



Gatelangs

Natteravnene - Gatelangs siden 1990
Nummer 1 - mars 2016 - 14. årgang

**Tema:
Mobbing**



MC-RAVNER:

GLEDER SEG TIL SESONGSTART

ØYSTEIN DJUPEDAL:

VOKSNE MÅ TA ANSVAR



Bufetat

Har du plass til flere i familien din?

Mange barn og unge i Norge trenger et fosterhjem. Et vanlig hjem med alminnelig omsorg og trygghet. Er du nysgjerrig på hva det innebærer å være fosterhjem?

Vi har informasjonsmøter og kurs. Ta kontakt med oss, så hjelper vi deg med å finne ut om dette er noe for deg og din familie.

En god oppvekst varer livet ut.

fosterhjem.no

Illustrasjonsfoto: Tine Poppe

Lån penger på dine egne verdier!

Vi kan gi deg kortsiktig lån mot pant i gullsmykker, norsk sølvtøy, bunader og eksklusive klokker m.m. Vi belåner også kunst i form av malerier, gjenstander o.l.

Vi holder til i
Prinsens gate 12, 0152 Oslo
Telefon: 22 33 84 60

Åpningstider :

Mandag - fredag	09.00 - 15.30
Torsdag	09.00 - 16.30

Sommertid i perioden 15. mai - 31. august

Mandag - fredag	09.00 - 15.00
Torsdag	09.00 - 16.00

Du finner også informasjon på:
www.lanekontoret.no



Lånekontoret

Ali kaffe kurerer gruff
— og holder deg våken



JOH. JOHANNSON - kjent for god kaffe siden 1866
www.alikaffe.no



Gatelangs

ISSN 1893-899x

ANSVARLIG REDAKTØR:

Lars Norbom
gatelangs@natteravnene.no

REDAKTØR:

Anette Haugen
gatelangs@natteravnene.no

DESIGN OG PRE-PRESS:

Per Frederiksen • vinceweb.no

TRYKK:

Zoom Grafisk • Drammen

ANNONSER:

Norske Publikasjoner as
Telefon: 22 90 71 90

BESØKSADRESSE:

Storgata 28, 0184 OSLO

POSTADRESSE:

Natteravnene Oslo,
Pb 9402 Grønland,
0135 OSLO
Telefon: 23 00 21 20

gatelangs@natteravnene.no

www.natteravnene.no

www.facebook.com/natteravnene1

twitter.com/ravnene

Trykksak



241 501

Zoom Grafisk,
Drammen, har rett til
å benytte svanemerket
på sine trykte
produkter.

Forsidefoto: Nordhordland MC-Ravn

Det 11. bud

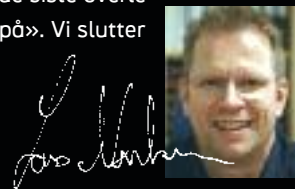
I november i fjor ble vi rystet av Odins historie. Gutten som etter år med mobbing tok sitt eget liv, 13 år gammel. «Det nytter ikke å si fra for de gjør ikke noe uansett.» På denne måten ga gutten uttrykk for sin dype fortvilelse. Saken fikk dessverre et svært tragisk utfall.

Temaet for denne utgaven av Gatelangs er nettopp mobbing. Et tema som engasjerer helt opp på regjeringsnivå i samfunnet. Statsministeren var opptatt av problemstillingen i sin nyttårstale og kunnskapsministeren har besluttet å videreføre Djupedalutvalgets arbeid, noe du kan lese mer om i denne utgaven.

Vi er også innom temaet nettmobbing og hvordan blant annet tiltaket slettmeg.no kan bidra til å bekjempe denne formen for mobbing. Du kan også lese mer om Ann Kristin Lilands bok om hvordan man som forelder kan håndtere denne utfordringen. Boka er basert på egne erfaringer fra sønnens oppvekst.

I januar var det 70 år siden fangene i konsentrasjonsleiren Auschwitz ble befridd. I forbindelse med markeringen for dette, ønsket en av de siste overlevende seg et 11. bud: «Du skal ikke være en som ser på». Vi slutter oss til denne oppfordringen fra Roland Kent og håper alle som er vitne til mobbing bryr seg.

God vandring!



Innhold

Leder	3
Landet rundt	5
Djupedal: «Voksne må ta ansvar»	6
Hva gjør du når barnet blir mobbet	8
I fakkeltog mot mobbing	15
Hjelp fra medelever	16
Barneombudet: «Ta barna på alvor»	17
Råd om nettvett	20
Samarbeidsmøte	22
Portrett: Nordhordland MC-Ravn	28
Portrett av en natteravn	31
Fra arkivet: Dugnad – nytt nasjonalord	32
Ungdommens stemme	34



Foto: Karin Beate Nøsterud/norden.org

Neste Gatelangs kommer i juni.
Frist for innspill er 30. april 2015

Tips oss!

Skjer det noe i ditt nærmiljø
eller i din natteravngruppe
som Gatelangs bør skrive om?

Tips oss!

Send en mail til
gatelangs@natteravnene.no

Natteravnner landet rundt...

Frøya

De siste årene har lokalavisa Hitra-Frøya valgt å gi en julegave til et godt, lokalt formål – i stedet for til forretningsforbindelser. Denne gangen falt valget på Natteravnene på Frøya. Det var en både forfjamset og glad leder av Natteravnene som mottok gaven på 10 000 kroner, melder lokalavisa Hitra-Frøya. Natteravnlederen på Frøya, Karin Nilsen, lovte å bruke gaven på en fornuftig måte, til det gode for ungdommen.

Bergen

Selv om idrettslagene, med Sportsklubben Brann helt i toppen, fikk mest lokale grasrotmidler i Hordaland, står både Natteravnene i Bergen sentrum og Nordhordland MC-Ravn på en liste over tildeling av grasrotmidler for 2014, presentert i Fanaposten.no.

Natteravnene i Bergen sentrum mottok totalt 13 401 kroner fra til sammen 45 givere, mens Nordhordland MC-Ravn mottok 2 401 kroner fra totalt 12 givere.

Jessheim

For sjette år på rad bidro Natteravnene i Ullensaker kommune i Akershus med å arrangere jul for ensomme på Jessheim. Julefeiringen er et samarbeid mellom Natteravnene Jessheim, Røde Kors og Frivillighetssentralen, melder rb.no. Klokka 17.00 åpnet de dørene for tradisjonell julefeiring for alle som ønsket noen å feire sammen med. Julemat og underholdning sto på programmet, i tillegg til at julenissen naturligvis stakk innom.

Haugesund

En helg i november ble Natteravnene i Haugesund truet av en full mann i 30-årene som lagde bråk, melder Haugesunds avis. Det hele endte imidlertid bra etter at politiet tok en prat med mannen og viste ham bort fra sentrum.

Mysen

Da Natteravnene i Mysen i høst sto uten tak over hodet, fordi Jernbaneverket selv trengte lokalene de hadde lånt, fikk de hjelp av lokal ungdom, melder Smaalenene.no. Da kommunen ikke svarte på spørsmål om nye lokaler, gikk Natteravnene ut offentlig. De fikk flere tilbud, både fra Røde Kors, Innovi og ungdommer i det lokale «Mekkeverkstedet» på Mysen. De har nå flyttet inn i egne lokaler hos mekkegjengen, lokaler som også har sentral beliggenhet.

Stavanger

Natteravnen Brit Harestad Osaland er en meget aktiv ildsjel. På Stavanger kommunes nettsider kan vi lese at hun er tildelt Idrettens ildsjelpris 2015 for sin deltagelse med mange ulike verv i innenfor turn i 25 år – og i de siste 28 årene for Tasta Turn. I tillegg til dette har hun altså vært natteravn i 14 år og ble kåret til Årets Tastabu i 2013.

Voksne må ta ansvar

Selv om det ofte er barn som mobber barn, har alltid de voksne ansvaret. Altfor mange er imidlertid utrygge på håndteringen, derfor må de få et verktøy å bruke slik at de vet hva de skal se etter og hvordan de skal håndtere mobbesaker. Dette jobber Djupedalutvalget med.

Tekst og foto: Anette Haugen

Det var den forrige regjeringen, Stoltenberg II, som nedsatte Djupedalutvalget høsten 2013. Utvalget ledes av tidligere kunnskapsminister Øystein Djupedal, som nå er fylkesmann i Aust-Agder. Mandatet er å «vurdere de samlede virkemidlene for å skape et godt psykososialt skolemiljø, motvirke og håndtere mobbing og andre uønskede hendelser i skolen».

Da den blå-blå-regjeringen overtok regjeringsmakten senere samme høst, var den nye kunnskapsministeren, Torbjørn Røe Isaksen, raskt ute med å bekrefte at utvalget ville bli opprettholdt. Den eneste endringen han gjorde var å framskynde datoen innstillingen skulle være klar – fra juni 2015 til 18. mars. Med andre ord er den rett rundt hjørnet.

Sterke historier

Utvalget er et ekspertutvalg og de har brukt mye av sin tid på å samle inn fakta. Når de leverer sin NOU (Norges Offentlige Utredninger) 18. mars, garanterer de at den ikke baserer seg på synsing og teorier, men på kunnskapsbaserte fakta.

– Mange «tror de vet», men så gjør de egentlig ikke det. Vi har vært mye på reise. Vi har besøkt forskere, skoler, skoleledelse, organisasjoner, foreldre og barn.

Samtidig har vi fått massevis av brev fra fortvilte foreldre og barn som har fortalt sine historier. Mange av historiene har gått veldig inn på meg og jeg har grått mye, sier Øystein Djupedal.

Samtidig med innspurten av arbeidet har det også kommet frem mange alvorlige mobbesaker i media denne høsten. Dette har gjort at Djupedalutvalget har fått et enda sterkere press på seg og et sterkt ønske fra flere hold – ikke minst regjering og skole – om at de må komme fram til noen virkemidler som virkelig vil gi effekt og som vil hjelpe.

Klare prioriteringer

I innstillingen som snart kommer vil det være en rekke forslag til tiltak som bør og må gjøres for å få bukt med mobbingen. Øystein Djupedal lover imidlertid at dette ikke bare skal bli «nok et papir med gode forslag». For å unngå det, vil utvalget blant annet gi sterke og klare prioriteringer på hva politikere og skoleledelse må ta tak i aller først.

Dette er tiltak som skal la seg gjennomføre ganske umiddelbart, uten at en rekke nye utredninger må til. Djupedal føler seg dessuten helt trygg på at både kunnskapsministeren, regjeringen og Stortinget vil ta tak i og følge opp arbeidet fort. – Jeg er veldig glad for at kunnskapsministeren har vist et så stort engasjement. I og med at utvalget ble satt ned av den forrige regjeringen, vet vi også at dette er et arbeid det er bred tverrpolitisk enighet om. At dato på ferdigstillelsen er framskyndet peker mot det samme. Dette er en innstilling mange venter med lengsel på, påpeker utvalgets leder.





Rørt: Alle mobbehistoriene Øystein Djupedal har hørt den siste tiden har rørt ham dypt. Han er selv trebarnsfar – og har derfor også tidligere gått en del natteravn i nærmiljøet.

Ta ansvar

På spørsmål om hva Øystein Djupedal føler er den aller største utfordringen når det gjelder mobbing i dag, er han ganske klar i sitt svar:

– Det er at vi voksne må ta ansvar. Alt for mange føler utrygghet. De vet ikke hvordan de skal gripe an situasjonen. I stedet for å gripe inn, lar de det derfor passere over lang tid. Det er for så vidt lett å forstå, det er vanskelig å håndtere mobbesaker, men det er likevel uakseptabelt. Slik unnfalleshet er fryktelig, for selv om det ofte er barn som mobber, er det alltid vi voksne som har ansvaret, fastslår Øystein Djupedal.

Nå er det hans og utvalgets oppgave å sørge for at alle voksne, både foreldre, lærere, skoleledelse og andre får noen gode verktøy, slik at utryggheten forsvinner og slik at vi vet hva vi skal gjøre om vi observerer mobbing. En annen viktig kunnskap vi trenger er å vite hva vi skal se etter, slik at vi faktisk oppdager mobbingen, som også skjer i det skjulte.

God skoleledelse

I forlengelsen av dette er det nok en ting Øystein Djupedal vil påpeke, og det er hvor viktig en god ledelse er. Utvalget har nemlig klart observert at der det er god skoleledelse, er det også mindre forekomst av trakassering og mobbing. Dette mener han er underkommunisert.

– Ledere må bli trygge. Det er mange skoleledere som er flinke, men alle er kanskje ikke like flinke til å hjelpe hverandre. Det må de bli. De må bygge nettverk og snakke med hverandre. Skoler som har jobbet godt mot mobbing må hjelpe de som ikke har like god struktur. Det samme gjelder ned på lærernivå. God klasseledelse er av stor betydning. Derfor må alt dette også inn i lærer- og rektorutdanningen, fastslår han.

Han mener videre at mange av dagens mobbeprogram fungerer bra. Noen skoler bruker dem, andre ikke. Det som uansett er viktig er at et slikt mobbeprogram ikke blir en sovepute. Det holder ikke bare å henvise til et program. Et godt psykososialt miljø på skolen skapes ikke av et program, men av et godt, kollektivt samhold og samarbeid på skolen.

Nettmobbing

I løpet av alle samtalene de har hatt og brevene utvalget har mottatt fra barn og foreldre, har ikke nettmobbing vært et veldig fremtredende problem i forhold til mer tradisjonell mobbing. Øystein Djupedal vil likevel understreke at det er viktig å være spesielt oppmerksom også på slik mobbing.

Måten nettmobbingen skiller seg ut på, er at det her i mye større grad er mulig å være anonym – og at det ikke alltid er like lett å oppdage. Samtidig er digital mobbing et krevende felt, rent juridisk. De har derfor brukt mye tid også på dette. Rådene og tiltakene de kommer med i innstillingen vil slik sett både være generelle og gå på mer spesifikke ting. De har i tillegg sett på forvaltningstiltak, slik som å gi bøter hvis kommuner eller skoler ikke følger regelverket. Det er med andre ord et tidkrevende arbeid, men innstillingen blir klar i tide, det lover utvalgets leder.

Berører familien

Som nevnt har Øystein Djupedal grått en del tårer når han har lest og hørt alle de opprørende mobbehistoriene. Den positive effekten av dette er at det har gitt ham ekstra energi til å jobbe med utredningen. Det å kunne bidra til at noen barn og deres familier får det bedre er en veldig god følelse. Han legger nemlig til at mobbing berører hele familien.

– Jeg har snakket med foreldre som selv har vært nødt til å ta grep og kanskje ta barnet ut av skolen. Noen familieforhold ryker i slike saker, andre familier mister hele vennekretsen og sitt sosiale liv. Det å hjelpe barnet sitt blir altoppklukende og kanskje orker ikke familie og venner å høre mer. Det blir en forferdelig belastning for alle, forteller han.

Til slutt ønsker han å rose utvalgets øvrige medlemmer. Han understreker at det er en kunnskapsrik gjeng. Sammen har de greid å holde blikket rettet mot det som er viktig, nemlig barna. Det er de som er bunnlinjen og viktige i denne saken. Alt annet er uvesentlig.

Hva gjør du når b

I sin nye bok «Alle mot én» forteller Ann Kristin Liland om hvordan hennes sønn gikk fra å være en populær og glad gutt til et traumatisert mobbeoffer. Historien er dessverre ikke unik, derfor har moren lagt stor vekt på å gi konkrete råd til foreldre som opplever det samme.

Av Anette Haugen

På barneskolen var Robert Liland en åpen, glad og flink skolegutt. Da han begynte på ungdomsskolen gikk det også fint – i starten. Så skjedde det en enkelthendelse der noen stjal identiteten hans på nett i forbindelse med et spill. Han var flink også her og flere av guttene var litt slepphendte med passord. Han stjal sin egen identitet tilbake. Det var da alt begynte. – Det var en gjeng der som allerede hadde mobbet flere andre. De satte ut noen rykter. Det utløste et skred som ble til et mareritt med mobbing, utestengelse, vold og etter hvert et selvmordsforsøk, forteller moren, Ann Kristin Liland.

Rådgivning om mobbing

Egentlig er Ann Kristin Liland utdannet kokk, men midt oppi alle problemene begynte hun på en videreutdanning, der hun blant annet tok en master i politikk og ledelse. Nå jobber hun som sosialrådgiver på full tid med foredrag og rådgivning rundt mobbing.

Før hun skrev boka «Alle mot én» var familien også i en rettsak, der de saksøkte Søgne kommune for ikke å ha gjort nok da sønnen ble mobbet på skolen. I februar 2013 vant de rettsaken og Robert ble tilkjent en god sum penger i oppreisning. Omsider fikk de også unnskyldningen de hadde ventet på. Den kom på direktesendt TV fra rådmannen i Søgne.

Boka kom ut i høst og er todelt. I den første delen forteller moren litt om sønnens oppvekst, om hvordan mobbingen



begynte og hvordan det hele kunne skje. En veldig viktig del av historien handler også om senskadene han fikk, i form av konsentrasjonsvansker, angst og depresjoner. Disse tingene var det ingen som fortalte dem om. Til slutt i del én skriver hun om veien til rettsaken. I del to gir hun konkrete råd til foreldre, rådene hun selv så sårt savnet.

Kontaktet skolen

Mye av historien til Robert handler om

hvordan skolen ikke maktet å ta tak i mobbingen. Så snart foreldrene forsto at noe var galt, prøvde de å spørre Robert om hva det var. Han hadde på kort tid gått fra å være en utadvendt gutt som var mye på farten, til alltid å sitte hjemme alene. Så de forsto jo at noe ikke var som det skulle. – Vi foreslo for ham at vi kunne ta det opp på en konferansetime med læreren, men da fikk han helt panikk. Da forsto vi både at dette var feil taktikk og at han var utsatt for noe alvorlig. Etter at jeg hadde

Arnet blir mobbet?



overhørt en samtale med en som tidligere hadde vært hans beste venn, knakk han sammen og fortalte meg alt, forklarer moren.

Mannen hennes var på dette tidspunktet på jobb i Nordsjøen, men sammen kontaktet de skolen og ordnet et møte med kontaktlæreren, sosiallæreren og rektor. De tok med seg opplæringsloven, der det i kapittel 9a står alt om elevenes skolemiljø og hva de har krav på.

Ikke kompetanse

— Svaret vi fikk fra skolen var ganske sjokkerende. Både sosiallæreren og kontaktlæreren var relativt nye og sa at dette hadde de ikke kompetanse på. Rektor innrømmet å ha sett loven og at de hadde den et sted. Han sa videre at han ikke var tilhenger av mobbeplaner. Han hadde imidlertid vært sosiallærer ved en annen skole i femten år. Samtidig sa han rett ut at han ikke kunne love at sønnen vår ville være trygg på skolen, forklarer Liland.

Resultatet var at ingenting ble gjort for å bedre skolehverdagen til Robert. Moren er ganske klar på at hun ikke tror det sto på viljen, de manglet bare kunnskapen. De visste rett og slett ikke hvordan de skulle takle situasjonen. Frustrasjonen var stor over at det ikke var hjelp å få, så da måtte de selv prøve å gjøre noe.

— Mannen min tok blant annet kontakt med noen av de andre foreldrene og han og Robert var i et møte med flere av dem og sønnene deres. Der ble de helt overkjørt. De fikk beskjed om at dette var slik guttene snakket sammen, såpass måtte han tåle og Robert var ikke Guds beste barn han heller, forklarer moren.

Ville bytte skole

Neste steg på veien var at foreldrene ønsket skolebytte for sønnen. Det er to ungdomsskoler i kommunen. De ville holde det hemmelig til han hadde begynt der og selv innkalle til et møte hvor de fortalte om situasjonen. Sosiallæreren greide imidlertid å røpe alt i et møte hun hadde med sønnen og hans tidligere beste-kamerat. Hva med taushetsplikten, undret foreldrene.

Da «hemmeligheten» om skolebytte var blåst, fikk alle vite det. Robert ble fritt vilt og det endte med juling og drapstrusler fra elever ved begge skolene.

Sosiallæreren var fortvilet. Det var ikke ment slik, men igjen, det sto på kunnskap ikke viljen. Resultatet ble at et skolebytte var nytteløst, så han ble værende på skolen der han allerede gikk.

— Det som er så tragisk er at det nå går 10–15 ungdom der ute uten jobb og utdanning. Det har gått like galt med mobberne. Ved skolen spurte de om hvorfor Robert ble mobbet. De burde snudd på det og spurt om hvorfor mobberne mobbet, påpeker moren, som videre mener mobbing minner litt om organisert kriminalitet. De unge vet selv hvem lederne er. Til slutt fikk familien hjelp fra politiet. Det

skjedde etter at Robert ble overfalt på bussen av rusa ungdom. De satt inn støtet, fant ut hvem som sto bak og to stykker ble dømt. Da tok deler av mobbingen på skolen slutt. Sønnen fikk være i fred, men han var fremdeles utestengt fra vennekretsen. Skolen tok aldri innover seg at utestengning også er mobbing.

Senskader

— Robert gjorde det ganske bra i 10. klasse. To andre i klassen som også var blitt mobbet hjalp ham gjennom skoleåret. Han begynte deretter på videregående. Det gikk bra i starten, men så kom senskadene med angst, depresjon og konsentrasjonsvansker. Han sluttet, begynte på en annen skole med musikklinje, men greide ikke å fullføre der heller. Det til tross for at dette er en av hans store interesser, forklarer Ann Kristin Liland.

I stedet for begynte sønnen å jobbe, men det ble stans der også. Han begynte i tillegg med selvmedisinering av cannabis og fikk et rusproblem. Etter hvert har han imidlertid fått god hjelp av både fastlege og terapeuter. Han har nå begynt på skole igjen og selv også innsett at han er nødt til å ta «små skritt» av gangen, så vil utdanningen komme på plass etter hvert. — Han er nå 25 år og pappa til to små barn som han har annenhver helg. De elsker pappa'n sin. Målet til Robert er å bli sosionom. Han vil hjelpe andre mobbeofre, lenge før det går så langt som det gikk med ham, forklarer moren.

Familien føler nå at de er på rett vei, og at de gjennom rettsaken og unnskyldningen fra rådmannen kan legge ting litt bak seg, selv om de har en god vei igjen å gå. Det var for øvrig først da de samlet inn dokumenter til rettsaken at foreldrene fikk vite om sønnens selvmordsforsøk. Han hadde holdt det skjult for dem, men fortalt det til en terapeut.

Savnet en bok

Å være mor og far oppi det hele har selvfølgelig vært forferdelig. Det er vanskelig å se sin sønn forandre seg så dramatisk og ha det så vondt — og det er vanskelig å fatte at du ikke kan få hjelp. Noe annet er at da familien trodde at mobbingen og alt



Vil hjelpe: Ann Kristin Liland har skrevet boka «Alle mot én». Nå jobber hun på heltid med å holde foredrag og hjelpe andre i kampen mot mobbing. (Foto: Cappelen Damm)

det vonde var over, kom alle senskadene nærmest som kastet på dem. Dette ante de ingenting om.

— Det var en av de viktigste grunnene til at jeg ville skrive boka. Jeg har selv lett etter en slik bok uten å finne den. Det er tungt å lese seg gjennom all jusen, men vi gjorde det. Først tenkte jeg på å skrive en ren selvhjelpsbok, men så fikk jeg høre fra andre at historien vår måtte med, sier Ann Kristin Liland.

Og slik ble det. Historien er med, men del to er like viktig. Her skriver hun om hva mobbing er, ulike typer mobbing, forskjell på konflikt og mobbing, myter, konsekvensene av mobbing, om lovverket, slik som opplæringsloven og Barnekonvensjonen, ansvarfordelingen, hvor familien og skolen kan søke hjelp og ikke minst hvordan foreldre kan oppdage at barnet blir mobbet — for eksempel ved at barnet blir innesluttet, får magesvimmel og slutter å spise.

Egne forslag

— Jeg har også med forslag til antimobbearbeidet. Blant annet mener jeg at lærerutdanningen bør bli en masterutdanning med ti studiepoeng om mobbing. Det må også settes mer fokus på lære- og skrivevansker. Rektorutdanningen er også viktig. Mange av mobbesakene er like, og det viser seg stadig at mye ligger i ledelsen, forklarer forfatteren.

Et annet forslag er å danne et nasjonalt senter, der all kompetanse på mobbing samles. Her må foreldre kunne ringe inn, få råd og de må også ha et ambulerende team som rykker ut så snart mobbing meldes inn. Det bør i tillegg være et kontrollorgan. I dag sendes klager til fylkesmannen gang på gang uten at noe gjøres. Det er for mange hull i systemet.

Til slutt i boka har Ann Kristin Liland med litt om veien videre, om tabuemner og om å skape en mening i det meningsløse. Deres familie er på vei videre, men ting kunne ha vært så annerledes. Uten mobbingen ville sønnen vært ferdig med sin masterutdannelse. Det er imidlertid liten vits i å tenke på hva som kunne ha vært. Hverdagen er som den er, men nå ønsker både moren og sønnen å hjelpe andre på bakgrunn av sin egen erfaring.

I fakkeltog mot mobbing



Lys i mørket: Skolegården på Lambertseter skole var fylt med brennende fakler en fredag kveld i november. Rundt 500 foreldre og barn møtte opp for å gå sammen mot mobbing.

Historien om Odin som ble mobbet på to skoler og bare ble 13 år gikk rett til hjertet på de fleste. Over 4000 møtte opp da det ble arrangert fakkeltog i Oslo sentrum. Også lokalt på Lambertseter gikk 500 mennesker i fakkeltog for Odin og alle andre som blir mobbet.

Tekst og foto: Anette Haugen

«Det hjelper ikke å si fra, de gjør ikke noe uansett.» Dette var Odins ord etter at han hadde blitt mobbet på to ulike skoler. Til slutt orket han ikke mer. Han ble bare 13 år.

Historien er sterk og kort tid etter at moren hadde fortalt den, tok 14-åringen Villemo Hatland, som selv har blitt mobbet, initiativ til et stort fakkeltog i Oslo sentrum. Over 4000 mennesker møtte opp denne søndag ettermiddagen i november. Blant de som holdt appell var Odins mor, Katrine Olsen Gillerdal og kunnskapsminister Torbjørn Røe Isaksen.

Skolen hans

Også ved Lambertseter skole ble det tatt et eget initiativ til fakkeltog få dager senere. Det var ved denne skolen Odin først gikk. Da mobbingen her bare ble verre og verre, og gutten mer

og mer utrygg – uten at skoleledelsen fulgte opp morens stadige anmodninger om hjelp, valgte familien å flytte. Valget falt på Aurskog-Høland, men dessverre fortsatte det hele der. Under mottoet «Nei til mobbing, ja til Lambertseter» ville derfor også foreldre ved Lambertseter skole vise sin solidaritet både med Odin, hans familie og alle andre mobbeofre. Det er ikke hyggelig at slik skjer i ens nærmiljø. En foreldregruppe, med 2. klasse-pappaene, Ketil Schei og Remi Padoin i spissen, tok dermed initiativ



Fellesskap: Artisten Raylee sang og danset sammen med elever ved Lambertseter skole under en markering etter fakkeltoget.

til fakkeltog en fredag kveld. Det startet på skolen og gikk i en runde ned ved senteret, fritidsklubben og tilbake. Rundt 500 engasjerte foreldre ved skolen, barna deres, tidligere elever og også andre i nærmiljøet møtte opp for å gi sin støtte. Vel tilbake på skolen var det appeller ved rektor, foreldre, ansatte og elever. Sang og dans blant elevene for å vise fellesskap, hørte også med. Her hadde de i tillegg fått med seg Stjernekamp-artisten Raylee for å trekke det hele i gang.

Hjelp fra medelever

En anonym mor skriver i en kronikk i Aftenposten at ingen spør etter sønnen hennes. Det er vondt når barn mobbes og holdes utenfor fellesskapet.

Innlegg av Lisbeth Gravdal Kvarme

Det er skolens ansvar at alle barn skal ha et godt psykososialt miljø på skolen. Skolehelsetjenesten har også et ansvar for å bidra til å inkludere barn i skolen, da vi vet at mobbing er ødeleggende for barns helse.

Ett eksempel på tiltak som helsesøster kan bidra med i samarbeid med skolen er å arrangere støttegrupper for elever som er mobbet. En støttegruppe består av fem–seks medelever som støtter og beskytter barnet som blir mobbet. Det er den som blir mobbet som selv velger ut de som skal være med i støttegruppen. Støttegruppen samles ukentlig hos helsesøster eller lærer der de foreslår hva de kan gjøre for at den mobbede eleven skal få det bedre. Det kan for eksempel være å gå sammen til skolen og leke sammen i friminuttet. Det viktige er at elevene selv kommer med forslagene. Å ha en venn er en viktig beskyttelsesfaktor mot mobbing, og sosial støtte fra venner og lærere kan stoppe mobbingen.

Fikk slutt på mobbingen

Resultater fra en studie med skolebarn i 12–13-årsalder ved

to skoler, der deltakerne meldte seg selv, viste at mobbingen opphørte etter at de fikk egne støttegrupper som varte helt til det ble slutt på mobbingen. De som hadde blitt mobbet, følte seg tryggere, gladere, inkludert, mer synlige og de fikk venner. Med en støttegruppe rundt seg, var ikke de mobbede elevene redder lenger. De følte seg trygge.

De mobbede elevene gikk fra å være ekskludert og isolert til å bli inkludert og å få venner. De var ikke lenger ensomme og avist av klassekameratene nettopp fordi de fikk hjelp av støttegruppen. De mobbede elevene følte også at de ble mer synlige etter at de fikk hjelp fra støttegruppen. «Nå tør jeg å stå opp for meg selv fordi jeg får støtte, og da klarer jeg å si til dem: Ikke gjør det, jeg liker det ikke.»

Støttegruppen syntes også det var meningsfullt å hjelpe de som hadde vært mobbet. Det ble populært å være snille med hverandre i klassen. Elevene følte seg utvalgt og opplevde glede ved å hjelpe en annen elev.

Vanskelig og krevende

Forskningen viser at det også kan være vanskelig og krevende for noen elever å være med i slike støttegrupper. Som en av informantene sa «For å være ærlig så pleide jeg ikke å støtte henne før, fordi jeg var redd for å bli involvert i hennes problemer. Men siden jeg har funnet ut hva denne støttegruppen har betydd for henne, og for meg, så har ting endret seg.»

For å bekjempe mobbing er det viktig å sette inn både skolebaserte tiltak og i tillegg individstyrkende tiltak, som støttegrupper som kan bidra til at mobbeofferet kommer ut av offerrollen. Det er viktig at lærer, elever og skolehelsetjenesten samarbeider med foreldre for å hjelpe de som mobbes og forebygge mobbing. Samarbeid og kontinuerlig innsats mot mobbing er helt avgjørende for å bekjempe mobbingen.



Hjelp å få: Lisbeth Gravdal Kvarme er førsteamanuensis og helsesøster ved Fakultet for helsefag, Institutt for sykepleie, Høgskolen i Oslo og Akershus. (Foto: privat)

PS: Dette debattinnlegget sto første gang på trykk i Aftenposten 29.11.14.



Barneombud: Anne Lindboe er utdannet lege og har vært barneombud siden 2012.

— Ta barna på alvor!

Barneombudet får daglig henvendelser om mobbing, der alt for mange har blitt plaget over lengre tid. Dessverre opplever også mange barn at ting blir bagatellisert når de sier fra. Dette må vi voksne gjøre noe med. Vi må gripe inn. Vi må ta barna på alvor.

Tekst og foto: Anette Haugen

Barneombud Anne Lindboe og hennes kolleger får i gjennomsnitt inn én sak hver dag der barn eller foreldre forteller om mobbing og krenkelser. I 2012 hadde de 139 formelt registrerte saker, primært fra foreldre som ba om bistand. I tillegg fikk de henvendelser på telefon fra barn, ungdom, foreldre og fagmiljøer, de fikk 160 spørsmål fra barn på Klar Melding, og

henvendelser fra personer som tok personlig kontakt.

Til tross for at Barneombudet får flere henvendelser per år enn samtlige Fylkesmannsembeter til sammen, antar de likevel at de kun ser toppen av isfjellet. Dessverre opplever de i tillegg at i de fleste sakene har mobbingen pågått i mange år. Flere av sakene har også vært til behandling i klageinstansen, uten at det har ført til en løsning for barnet.

Mer av denne type skremmende og triste fakta, kan du lese om i Barneombudets innspill til Djupedalutvalget (om utvalget, se side 6-7). Innspillet finner du i sin helhet på: <http://barneombudet.no/wp-content/uploads/2014/01/Djupedalutvalget-Barneombudets-innspill.pdf>

Gatelangs har også stilt barneombud Anne Lindboe noen spørsmål om hennes

tanker rundt mobbing og hva hver og én av oss kan gjøre for å hjelpe barna som blir plaget.

Gjøres det nok for å få bukt med mobbing i skolen?

— Nei, dessverre ikke. Dette er et av temaene vi får veldig mange henvendelser om, fra både foreldre og barn. Mange av mobbehistoriene som kommer inn til oss har pågått over tid og de involverte vet ikke hvordan de skal gå frem for å få hjelp med problemet. Mange kjenner ikke til rettighetene sine og muligheten for å klage.

Hva med mobbing utenfor skolen?

— Også her har de voksne hovedansvaret. Foreldre må vise interesse for hva som

Fortsetter på neste side >>>



<<< Fra side 17

skjer i sosiale medier og selv fremstå som gode eksempler. Det er viktig å innse at mobbing også forekommer i fritiden og på fritidsaktiviteter. Da må de voksne være våkne og ta tak i problemene.

Hva er Barneombudets viktigste innspill til Djupedalutvalget?

– Vi er opptatt av at dersom kommunene ikke følger loven må det få konsekvenser. En lenke til hele vårt innspill ligger på våre nettsider. (Se nøyaktig webadresse på forrige side.)

Hva ser du som den aller største utfordringen når det gjelder mobbing i dagens samfunn?

– Mange opplever å ikke bli tatt på alvor og at mobbingen blir bagatellisert. Det er den enkeltes mening om hva mobbing er som skal telle. Det er derfor viktig å ta innspill fra barna på alvor og hjelpe dem der de er.

Har du ett konkret råd til noe vi alle kan gjøre for å bidra til at det blir mindre mobbing?

– Ikke vær redd for å gripe inn – og ta barna på alvor.

Barneombudet har også gjennomført en barnehøring der barn og ungdom som har opplevd mobbing gir råd. På de neste sidene finner du noen av deres innspill. Hele dokumentet kan leses på: <http://barneombudet.no/wp-content/uploads/2014/10/Barnehøring-Djupedal.pdf>.

Råd fra elever til voksne i skolen

- Ta tak i ting med en gang.
- Konsekvensene må være tydelige og kjent for elevene.
- Snakk med elevene, se dem og spør dem hvordan de har det.
- Det må være nok voksne ute. De voksne må være der elevene er og se selv hva som skjer.
- En god lærer er en som snakker rolig med de som er lei seg selv om de er frekke.
- En lærer som kan det må jobbe med mobbing hele tiden, i alle klasser. De må gjøre det mer enn én gang.
- Lærerne må jobbe helt til de løser saken.
- Alle lærerne må få skolering en gang per år eller hvert halvår, på hvordan de skal håndtere mobbing.

«Mobberne må få høre at de skal behandle meg som et menneske. Jeg tror de kan forstå det»
– jente, 13 år

Råd fra elever om tiltak i mobbesaker

- Det kan være bra å bytte klasse eller skole for den som mobbes hvis det er mange mobbere i klassen/på skolen.
- Lærere bør ikke følge med på den som sier fra om mobbingen, de må følge med på dem som mobber. Det er flaut å gjøre aktiviteter og bli passet på av en lærer i friminuttet.
- Det kan hjelpe å bytte kontaktlærer.
- Ikke sett inn tiltak som du ikke vet virker og der resultatet ikke kan måles.
- Unngå tiltak som gjør at mobbeofferet fremstår som lite samarbeidsvillig.
- Elevene må bli hørt når skolen skal velge tiltak.
- Elevene må få være med på å evaluere tiltakene.
- Undersøk hjemme hos dem som mobber, det kan hende de ikke har det bra hjemme.
- Elever må få lære om sine rettigheter. Blir du mobbet, må du få et ark der det står om rettighetene dine.
- Det må være tydelige konsekvenser overfor de(n) som mobber, ikke tiltak som oppfattes som belønning, for eksempel:
- Snakk med foreldrene til de(n) som mobber.
- Noen ganger bør man flytte den som mobber til en annen klasse eller en annen skole.
- Ta inn dem som mobber på et rom.
- Vis hva mobbing er. Snakk om vennskap.
- Skolen må ha et system for å få redusert mobbing, eks. om en mobber fem ganger, anmerkning og ringe hjem til foreldrene.

«Læreren vår viste oss et ark, sa vi kunne spytte på det, trampe på det, krølle det – men ikke rive i det. Så ble vi bedt om å prøve å rette det ut igjen, men det går ikke å få glattet ut alle krøllene. Så sa hun at det er sånn det er når noen blir mobbet. Det burde bli en lærer som måtte gå inn i alle klassene fra 1. til 7. klasse – ja, helt til 10. klasse, og vise akkurat det. De må gjøre det mer enn en gang»

— gutt, 11 år

Råd fra elever om forebygging av mobbing

- Hør på elevene mer enn de voksne.
- Skolen bør ha faste elevsamtaler der elever kan si fra.
- Skoler må ansette skolepsykolog.
- Skolen må begynne innsatsen med klasse-miljøet tidlig, allerede i de første skoleårene.
- Dette arbeidet må følges opp minst to ganger i året for å holdes ved like.
- Lærerne må bli premiert for å takle mobbesaker.
- Skolen kan ta inn tidligere ofre og høre på dem.

«Jeg sa fra til lærerne, de sa bare «det var ikke bra gjort», men elevene bare fortsatte»

— gutt, 17 år

«Rektor sa det ikke var mulig at jeg ble mobbet, for jeg var så glad»
— jente, 12 år

Hva bør skje med skoler som ikke gjør nok for å stanse mobbing?

■ Skoler som ikke stanser mobbing må få bot.

Blant elevenes argumenter for bøter er at det er et språk som voksne forstår, for da blir det færre penger til andre ting. Flere trekker også fram at en rektor som stadig får bot, ikke bør få fortsette.

■ Skolen må få hjelp fra noen utenfra til å starte prosessen og komme i gang.

De som kommer utenfra må følge med skolen til de ser at de får det til. Kanskje må de komme litt overraskende på skolen så skolen ikke får mulighet til å «late som om alt er i orden».

■ Å ikke stanse mobbing må få harde konsekvenser fra regjeringen, noen andre må komme inn og styre skolen.

De som kommer utenfra må ha makt. Kommer de utenfra og ikke har noe makt, så hjelper det ikke. Hvis de har makt kan ikke skolen bare gi opp.

■ Skoler uten mobbing må gi tips til de andre skolene.

Flere elever har erfaring fra ulike skoler, og de vet at de fungerer svært ulikt. Et råd er derfor at de skolene som ikke klarer å stanse mobbing må få hjelp fra skoler som får det til.

■ Rektor kunne blitt truet med oppsigelse om han ikke ordnet opp.

Flere elever er inne på at rektorer som ikke gjør en god nok jobb må bli truet med å miste jobben. En del er innom mildere tiltak, for eksempel at sjefen i kommunen kunne gitt rektor opplæring.

■ De som har blitt plaget må få en ordentlig unnskyldning fra skolen.

Mange elever får aldri en beklagelse fra skolen etter alvorlige mobbesaker. En god del forteller at de ønsker en skikkelig beklagelse, gjerne fra rektor, som en anerkjennelse av at det de har opplevd ikke er greit. Andre sier at en unnskyldning ikke er nok, det trengs mer for å rette det opp.

■ Skoler som ikke får til å stanse mobbing bør ha plikt til å snakke med PPT eller andre som kan hjelpe.

Når PPT griper inn og sier at skolen må gjøre noe, da må skolen gripe inn. Noen må kunne pålegge skolen å hente inn råd fra PPT eller noen andre som har kompetanse.

Råd om nettvett

Hva er verst? Synlig fysisk mobbing i skolegården eller «usynlig» nettmobbing som det ikke er så lett for andre å få øye på? Begge deler er like vondt for den det gjelder, men uansett har den digitale hverdagen gitt oss en del nye utfordringer – i tillegg til de som fantes fra før.

Tekst og foto: Anette Haugen

Det finnes imidlertid en del organisasjoner og nettsteder som gir tips både til voksne

og barn om hvordan de bør oppføre seg på nettet. I tillegg gir de råd om hva vi skal gjøre om vi blir utsatt for netthets og mobbing via digitale plattformer. I Gatelangs nummer 1/2013, hadde vi nettvett som tema. Der kan du lese flere artikler om organisasjoner som prøver å gi råd, hva som er de største utfordringene – og ikke minst om «Bruk hue»-kampanjen, som kontinuerlig er på turné rundt til norske skoler for å lære både elever og foreldre nettvett. Vi gir også noen tips her om steder der det er hjelpe å hente.



slett meg.no

Slettmeg.no er en råd- og veiledningstjeneste for den som føler seg krenket på nett. Tjenesten har ikke mandat til å foreta sletting eller kreve at noe skal slettes fra nett, men hjelper deg å komme i kontakt med de som har lagt ut opplysningene, eventuelt tjenesten hvor opplysningene ligger. De kan også bistå med teknisk hjelp og gi råd om hvordan en best bør gå frem for å få fjernet opplysningene. Dersom du trenger hjelp kan slettmeg.no kontaktes enten på telefon: 91129392, e-post: hjelp@slettmeg.no, via et kontaktskjema eller på sosiale medier. På nettsidene deres finner du også nyttige tips for hvordan du kan gå frem for å få slettet opplysninger. Kilde: Slettmeg.no

barnevakten

Barnevakten er en norsk, ideell organisasjon som gir råd om barn og medier. Den ble opprettet i 2000, på initiativ fra den kristne organisasjonen Familie og Medier. Barnevaktens visjon er trygghet og medieglede. Barnevaktens arbeidsgrunnlag er barn og medier, mens målgruppen er foreldre. Foreldre som har spørsmål kan kontakte Barnevakten på mail: post@barnevakten.no eller på telefon: 53519380. De jobber med FNs barnekonvensjon i ryggen, som understreker barnas rett til å bruke mediene og deres krav på beskyttelse fra informasjon som kan være skadelig. Les mer på barnevakten.no.

BRUK HUE

Høsten 2009 dro Bruk Hue-teamet ut på sin første turné. Siden den gang har flere hundre ungdomsskoler over hele landet fått besøk. Kort fortalt er Bruk Hue et prosjekt der Telenor, Medietilsynet, Røde Kors og Barnevakten har gått sammen for å bekjempe digital mobbing. Det gjør de ved å stille seg bak et team som reiser rundt til ungdomsskolene og forteller om hvilke konsekvenser det kan få selv når du tror du bare driver med uskyldig tulling på nettet. Målet er å gjøre både ungdom, foreldre og lærere mer bevisste på hva digital mobbing er, hva som skaper mobbesituasjoner, og hvilke psykiske og juridiske konsekvenser digital mobbing kan føre til. Når Bruk Hue-teamet kommer på besøk har de en egen samling for elevene, deretter en samling for de voksne. Les mer og se turnélisten deres på brukhue.com.



Bruk Hue: Hvert år får mange elever besøk av Bruk Hue-teamet. De viser videoer og forteller om de store konsekvensene et «tullemelding» på sms eller nett kan gi.

dubestemmer.no

Du bestemmer er et undervisningsopplegg om personvern og digital dømmekraft for barn og unge i alderen 9 til 18 år. Målet med opplegget er å gi økt bevissthet, refleksjon og kunnskap om personvern og de valgene ungdommene gjør ved bruk av digitale medier.

Digital dømmekraft handler om å gjøre barn til ansvarlige og trygge nettbukere. Digital dømmekraft omfatter både dannelse og etisk bevissthet, samt faktiske ferdigheter som gjør barn og unge i stand til å ivareta eget og andres personvern. Du bestemmer består av nettstedet dubestemmer.no med faktaopplysninger, historier fra virkeligheten, diskusjonsoppgaver og filmer, samt fysiske hefter og plakater. Det er delt i to deler, et for gruppen 9–13 år og et for ungdom opp til 18 år. Temaene som tas opp er personvern, digital mobbing, digitale spor og å være sosial på nett. Kilde: dubestemmer.no.

KORS PÅ HALSEN

RING OSS PÅ
800 333 21

Kors på halsen er Røde Kors' samtaletilbud for barn og unge. Det er et lavterskeltilbud der frivillige voksne svarer på henvendelser på telefon, chat og mail fem dager i uka.

Tilbudet er helt anonymt og gratis for brukerne. De unge selv bestemmer hva de vil snakke om, alt fra fritid og forelskelse, til alvorlige henvendelser om mobbing og psykiske problemer.

I nært samarbeid med Medietilsynets Trygg bruk-senter, er Kors på halsen den norske hjelpelinja for digitale problemstillinger og del av et europeisk nettverk av hjelpelinjer og informasjonssentre InSafe.

På Kors på halsen møter ikke barna eksperter på det tekniske, men trygge voksne de kan luften tanker, følelser og problemstillinger med om de har opplevd noe ubehagelig på nettet.

Kors på halsen er en av fire samarbeidspartnere i Bruk Hue-kampanjen. Kontaktinfo er: Telefon 800 333 21, (mail, chat og forum): www.korspahalsen.no.

Medietilsynet Trygg bruk

Nasjonalt er Trygg bruk-prosjektet ansvarlig koordinator for arbeidet med trygg bruk av digitale medier for barn og unge.

Internasjonalt er de del av EUs Safer Internet Programme. (se saferinternet.org).

Siden 2003 har Trygg bruk gjennomført undersøkelser om barn og unges bruk, syn og forhold til digitale medier.

Trygg bruk og Medietilsynet har lang erfaring med barn og medier. De har i en årrekke hatt et eget barn- og ungdomspanel og tar barns rettigheter og synspunkter på alvor. Siden 2010 har det hatt et formelt samarbeid med Kors på halsen.

Delte erfaringer

Foruten Natteravnene i Oslo sentrum, eksisterer det rundt 25 lokale natteravngrupper rundt om i Oslo og Akershus. De drives på litt ulike måter, derfor kan det være nyttig å dele erfaringer. Det ble gjort under et samarbeidsmøte en kveld sent i november.

Tekst og foto: Anette Haugen

«Hvordan rekrutterer dere nye natteravnansvarlige og ikke minst nye natteravnere?»

Det var ett av flere spørsmål som ble stilt da representanter fra åtte natteravngrupper i Oslo og Akershus møttes til et samarbeidsmøte i Oslo sentrum i slutten av november. Møtet ble innledet av Marianne Sætrang Lunde, nærmiljøkontakt hos Natteravnene i Oslo sentrum.

Hun fortalte at i tillegg til å organisere vandringer fredag og lørdag i sentrum av Oslo, har hun og hennes kolleger som oppgave å være serviceorgan for de lokale gruppene. Trenger noen hjelp til oppstart, til å komme i gang igjen, til rekruttering eller om noen har spørsmål om hvordan de skal takle ulike situasjoner, er det bare å ta kontakt, så prøver de å hjelpe. For øvrig bidrar Natteravnskontolet også med materiell som refleksvester og førstehjelpstasker.

Ulike måter

Til stede på møtet var representanter fra natteravngruppene på Bjørndal, Bøler, Ellingsrud, Rustad, Stovner, Årvoll og Minhaj konfliktråd på Grønland/Gamle Oslo. I tillegg kom det to representanter fra Nes/Årnes i Akershus. Også et par av gruppene fra Oslo stilte med flere representanter. Mange var godt erfarne og hadde vært med på vandringer i mange år. Etter at Marianne hadde fortalt litt om oppstarten av Natteravnene og filosofien bak, var det gruppenes tur til å si noen ord om hvordan de var organisert og hvordan de rekrutterte nye natteravnere og natteravnansvarlige.



Samarbeid: Åtte ulike natteravngrupper var representert under samarbeidsmøtet hos Natteravnene i Oslo sentrum.

De fleste Oslo-gruppene var organisert slik at de rekrutterte natteravnere fra skolene, om enn på litt ulike måter.

Noen av gruppene hadde egne ansvarlige utenfor skolene, men det var likevel FAU og/eller klassekontaktens oppgave å fylle listene. Hos andre hadde FAU-representanter hele det overordnede ansvaret. Et unntak var natteravngruppen til Minhaj konfliktråd. De rekrutterer vandrere gjennom sin organisasjon, et par menigheter og via venner.

I Nes/Årnes var det frivilligsentralen som tidligere hadde ansvaret for å organisere natteravnene, men nå er ansvaret overtatt av kulturavdelingen i kommunen. De rekrutterer ikke gjennom skolene, men på stands og ved å prøve å være synlige under arrangementer. På lik linje med mange av de øvrige, har de en fast kjerne som går mye.

Utteksle erfaringer

Selv om mye var likt, var det likevel stor enighet om at gruppene kan hente nyttige tips fra hverandre både når det gjelder organisering, rekruttering og erfaringer ute i feltet.

De aller fleste fortalte at det nesten alltid er svært rolig ute i nærmiljøet når de går, men de fleste bemerket også at med en gang de dukket opp med sine gule vester, roet det seg veldig ned om grupper var samlet og det var tegn til bråk.

Noen av gruppene kontaktet alltid politiet før de gikk ut, andre hadde nær kontakt med Utekontakten i bydelen. De ulike samarbeidsformene virket alle å fungere bra. Det ble også enighet om å fortsette dialogen. Natteravnskontolet vil derfor ta initiativ til et nytt samarbeidsmøte i løpet av våren. Da vil forhåpentlig flere av de som ikke hadde anledning til å komme denne gang få mulighet til å delta.

Trenger du noen å snakke med?

Alle har behov for svar på sine spørsmål, men det er ikke alltid lett å spørre noen du kjenner. Det finnes flere telefon-tjenester og nettsider hvor du kan finne god informasjon og hvor du har mulighet til å stille anonyme spørsmål. Disse sidene kan også være til hjelp for foreldre og andre voksne som lurer på hva de unge er opptatt av.

Barneombudet 22 99 39 50

Svarer på alle type spørsmål fra barn og unge under 18 år. Tlf: Man–fre kl. 09–15. Nettjenesten: Klar melding eller Facebook.

www.barneombudet.no

Barnevakten.no

Hjelper foreldre til å delta aktivt i barns mediehverdag gjennom å formidle nyansert informasjon, gode råd og nyttige verktøy.

www.barnevakten.no

Rådgivning om spiseforstyrrelser 948 17 818

Gir råd og veiledning til alle som har eller har hatt en spiseforstyrrelse og til pårørende. Ta kontakt på telefon: 948 17 818 eller mail:

info@nettros.no
www.nettros.no

Alarmtelefon for barn og unge 116 111

Gratis nødtelefon for barn og unge. Holder åpent når barneverntjenesten er stengt.

Man–fre kl. 15–08. Helgene:

Døgnåpent. www.116111.no

Amathea 815 32 005

Tilbyr gratis samtaler og rådgivning om alt som har med graviditet å gjøre.

Åpent: Man–fre kl. 08–20.

www.amathea.no

Røde Kors-telefonen for barn og unge 800 333 21

For alle under 18 år som trenger en voksen å snakke med.

Tlf: Man–fre kl. 14–20.

Chat: Tirs–tors kl. 17–20.

www.korspahalsen.no

Dopingtelefonen 800 50 200

Gratis og anonym informasjonstjeneste for alle med spørsmål om doping.

Åpent: Man–fre kl. 09–15.

www.dopingtelefonen.no

Kirkens SOS 815 33 300

Gratis krisetelefon for alle som trenger noen å snakke med, uansett hva det er.

Tlf: Døgnåpent. Chat: man–tors kl.

18.30–22.30. www.kirkens-sos.no

Medietilsynet

Gir informasjon og tips om alt rundt barn og medier, dataspill, trygg nettbruk, digital mobbing, personvern mm.

www.medietilsynet.no

Ung.no

Informasjons- og diskusjonskanal drevet av Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet.

Gir svar på alt du lurer på, har egen spørreside.

www.ung.no

Klara Klok

Informasjonstjeneste om helse, forhold og familie, rusmidler og seksualitet, med primær målgruppe unge i alder 10–30 år. Har egen spørreside.

www.klara-klok.no

Ungdomstelefonen 810 00 277

Unge svarer unge på spørsmål om seksualitet, legning og identitet.

Åpent: Søn–fre kl. 18–22.

www.ungdomstelefonen.no

RUSTelefonen 08588

Svarer og gir råd på alt rundt rusproblematikk. Du kan være helt anonym. Tlf: Man–søn kl. 11–19. Chat: Man–fre kl. 14–17.

www.rustelefonen.no

Telefon for incest- og seksuelt misbrukte 800 57 000

Gratis hjelpetelefon for incest- og seksuelt misbrukte i alle aldre og av begge kjønn. Døgnåpent.

www.incest80057000.no

Bekymringstelefonen voksne for barn 810 03 940

For voksne som har bekymringer eller spørsmål rundt barn og unge.

Tlf: Man–fre kl. 09.30–14.30.

Nettjeneste: Døgnet rundt.

www.bekymring.no

Sosialt, hyggelig o

For sju–åtte år siden hadde natte-ravngrappa Nordhordland MC-Ravn sine første kjøreturer rundt om i distriktet for å passe på ungdommen. Siden har det blitt mange både fine og nyttige runder. Sesongoppstart er alltid siste helgen i april – og så gir de seg når frosten kommer.

Av Anette Haugen

Hver fredag fra slutten av april til frosten kommer om høsten, møtes en gjeng ivrige MC-ravner på Shellstasjonen på Knarvik klokka 20.00. Totalt består gruppen av 25 stykker, men vanligvis er de sju–åtte som dukker opp. De fleste har egne motorsykler, men de har også utstyr og hjelmer om noen vil være med og sitte bakpå. Hvor lenge de kjører per gang varierer. Normalt gir de seg i 01.00–02.00-tia. Skjer det ting har det hendt de har kjørt helt til klokka 07.00 om morgenen, men det er



Samarbeid: Nordhordland MC-Ravn har et godt samarbeid med MC-gruppene på Åsane og Laksevåg. (Foto: privat)

Nordhordland MC-Ravn

- Gruppen startet opp for sju–åtte år siden.
- Oppstart hvert år er siste helgen i april. De gir seg når frosten kommer.
- Møtested er Shell-stasjonen på Knarvik i Lindås kommune i Hordaland.
- I sesongen kjører de hver fredag, så sant været tillater.
- De møtes klokka 20.00 og gir seg normalt klokka 01.00–02.00.
- Kontaktinfo: <https://www.facebook.com/groups/74146579407/>
- Kontaktperson er Tord Vikebø (mail tord@vikebo.no). Telefon: 90858858
- Organisasjonsnummeret deres er: 993881481.

også lov å gi seg tidligere om du er sliten etter en lang arbeidsuke. MC-ravningen er imidlertid så hyggelig og sosialt – og samtidig samfunnsnyttig – at mange gleder seg stort til neste kjøring.

Kjører kortesje

– Vi har alltid oppstart den siste helgen i april. For å markere starten kjører vi i kortesje ut til Tryg i Fyllingsdalen der vi får servert pizza. Dette gjør vi sammen med MC-gruppene på Åsane og Laksevåg. Vi har et godt samarbeid med dem. Spesielt samarbeider vi en del med Åsane, for eksempel om det er arrangementer der det er viktig å vise pondus, forteller Tord Vikebø. Han har vært medlem av gruppa fra et år etter den ble startet – og er blant de ivrigste.

Da han begynte med MC-ravning var dat-teren hans i en alder der hun begynte å gå litt ut om kvelden. Han tenkte «hvorfor ikke prøve». I og med at han elsker å kjøre motorsykkel fant Tord fort ut at dette var

en kjempefin måte å komme litt ut på, være sosial og samtidig gjøre noe samfunnsnyttig. Det ene forsøket ble til mange – og nå er det nesten blitt en livsstil.



Stor gjeng: Totalt er de 25 stykker, men normalt møtes sju–åtte av gangen. Noen ganger samarbeider de også med andre MC-ravner i nærmiljøet. (Foto: privat)

og samfunnsnyttig



MC-ravnen kan fortelle at i tillegg til å kjøre alle fredager når været tillater det, møtes de også 16. mai, de tar en del ekstra runder i russetida og de kjører når det



Aktive: MC-ravnene dekker andre områder enn Natteravnene som går til fots. (Foto: privat)

er noe spesielt som skjer i nærmiljøet. De har ingen spesiell rute de følger, men de passer på å kjøre innom ungdomsklubber, strender i badesesongen og andre steder der de vet at ungdommen møtes.

Velkomne

Tord og hans MC-kolleger synes det er veldig hyggelig å treffe ungdommen i deres eget miljø. Det ser også ut til at ungdommen synes det er hyggelig å se dem. De har hjulpet ungdom til lege eller med å komme seg hjem. De vet at de ikke blir sett på som en trussel, men et velkomment innslag. Ungdommen kjenner dem nå og vet de er der for å hjelpe.

Blant de som kjører varierer alderen veldig. Hovedtyngden ligger rundt 40 år, men den yngste MC-ravnen er bare 17 og den eldste er 74. Her er det altså både ungdom, foreldre og besteforeldre som kjører sammen. Det gjør den sosiale faktoren ekstra verdifull. Du blir kjent på tvers av alder og yrker. De er heldige og har en del helsepersonell blant seg, noe som kan være nyttig, men ellers er en rekke ulike yrker representert.

— For å opprettholde den sosiale biten, har

vi også jevnlig treff i vinterhalvåret. En fredag i måneden møtes vi på et lokalt sted som heter Utenrick's. De sponser oss med mat i sesongen når vi kjører, så det er blitt et naturlig sted å møtes. Siden alt skjer på frivillig basis, setter vi stor pris på både Utenrick's og Shell, som har valgt å sponse oss, sier Tord Vikebø.

Utover det de får fra Tryg og et lite tilskudd fra Lindås kommune, har gruppen noen små inntekter fra Grasrotmidler. Ønsker noen i nærmiljøet å støtte dem, setter de stor pris på det.

Stort område

I og med at de kjører motorsykel kommer MC-ravnene seg raskt til et sted om de får tips om bråk. Det er en klar fordel. De samarbeider som sagt godt med de øvrige MC-ravnene i distriktet, men ser ikke så mye til natteravngruppene som går til fots. Det er rett og slett fordi de dekker ulike områder. Politiet er også klar over at MC-ravnene er ute, men heldigvis har det sjeldent vært behov for å tilkalle dem.

— Vi har vært borti situasjoner der det har vært behov for å tilkalle sykebil og vi har også noen ganger tilkalt foreldre. Vi har



Sosialt: Det er hyggelig å MC-ravne. Når du samtidig gjør noe samfunnsnyttig kan det ikke bli bedre. (Foto: privat)

truffet på overstadig beruset ungdom helt ned i 14-årsalderen. Ser vi det utvikler seg, tør ikke vi ta videre ansvar. Da tilkaller vi hjelp. Vi er som sagt heldige å ha helsepersonell blant oss, men slike ting overlater vi til andre, fastslår Tord.

De planlegger likevel å arrangere et førstehjelpskurs i nær framtid, for det er viktig å ha slik kunnskap. Noe annet de kan tenke seg å få opplæring i – kanskje av politiet eller via Tryg – er hva man skal se etter og litt om reaksjoner ved narkotika-bruk. Om det stort sett er stille – og selv om de har god dialog med ungdommen – er det mye det kan være verdt å lære. – Vi har opplevd å avverge slåsskamper og vi har vært med på å avverge situasjoner som fort kunne ha utviklet seg til overgrep. Bare det å oppleve slike ting er god nok grunn til at vi gjør dette. Når da kjøregleden og samværet kommer i tillegg, ser jeg liten grunn til å bytte ut natteravningen med en kveld hjemme med fjernkontrollen, påpeker MC-ravnen.

Rekruttering

Om de stort sett alltid greier å stille med en god gruppe, ønsker Nordhordland MC-Ravn seg likevel nye medlemmer. De har

Ivrig: Nordhordland MC-Ravn har en fast stamme som kjører mye hele sommerhalvåret. (Foto: privat)



stadig behov for flere. Rekruttering skjer gjerne ved at de prater med folk. De har også en egen hjemmeside og en Facebook-gruppe der de legger ut meldinger og forteller litt om hva de gjør og når de møtes. – Vi inviterer alltid nye til først å være med på én kjøring, slik at de kan få oppleve hvordan det er. De aller fleste kommer igjen. Det er heller ikke slik at du må binde deg opp til å komme hver fredag. Du kan møte to–tre ganger i sesongen og delta så lenge du vil. Det er imidlertid så givende at mange av oss kommer svært ofte, sier Tord.

De opererer ikke med vaktlister, det er bare å møte opp. De har imidlertid noen som

fungerer som vaktledere, slik som ham selv. Hvor de skal kjøre og hvordan de skal opptre er det sjelden noen diskusjon om. Det står dessuten godt vedtatt i vedtektene deres at de er en nøytral gruppe som ikke har myndighet til å gripe inn i hendelser som skjer. Det er en fin gruppe, som etter hvert kjenner hverandre godt – og de tar også godt vare på alle nye.

– Har du ikke motorsykel selv er det likevel mulig å møte opp. Vi har ekstra utstyr, så om du bor i nærheten, ønsker å gjøre en innsats, være sosial og ha det hyggelig på samme tid, er det bare å komme, inviterer den erfarne MC-ravnen.

– Å gå natteravn er en flott måte å bli kjent på

Heidi Egge har gått natteravn i åtte-ni år. Det siste halvannet året har hun vært koordinator for Natteravnene Bjørndal. Å gå natteravn er en flott måte å bli kjent med nærmiljøet på – det er også en flott måte å bli kjent med andre på, på tvers av klasser og kulturer.

Av Anette Haugen

Det var da hennes egen sønn gikk i tredje klasse at Heidi Egge (46) begynte å gå natteravn. På Bjørndal er nemlig Natteravnene organisert slik at hvert trinn fra tredje klasse og oppover på de to barneskolene Bjørndal og Seterbråten – i tillegg til ungdomstrinnene på Bjørnholt skole – er ansvarlige for å stille vakter på hver sine fredager.

For å få samkjørt dette har Natteravnene Bjørndal en egen koordinator og ti vaktledere som sørger for at lister blir sendt ut til klassene gjennom klassekontaktene. De må ha minst tre på hver vakt, men noen ganger er de flere. Er de minst seks deler de seg opp i to lag. De har ingen fast rute, men faste steder de er innom, slik som barnehagene og skolene.

Ønsket å bidra

Selv om klassene er ansvarlige, er det likevel helt frivillig for foreldrene å melde seg på til å gå natteravn. I snitt, om én forelder per barn stiller opp, blir det faktisk bare en enkelt vakt eller to du må ta i løpet av barnets skoletid. Mange går imidlertid oftere. Blant dem var Heidi Egge. Hun meldte seg umiddelbart da det ble aktuelt, og gikk fire til seks ganger i året. – Jeg meldte meg som natteravn først og fremst fordi jeg ønsket å bidra som forelder. Å gå natteravn er dessuten en fin måte å bli kjent med nærmiljøet på. Du blir kjent både med det og med skolemiljøet på



Fin ting: Heidi Egge har gått natteravn på Bjørndal i åtte-ni år. Nå er hun koordinator – og har ingen planer om å henge vesten i skapet. (Foto: privat)

en helt annen måte enn for eksempel gjennom idretten. Samtidig blir du kjent med andre foreldre på tvers av klassetrinn og kulturer, sier Heidi Egge.

Alle bør vi bidra med noe, og det å gå natteravn syntes Heidi Egge er en så fin sak at hun ikke så noen grunn til å gi seg da sønnen hennes gikk ut av ungdomsskolen. For halvannet år siden ble hun koordinator for gruppen på Bjørndal. Hun går nå aktivt litt sjeldnere enn før, men hun prøver fremdeles å gå fire ganger i året.

Oppfordrer andre

Koordinatoren på Bjørndal oppfordrer svært gjerne andre til å bli med å gå natteravn. Hun har bare positive ting å si om dette. I tillegg til at du som nevnt blir kjent

både på den ene og den andre måten, og at du gjør noe samfunnsnyttig ved å være der for ungdommen, får du også trim. For nyinnflyttede har det en ekstra effekt, men det hender også at de som har bodd i området lenge får seg en aha-opplevelse når de oppdager ting og steder de ikke kjente til.

– Vi ser dessuten at miljøet endrer seg noe her ute om sommeren når vi ikke går. Da kommer det litt annen trafikk hit. Det viser at vi har en misjon. Vi har ellers veldig god dialog med ungdommen. Noen kan slenge litt med leppa på avstand, men det er ikke noe problem. Det er mye positiv ungdom her, sier natteravnkoordinator Heidi Egge, som ikke har tenkt å gi seg med det første.

Gatelangs dykker ned i arkivet og presenterer artikler som sto på trykk ti år tilbake i tid, den gang bladet het «Respekt». Saken under er hentet fra det sjuende bladet som ble utgitt, nr. 2 – september 2005. (Første nummer kom ut i juni 2002.)



— Dugnad — vårt nye nasjonalord

Mon tro om Natteravnene kan ta en liten del av æren når Norges nye nasjonalord er kåret?

Det er TV-programmet Typisk norsk på NRK som har arrangert kåringen av Norges nasjonalord. Fem ord var med i den spennende finalerunden hvor seerne ble invitert til å avgi stemmer:

- dugnad
- hæl?
- koselig
- jah (på innput)
- matpakke

Til stor glede for oss natteravnere gikk altså ordet «dugnad» av med en knepen seier over «hæl?»

Dugnad der du bor!

- Med utdrag fra Ivar Aasens ordbok fra 1850 kan vi hjelpe våre lesere til å finne uttalen på stedet der du bor. Sjekk uttalen:
- Dugna (Sogn, Nordhordland, Stavanger, Valdres)
- Dunad (Nordfjord, Sunnmøre)
- Duna (Nordmøre)
- Dona (Orkdalen, Gudbrandsdalen)
- Dogna (Inderøy)
- Dugning (Telemark, Indre Agder)
- Doning (Østerdalen)
- Downing og Domning (Hedmark, Buskerud)





Fem råd for en tryggere bytur

- Ikke ta pirattaxi
- Ikke hør på musikk om du går alene nattetid
- Oppsøk opplyste gater på hjemturen
- Vær observant og våken
- Forsøk å ta følge med venner, når det er mulig

Natteravnenes tips for en tryggere og hyggelig bytur:

- Hold sammen – pass på hverandre og ikke la noen være alene.
- Planlegg hjemreisen: Sjekk busstider, ha reservepenger til drosje og ha en god backup-plan (for eksempel overnattingsmuligheter hos venner, avtalt hjemkjøring, ha strøm på mobiltelefonen). Unngå mørke og lite trafikkerte områder. Velger du å gå hjem – gå i opplyste og befolkede gater.

Konkurranse

HVOR ER PARAPLYEN?

Hvor i Norge befinner natteravnparaplyen seg på dette bildet? Vet du svaret? Send en mail til: gatelangs@natteravnene.no innen 20. april, så er du med i trekningen av en fin premie.



Løsning i forrige nummer var: Dyreparken i Kristiansand. Vinner var Anne Beth Aa. Meling fra Austbø. En overraskelse er sendt i posten.

Følg også vår konkurranse på Facebook. Med jevne mellomrom stiller vi samme spørsmål der. Lik siden vår «Natteravnene» og følg med på «Paraplyens vandring».

Natteravnene takker gode samarbeidspartnere:



Stanley Security AS
som gir oss gratis alarm-
tjeneste, parkering
med mer.



Joh. Johannson
som gir oss gratis kaffe.



Norpost
som besørger gratis
utsending av
rekrutteringsmateriell.



Norske Shell
som sørger for gratis
drivstoff til bilene våre.

Jeg ble mobbet i ti år

Har du noen gang tenkt på at jenta ved siden av deg er et mobbeoffer? Eller at gutten i andre enden av skolegården er det? Har du noen gang tenkt på at en av dine venner eller en i din familie er en mobber? Hva er egentlig mobbing? Du har kanskje ikke tenkt så mye over det?

Mobbing er et alvorlig tema, og det snakkes mye om det. Skoler sier de har nulltoleranse for mobbing, men når det faktisk skjer mobbing gjør ikke skolene noe. Jeg skal gjøre dette leserinnlegget veldig personlig og tydelig. Det er fordi jeg selv har vært et mobbeoffer, og på noen områder er det ennå. Jeg skal ikke ramse opp hele livshistorien min, men jeg skal nevne hva slags mobbing jeg har vært gjennom, hva jeg har sett og opplevd.

Jeg kan starte lett... Første gang jeg ble mobbet: Den «kuleste» gutten i klassen syntes det var kult å få andre til å føle seg dårlig, å rakke ned på andre, han fikk de andre elevene til å tro det var kult, og så startet det. Han mobbet meg, brukte meg som et eksempel på hva mobbing var. Da begynte de andre også. Det var starten på ti år — Ja, du leste riktig, ti år med mobbing.

Jeg har sett og opplevd: Verbal mobbing, hvor personen som blir mobbet har blitt kalt alt fra homse og hore til voldtektsoffer og taper. Bare på grunn av småting. Jeg har sett og opplevd fysisk mobbing, hvor en person ble lurt inn i en skolekorridor og banket opp av tre personer. Selv har jeg også vært i disse situasjonene. Jeg har blitt utestengt fra det sosiale miljøet i klassen fordi jeg ikke var som dem. Jeg var annerledes og et offer fra tidligere. Nå har ikke jeg tenkt å si at jeg har hatt det verst. Men jeg har vært gjennom en del som for meg var ille.

«Hvorfor bytta du bare ikke da?» er det mange som spør, og jeg svarer det samme



hver gang: «De mobbet meg, de ville ha meg vekk, de ville se at jeg knakk... Men jeg hadde ikke tenkt å gi dem den gleden. Jeg ble, fordi jeg ikke ville la dem få følelsen av å være sterkere enn meg. Bare for at de skulle se at de ikke bestemmer over meg» og det står jeg for ennå.

På den gamle skolen min var det slik at om du var åpen venn med meg ble du automatisk ukul. Jeg var den ukule eleven du ikke kunne være venn med. Å ja, mens jeg gikk der plaget det meg. Å vite at de få vennene jeg hadde, de kunne vært kule om de ikke hadde vært venn med meg. På grunn av meg ble de også litt utestengt fra det sosiale miljøet. Det var tungt å se hvordan de andre sto og lo og hadde det gøy, mens jeg kjempet for å få frem det falske smilet. Sa jeg noe i timen, ble jeg ignorert. Sa jeg noe galt kommenterte eller lo de. Om jeg holdt en presentasjon, stilte de vanskelige og nesten irrelevante spørsmål for å henge meg ut. Eller de kastet ting til hverandre, små papirballer på meg — og læreren fikk dem aldri til å slutte.

Hva gjorde skolen med dette? Ingenting. Aldri. Skolen sa de hadde nulltoleranse for mobbing, men til og med da jeg ble mobbet åpenlyst var det strengeste skolen gjorde å gi en anmerkning og si «Dette må

du slutte med, mobbing er ikke greit, det er slemt». En venn av meg ble banket opp og måtte på legevakta. Alt skolen gjorde var å fortelle eleven at sånn går det ikke an å gjøre. Han fikk en anmerkning og det var det. Skolene må ta ansvar NÅ. Det holder ikke med å gi en anmerkning og si at det er dumt.

Vi må ha ordentlige tiltak! Gjensitting, telefon hjem, samtale med foreldre. Noe som faktisk hjelper, og så må det være oppfølging. Jeg er lei skoler som sier de har nulltoleranse, men ikke gjør noe med det. Vi må være åpne for at mobbing finnes, og at hvem som helst kan mobbe, bevisst og ubevisst. Får vi beskjed om at en person mobber må vi akseptere at sånn er det — og gjøre noe med det, ikke nekte og si «Nei. Min «person» gjør ikke dette. Det nekter jeg å tro.»

Det er på tide å få opp øynene! Lukk dem opp, kom deg ut av en drømmeverden hvor alt er greit. Mobbing skjer hver dag, det er vår jobb i samfunnet å hjelpe. Vi kan ikke la det fortsette.



Innlegget er skrevet av Marita B. Skrenes (17). En lengre versjon har tidligere vært publisert på dittoslo.no. (Foto: privat)



Vi støtter Natteravnene fordi:

- Vi tror på modighet
- Vi tror på ansvarlighet
- Vi tror på det personlige møtet

HØEGH EIENDOM

Høegh Eiendom er et familie-eiet eiendomsselskap som fokuserer på investering i og forvaltning/utvikling av attraktivt beliggende næringsseidommer i Norge.



TODAY TOMORROW **TOYOTA**

JÆGER

MINDE

KANALVEIEN 111
TLF 55 33 55 00

ÅSANE V/KEA

Tidl. Toyota Bilsenter
MYRDALSVN 20
TLF 55 22 38 00

www.jaegerbil.no

Papir på det du kan?

Trives du i jobben, men mangler formell kompetanse? Sjekk våre kveldskurs eller videokurs innen voksenopplæring. Hos oss finner du en studiehverdag som fint kan kombineres med fulltidsjobb.

 **AOF**
Studieforbundet

Finn riktig kurs på aof.no
eller send SMS "aof" til 2012



Reis miljøvennleg!

Bruk buss eller Bybanen og bidra til et bedre miljø.

Rutetider og informasjon finn du her:

 App
  Busshaltes
  aof.no

skyss 

REMA 1000

Handelsbanken



Stiftelsen UNI

Nakkestredet 100
0457 Oslo
Tlf: 22 44 44 44
www.stiftelsen.uni.no

Et trygt samfunn Stiftelsen UNI støtter organisasjoner med samfunnsansvar

Hvert år deler Stiftelsen UNI ut ca. 50 millioner kroner til verdifulle prosjekter. Støttet
finansierer skoler og barnehager som faller inn under stiftelsens formålsbestemmelse.

Stiftelsen UNI behandler søknader løpende gjennom hele året.

Stiftelsen UNI er som kjent foretatt å fremme allmennrett og velferd i alle deler av landet og tilgjengeliggjøre
for å bidra til en trygg og trygg utvikling i det norske samfunnet. Stiftelsens arbeid skal i første rekke være
å støtte opp under prosjekter og aktiviteter som bidrar til sosialt ansvar og miljøvern.



ER DU REDD FOR
Å GÅ HJEM?

116 111
ALARMTELEFONEN
for barn og unge

ER DU REDD FOR Å GÅ HJEM?

Blir du utsatt for vold eller overgrep?

Eller ruser de voksne seg?

Da kan du ringe gratis på 116 111. Vi kan hjelpe deg.

Ring også hvis du tror at noen har det slett.

På dagtid kan du kontakte det lokale barnevernet.

Åpningstid kl. 15.00-08.00 på hverdager,
døgnet rundt i helger og helligdager.

Telefon: 116 111 (gratis)
E-mail: alarm@116111.no
SMS: 41 71 61 11
Telefon fra utlandet: +47 55 41 17 55
www.116111.no

116 111
ALARMTELEFONEN
for barn og unge