi og mot til å fortsette arbeidet dere gjør.

På vegne av hele Utøyastudien,

Grete Dyb
Prosjektleder/Professor/Forskningsleder
NKVTS

22. juli-senteret

Hilsen fra 22. juli-senteret

På grunn av bygging av nytt regjeringskvartal er 22. juli-senteret nå ute av Høyblokka. Som mange av dere vet skulle den nye utstillingen "Samtalen om 22. juli" åpne i Teatergata 10 i slutten av mars.

22. juli-senteret har imidlertid i likhet med mange andre institusjoner og personer måttet endre planene og utsette utstillingsåpningen og flyttingen på ubestemt tid på grunn av koronasituasjonen. Det er en omskiftelig tid for alle og vi følger regjeringens anbefalinger og retningslinjer om smitteverntiltak. Det er for tidlig å informere om nye datoer for utstillingsåpning, men utstillingen er ferdig og vi ser frem til å vise den til både dere og publikum.

22. juli-senteret er et senter for læring, og et sted for å minnes. Når historien om 22. juli skal formidles, er det derfor avgjørende for 22. juli-senteret å belyse terrorens konsekvenser for enkeltmennesker. Dette ønsker vi å gjøre gjennom undervisning, dokumentasjon og i utstillinger.

Den nye utstillingen har, i likhet med utstillingen i Høyblokka, et stort fokus på å ivareta minnet om de som ble drept i terrorangrepet 22. juli 2011. 22. juli-senteret opplever å ha en god dialog med Støttegruppen i arbeidet med det nye minnerommet i Teatergt.10. I forbindelse med ny utstilling ble det sendt ut nye samtykkeerklæringer og i det nye senteret er det 75 av 77 portretter i minnerommet. I tilknytning til minnerommet har vi også etablert et rom hvor publikum i stillhet kan gi uttrykk for sine tanker og følelser.

22. juli-senteret ønsker videre å legge til rette for at flere blir kjent med historier fra livene til de som ikke lengre er med oss. Derfor har vi etablert filmprosjektet "Levd liv". Her produseres korte filmer i samarbeid med etterlatte. Vi har 6 ferdige filmer

som vil bli et viktig tilskudd til den nye utstillingen. Vi har en ambisjon om at senteret skal favne så mange av historiene som mulig og vårt langsiktige mål er at alle etterlatte som ønsker det kan bidra i dette prosjektet. Den nye utstillingen forsøker også å løfte frem hvordan det er å leve videre etter 22. juli, og vi har hatt et godt samarbeid med berørte og NKVTS i dette arbeidet.

22. juli-senteret har også måttet utsette flere prosjekter på grunn av den spesielle situasjonen og vi kan trolig ikke ha publikum eller skoleklasser i senteret før sommeren. Vi har imidlertid utarbeidet en digital e-læringsplan som begynner å ta form og vi vil publisere innholdet både på Facebook og på våre nettsider snart.

22. juli-senteret er også, sammen med Støttegruppa of AUF, i dialog med Statsbygg, KMD og KD i arbeidet med rom- og funksjonsprogram for permanent senter i Høyblokka. Dersom tidsplanen kan følges vil rammesøknaden sendes til Oslo kommune ca. 1. juni. Deretter blir det en lang og spennende prosess frem til vi kan flytte tilbake igjen, forhåpentligvis i 2024.

22. juli-senteret har helt siden oppstarten i 2015 hatt et tett og godt samarbeid med Støttegruppa. Vi takker varmt for uvurderlige innspill, all deltagelse, dialog og støtte også i arbeidet med midlertidig senter og ser frem til å invitere dere til Teatergata. 10 når situasjonen tillater det.

Med vennlig hilsen 22. juli-senteret.

Lena Fahre

Direktør, 22. juli-senteret



Vi ønsker alle våre medlemmer en fortsatt fin tid i denne nasjonale krisen. Ta vare på hverandre!

For styret i Den nasjonale støttegruppen etter 22. juli
Lisbeth Kristine Røyneland
<http://22juli.info/>

Organisasjonsnummer: 9974.13598
E-postadresse: stottegruppen@22juli.info

Kalender

Hva	Når
Digitalt Styremøte Teams	18. mai 2020
Minnemarkeringer	22. juli 2020

Vi takker for fotobidrag fra: Malene Husby og NKVTS.