

Årsmelding 2018

(Utkast pr 28.2.19)

KORT OM KIRKENS SOS BJØRGVIN

Hva er Kirkens SOS?

- Døgnåpen krisetjeneste på telefon og internett

Hva tilbyr Kirkens SOS?

- En som lytter
- Tid
- Respekt, interesse og støtte
- Anonymitet og taushetsplikt

Hvem tar telefonen og besvarer meldingene?

- 100 frivillige medarbeidere, vaktrom i Bergen.
- Medarbeiderne er personlig egnet, får opplæring og veiledning
- Antall timer frivillig arbeid utgjør ca. 8 årsverk

Tall for Kirkens SOS Bjørgvin 2018

- 22 709 besvarte telefoner
- 2 088 besvarte SOS-chat og 1 573 SOS-meldinger via internett
- 72 besvarte samtaler i snitt pr døgn
- 2 253 telefonsamtaler om selvmordstanker
- 49 % av SOS-chattene og 43 % av SOS-meldingene handlet om selvmord
- Menn utgjør 43 % av dem som ringer. Av dem som ringer er 82 % over 40 år
- 83 % av SOS-chattene og 76 % av SOS-meldingene kom fra kvinner.
- I 83% av SOS-meldingene og 92% av chattene var innskriver yngre enn 30 år.

Administrasjon

- 4,1 årsverk, 5 ansatte

Økonomi

- Driftskostnader: Kr 4 791 091,-
- Offentlige tilskudd fra stat, fylker og kommuner utgjør 53 % av inntektene
- Bidragsytere: Staten, Bergen kommune, Hordaland og Sogn og Fjordane fylkeskommuner, kommuner og menigheter i Bjørgvin bispedømme, Bergen kirkelige fellesråd, Bjørgvin bispedømmeråd, bedrifter, fond, legater og enkeltpersoner



Greta Gramstad, daglig leder
Foto Alice Bratshaug, Bergens Tidende

HILSEN FRA DAGLIG LEDER

Kirkens SOS har gjort store endringer i 2018.

Nye lokaler – hvert skritt, hvert blikk møter noe som er nytt og godt å være i! Det løfter hverdagen!

Ny organisering – fra sammenslutning til landsforening. Det vil styrke Kirkens SOS og gjøre oss mer robuste i møte med praktiske og økonomiske oppgaver og utfordringer. Ytre rammer begge deler, for å gjøre det best mulig å utføre oppdraget vårt: Forebygge selvmord og lindre følelsesmessig og eksistensiell smerte.

Jeg tenker på samtalen med den unge damen jeg nylig snakket med. Hun fortalte hvordan det er å være traumatisert. Hvordan hun våkner om natten og ikke engang husker hva det er som gjør at hun er så fryktelig redd. Hver natt. Når hun har det sånn hjelper det å bli avledet, sa hun. Hun klarer ikke tro at det kan bli bedre, og tenker at det egentlig ikke er vits i å leve lenger. Men akkurat nå er det greit. Fint å snakke med meg. At jeg snakker, og hun er god på å forklare – kan til og med tøyse om det vanskelige, så hun får meg til å le.

Jeg både håper og tror at hun kommer til å få det bedre. Det trodde ikke hun. Jeg hadde ingen løsninger. Ingen trøst. Ingen utvei. Jeg hadde bare mitt nærvær og min virkelig ekte interesse i hvordan hun hadde det og hvordan hun tenkte.

Når ens eget håp har forsvunnet så hjelper det at den andre håper. Jeg tror ikke at hun sluttet å ha det vanskelig, men jeg tror at vår lille både muntre og triste samtale ga henne kraft til å ville holde ut en natt til. Det lovet hun meg.

I slike god-triste møter kjenner jeg på gleden. Denne lille samtalen tar jeg med meg som en skatt i mitt liv.

Jeg slutter ikke å undre meg over det magiske i disse samtalene der jeg føler meg så hjelpeløs. Vi er sammen og vi deler smerte og så blir det hjelpeløse en hjelp likevel. Hjelp til å mestre øyeblikket. Styrken, den kommer innenfra, fra den som ringer eller skriver. Kanskje er det å være et medmenneske en slags «hjertestarter» som åpner opp for noe, litt styrke, litt håp.

Forrige natt da denne damen ringte så kom hun ikke igjennom. Det var så mange som trengte en prat. Og det var så sent på natten at chatten var stengt.

En sterk utfordring fra Kirkens SOS til deg som har litt tid i livet ditt og et ønske om å gi noe tilbake til samfunnet: Bli frivillig på Kirkens SOS. Det anbefales!

Greta Gramstad
Daglig leder, Kirkens SOS Bjørgvin

Kirkens SOS er blitt en landsforening

Fra 1. januar 2019 er Kirkens SOS en landsforening. I flere år har vi arbeidet for å finne en organisasjonsform som best mulig sørger for at oppdraget utføres: Døgnåpen krisetjeneste over telefon og internett for å forebygge selvmord og for å lindre følelsesmessig og eksistensiell smerte.

Landsmøtet 2018 vedtok derfor å endre Kirkens SOS fra å være en sammenslutning av et landssekretariat og 11 lokale sentre til en linjestyrt landsforening. Tjenesten vil drives på samme vis, og det lokale senter har samme ansvar for egen lokal økonomi og drift. Det juridiske er imidlertid endret slik at vi nå står bedre rustet i møte med Helsedirektoratet og andre som må forholde seg til en størrelse, ikke 12 enheter. I denne prosessen er også navnet til det enkelte senter endret slik at vi nå heter Kirkens SOS Bjørgvin, «i»-en er tatt bort. Den nye organiseringen vil føre til innsparinger på driftskostnader og profesjonalisering av arbeidsgiverarbeidet, noe som frigir både tid og driftsmidler til administrasjon for det enkelte senter. Riktignok må vi påregne en overgangsperiode der alt nytt skal på plass og nye systemer læres, men det vil være en kortvarig topp vi skal over.

Kirkens SOS er landets største og eldste krisetjeneste over telefon og internett

Kirkens SOS tilbyr anonym og uforpliktende samtale uavhengig av kjønn, etnisitet, seksuell legning eller tro.

Vi ønsker å være et tilbud når andre tilbud er stengt, når ens nærmeste ikke er tilgjengelig eller når en ønsker å snakke med noen en ikke kjenner.

Livet har forkjørsrett på Kirkens SOS. Vår oppgave er å se, støtte og styrke slik at den som kontakter oss kan snakke sant om sitt liv og finne egne krefter. Ved akutt selvmordsfare kan Kirkens SOS formidle hjelp dersom den som kontakter oss oppgir sin identitet.

Kirkens SOS har i sitt fellesskap 21 svarsteder, i alt mer enn 42 telefonlinjer og SOS-chat (ca.10 personer samtidig). I tillegg svares det på SOS-meldinger med svarfrist på 24 timer. Vi har en nasjonal vaktplan der sentrene i fellesskap betjener 24/7.

Kirkens SOS er en del av kirkens diakonale arbeid

Gjennom denne tjenesten ønsker vi å være en del av Guds omsorg for verden. Dersom den som kontakter oss ber om det, vil våre medarbeidere kunne be en bønn.

Kirkens SOS er basert på frivillighet

De som bemanner krisetjenesten er frivillige medarbeidere.

Kirkens SOS Bjørgvin

Kirkens SOS Bjørgvin har vaktrom i Bergen. Vi har i en krisesituasjon mulighet til å betjene 6 telefonlinjer samt SOS-chat og SOS-melding. Vårt senter har ansvar for markedsføring i Bjørgvin bispedømme (Hordaland og Sogn og Fjordane), døvemiljø i hele landet, oljeinstallasjoner og nordmenn i utlandet.

Kirkens SOS Bjørgvin var i 2018 organisert med Representantskapet som øverste organ, som valgte styret og var godkjennende organ for regnskap, budsjett og årsmelding.

Representantskapet, som nå er blitt til Årsmøtet, består av Bjørgvin biskop, representanter fra Bjørgvin bispedømmeråd, 33 menigheter i Bjørgvin bispedømme, metodistkirkene i Bergen, Den Evangelisk Lutherske Frikirke, Det Norske Misjonsselskap, Norges KFUK/KFUM, Det hvite bånd, Blå Kors, Den indre

STYRET

			<i>Valgt til:</i>
Styreleder	HR-ansvarlig EFU Brg. kommune	Marit Kristine Hisdal	2019
Nestl./friv.repr.	økonomisjef Fjord Tours AS	Ove Haugland	2019
Styremedlem	avd.sjef Helse Bergen	Britt Velsvik	2020
Styremedlem	sykehusprest, Haraldsplass	Karl Hjelmeland	2019
Styremedlem	førstelektor, HVL	Magli Sofie Økland	2019
Styremedlem	pensj. kirkeverge/diakon	Helge Kolstad	2020
1.varamedlem	økonom/fagansvarl. Kaffemisjonen	Christian Nasset	2020
2.varamedlem	kinodirektør, Bergen kino	Elisabeth Halvorsen	2020
Vara for friv.repr.	sykepleier, Haukeland univ.sykeh.	Jannicke Toppe	2019

Det ble avholdt 7 styremøter. I tillegg til de valgte styremedlemmene møtte daglig leder Greta Gramstad, nestleder Karl Dag Bærug og leder for representantskapet Kåre Offerdal. Diakonirådgiver Vetle Karlsen Eide har møterett. Marit Kristine Hisdal og Ove Haugland deltok på styrelederkonferanse i Oslo arrangert av Kirkens SOS i Norge.

ANSATTE

Greta Gramstad, daglig leder

Karl Dag Bærug, nestleder

Hildegunn Bjørdal Alnes, SOS-faglig medarbeider og veiledningsansvarlig, 60 % stilling

Jan Ingvald Pettersen, SOS-faglig medarbeider i 80 % stilling

Margrethe Telnes Vedvik, SOS-faglig medarbeider i 70 % stilling, i permisjon fra 1. oktober

Grethe Lunde, vikar fra oktober, 70 % stilling

Aksel Halvorsen Hansen, renholder til april 2018

FRA VAKTTJENESTEN

Kirkens SOS Bjørgvin besvarte 26 370 henvendelser i 2018. Det er 72 besvarte henvendelser pr. døgn, og utgjør 16 % av det Kirkens SOS i Norge besvarer. Bjørgvin er ett av 4 sentre i Norge som besvarer både krisetelefon, SOS-chat og SOS-meldinger. På landsplan har svarprosenten på telefon sunket noe, til 58 %. I Bjørgvin har vi imidlertid klart å øke antall besvarte henvendelser.

Telefonhenvendelser: Kirkens SOS Bjørgvin besvarte 22 709 telefoner. Dette er 1201 (6 %) flere enn i 2017. I gjennomsnitt ble 62 telefonsamtaler besvart hvert døgn av vårt senter. Det er 15 % av det totale antall telefonsamtaler ved Kirkens SOS.

SOS-chat: Antall besvarte SOS-chat i Bjørgvin i 2018 var 2 088, 6 færre enn 2017. Vi besvarer 18 % av alle besvarte SOS-chatter i Norge. I gjennomsnitt hadde en SOS-chat en varighet på 52 minutter.

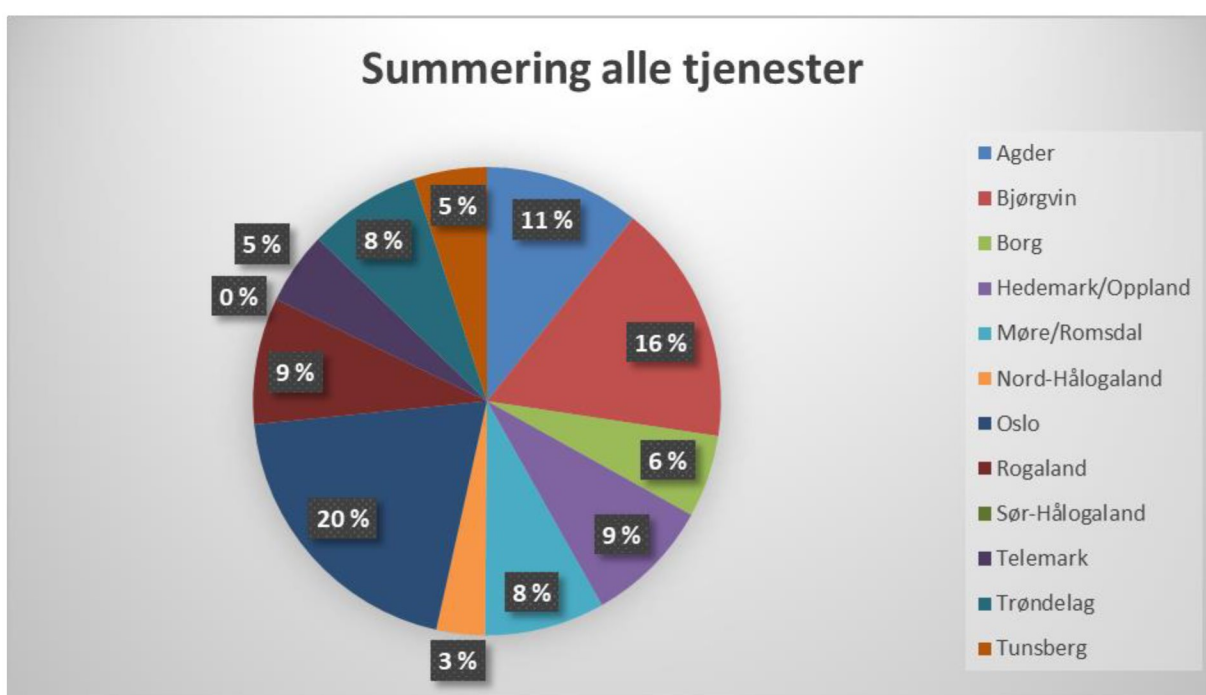
SOS-melding via internett: Kirkens SOS Bjørgvin besvarte 1 573 SOS-meldinger. Dette er en økning på 264 (20 %) fra 2017. Vi besvarer 25 % av totalt antall besvarte SOS-meldinger i Norge.

“Det er veldig mange der ute som trenger oss. Som ikke blir sett, ikke blir hørt på, ikke blir forstått.”

Endre,
Frivillig i Kirkens SOS



Figuren viser prosentvis fordeling mellom sentrene etter summering av alle tjenester 2018:



OM SAMTALENE OG DE SOM KONTAKTER KIRKENS SOS

De som kontakter Kirkens SOS er anonyme, og vi fører ingen journaler. Fokus i SOS-samtalen vil alltid være nåtid, hvordan innringer eller innskriver har det nå. Det innebærer at vi ofte ikke vet hva som ligger til grunn for at livet er vanskelig. Vår statistikk vil derfor kunne si noe om hvordan de som kontakter oss har det, men ikke speile årsakene. Den er en enkel oversikt over de problemområdene våre frivillige opplevde som viktigst i samtalen.

Kirkens SOS vil forebygge selvmord og lindre følelsesmessig og eksistensiell krise.

Selvmord i Norge: Det var 593 registrerte selvmord i Norge i 2017, som er de nyeste tallene pr. januar 2019. Dette er 21 færre enn i 2016, da antall registrerte selvmord var 614. Raten for selvmord har vært stabil lenge i Norge. Det er mer enn dobbelt så mange menn som kvinner som tar livet sitt. Andelen kvinner har vært stigende de siste årene.

I 509 samtaler vurderte våre medarbeidere at det var høy grad av selvmordsfare. Ved akutt selvmordsfare skaffer vi hjelp dersom innringer eller innskriver er villig til å oppgi sin identitet. AMK (113) ble i fjor kontaktet 82 ganger fra vårt senter, fordi medarbeideren vurderte selvmordsfaren som akutt og den som kontaktet oss ga oss navn og kontaktopplysninger. Det er 28 færre enn 2017.

Telefonsamtalene: Psykiske problemer, ensomhet, relasjonsproblemer, fysiske problemer, sorg/tap og eksistensielle problemer var de hyppigste temaene. Selvmord var tema i 17 % av samtalene.

Kirkens SOS i Bjørgvin besvarte 2 253 telefonhenvendelser fra personer som hadde selvmordstanker. 551 av disse samtalene ble av våre frivillige vurdert å være middels eller høy selvmordsfare. AMK ble kontaktet 46 ganger.

SOS-chat: Vanligste tema var relasjonsproblemer, rusmisbruk, fysiske problemer, sorg og tap, vold og seksuelle overgrep. På SOS-chat var selvmord tema i 49 % av samtalene. AMK ble kontaktet 19 ganger fra SOS-chat.

SOS-meldinger: I SOS-meldinger var selvmord tema i 43 % av henvendelsene. Vanligste tema var psykiske problemer, relasjonsproblemer, selvskading, ensomhet, spiseforstyrrelser, seksuelle overgrep og ansvar/bekymring for andre. AMK ble kontaktet 17 ganger vedrørende SOS-melding.

Hvem henvender seg?

De som kontakter Kirkens SOS er forskjellige mennesker, i ulike alder, ulike problemstillinger, noen er syke, noen er friske, noen er innvandrere eller andre generasjons innvandrere. Alderen varierer fra de helt yngste til de aller eldste. I de skriftlige kanalene er det ofte slik at vi ikke vet verken alder eller kjønn.

På telefonen var 43 % av de som tok kontakt menn. Her har det vært en utvikling de siste årene der andelen menn har sunket noe. Av de som oppga sin alder var 18 % under 40 år, men vi har innringere i alle aldersgrupper, også barn under 10 år.

På SOS-chat utgjør tenåringer den klart største gruppen, og 68 % av dem vi vet alderen på er under 20 år. SOS-chat blir mest brukt av jenter/kvinner. Av dem vi vet kjønn på var 83 % kvinner.

For SOS-melding er 83 % av de som skriver under 30 år, og 53 % er under 20 år. Vanligvis vet vi ikke kjønn, men av dem som oppgir kjønn er 24 % menn.

FRIVILLIGE MEDARBEIDERE

- Kirkens SOS Bjørgvin hadde i 2018 100 frivillige medarbeidere som besvarte telefoner, SOS-meldinger og SOS-chat. Av disse besvarte 25 SOS-chat. De frivilliges innsats tilsvarte ca. 8 årsverk
- 1 frivillig datakonsulent
- 1 frivillig arkitekt (ombygging av nye lokaler)
- 9 medlemmer og varamedlemmer i styret, samt leder for representantskapet som har møte- og talerett i styret.
- Dugnadsarbeid i forbindelse med ombygging og flytting,

Hvem er de frivillige medarbeiderne?

Det er de frivillige medarbeiderne som ER Kirkens SOS. Det er de som svarer på telefonene, SOS-meldingene og SOS-chattene. Den lønnede staben har ansvar for støttefunksjoner som å rekruttere, ivareta og dyktiggjøre dem.

Våre frivillige er fra 20 - 80 år. De er småbarnsforeldre, enslige og familiefolk, alders- og uførepensjonister. Når det gjelder utdanning og yrke er det stor bredde, fra selvlærte folk uten formell utdanning til folk med doktorgrader og professorstillinger. Noen arbeider i skole og barnehage, helse og sosial, kommunal virksomhet, mens andre er innen IT, ingeniørfag, shipping, næringsliv, kunst og håndverksyrker. Andre er arbeidssøkende eller studenter. Vi sitter side om side i samme tjeneste og med kompetanse som medmenneske og samtalepartner. Alder, kjønn, legning, utdanning og lønnsnivå er uinteressant. Det handler om den enkeltes varme hjerte, ekte interesse og vilje til å prøve å forstå – og evne til å tåle møtet med andres smerte. Det er flere kvinner enn menn på vaktrommene våre. Vi tror ikke det betyr at menn er dårligere til å lytte. Vi tror det er flere menn der ute som ville trives med og fungere godt i denne tjenesten.

Turnover

Det er alltid utskifting i frivilligstaben. Turnover-tallet i frivilligstaben kan ved første øyekast se svært høy ut, men når tallene brytes ned ser vi at det ikke er urovekkende tall.

I 2018 var det 43 som sluttet ved vårt senter.

6 som flyttet fra Bergen, to av disse fortsatte som frivillige ved andre SOS-sentre.

9 var i studentpraksis hos oss og sluttet etter endt praksis.

16 var i permisjon fra tjenesten da de sluttet.

12 sluttet fra aktiv tjeneste av andre ulike grunner, som høy alder, omsorgsoppgaver, sykdom eller behov for pause fra tjenesten.

10 gikk ut i permisjon fra tjenesten i 2018, blant disse var to pga fødsel og en pga utenlandsopphold.

Permisjoner blir ofte brukt som en tid til å tenke seg om, ha pause fra tjenesten. Vi erfarer at mange kommer tilbake til aktiv tjeneste etter en pause, mens flertallet i den gruppen slutter.

Studentene som har praksis hos oss tar minimum 24 vakter, tilsvarende ett års aktiv tjeneste.

Gjennomsnittlig tjenestetid var ved forrige telling 3 år. Det er vesentlig lengre enn sammenlignbare tjenester. Vi vet at motivasjon og utholdenhet i tjenesten henger sammen med opplevd mening. Også derfor vil veiledning og faglig utvikling alltid være viktig.

Kirkens SOS Bjørgvin har mange unge mennesker som frivillige medarbeidere. Dette vil naturlig nok føre til noe høyere turnover, da mange flytter etter endte studier eller pga. jobbskifte. En del slutter også når de får barn.

Vi tenker at det å ha vært medarbeider på Kirkens SOS gir den enkelte en kompetanse som de tar med seg videre i familie, jobb og samfunnet ellers. Kirkens SOS driver gjennom dette en betydelig samfunnsnyttig voksenopplæring.

OPPLÆRING OG KVALITETSUTVIKLING

Frivillighetsstruktur

Hva kreves av den frivillige medarbeideren?

Det kreves ingen formell utdanning for å bli frivillig medarbeider ved Kirkens SOS.

En opptas etter en vurdering av egnethet, og gjennomgår vårt interne innføringskurs som har fokus på holdninger, rolleforståelse, samtaleferdigheter og kunnskaper.

Vi tror at de frivillige allerede er gode å snakke med. Gjennom våre kurs blir de enda bedre. Det viktigste er de gode holdningene, å ville den andre vel. Dernest er kunnskap og samtaleferdigheter nyttige tilleggsressurser.

Inntaksprosedyrer:

Søknad med to referanser
Inntaksintervju
40 timers innføringskurs + praksis
Krav om 24 vakter etter innføringskurs
Tjenestekontrakt
Politiattest
Det gis kursbevis, tjenesteattest og sluttattest

Videre opplæringsplan:

2 - 4 kurskvelder pr. år som tar for seg aktuelle problemstillinger/tema
Refleksjonsgrupper, maks 12 personer, som også tar for seg aktuelle problemstillinger og tema.

Veiledning:

Alle ved Kirkens SOS, både frivillige og lønnede medarbeidere, har rett på og plikt til veiledning så lenge en er i aktiv tjeneste.

Veiledningen av de frivillige medarbeiderne er rullerende, og skjer i grupper på 4 ledet av en fra staben som har veilederkompetanse.

Innføringskurs og rekruttering

Det ble gjennomført 2 innføringskurs i Bergen. 41 deltakere fullførte kurset. 7 av disse var sosionomstudenter i praksis, 4 fra HVL Bergen, og 3 fra HVL Sogndal. Ved utgangen av året har 2 av kursdeltakerne permisjon og 3 har sluttet. Antallet aktive frivillige medarbeidere er pr. desember 2018 103, tre flere enn i desember året før. Studentene som har Kirkens SOS som praksisplass yter vesentlig inn i vakttjenesten og er en viktig del av vår frivillighet. Vi ser det som både viktig og nyttig å være praksisplass. Studentene får en betydelig kompetanse som de tar med seg videre i studiet, jobb og samfunn.

I forbindelse med inntak av nye frivillige ble det gjennomført 59 inntakssamtaler.

KURS, OPPLÆRING OG VEILEDNING FOR FRIVILLIGE MEDARBEIDERE**Fagutviklingstiltak for frivillige medarbeidere**

- Det har vært 2 fagsamlinger:
 - 10. april: Inge Nordhaug, spesialkonsulent for vold og overgrep ved RVTS Vest (Ressurssenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging). Han snakket om ungdom. Tema: «Samtaler med ungdom som sliter»
 - 1. oktober kl. 17-20 Oddvar Vignes, humorist, foredragsholder, bonde og selvmords-overlever.
- Veiledning: Alle som tar vakter på Kirkens SOS Bjørgvin har rett på og plikt til veiledning. Alle deltok på 2-4 veiledningsgrupper i løpet av året, og flere om det var ønsket. Det ble gjennomført 82 veiledningsgrupper og individuelle veiledningssamtaler. I inviterer vi til sluttsamtaler når medarbeidere går ut av tjenesten.
- Det ble ikke arrangert refleksjonsgrupper i 2018.

Fagutvikling for ansatte

- 3 nasjonale tre-dagers lederforum for alle daglige ledere ved Kirkens SOS og 8 lederforum via Skype.
- 9 skypemøter med landssekretariatet og de andre sentrene der vi har jobbet med ulike tema som rekruttering, ny telefonplattform, nytt synlighetsmaterieell etc.

- 2 samlinger i Oslo for den veiledningsansvarlige ved det enkelte senter. Hildegunn B. Alnes deltok på disse.
- Fagkonferanse på Sundvollen Hotell for alle ansatte ved Kirkens SOS i Norge. Alle ansatte ved vårt senter deltok.
- 6 eksterntveiledninger med Ivar August Bye.
- RVTS Vest sin Septemberkonferanse, dette året med temaet «Traumer og utenforskap».
- «Selvmord, identifisering og skam», forebyggingsforum i regi av RVTS Vest.
- Stabsdager på Utstein pilegrimsgård med særlig fokus på Kirkens SOS og det eksistensielle.
- «Raushet er god business», Frokostmøte i regi av Bergens næringsråd, NAV Arbeidslivssenter og Verdensdagen for psykisk helse.
- Diakonikonferansen 2018 / Haraldsplass diakonale stiftelse 100 år.
- Fagkonferanse om menneskehandel, RVTS

UTADRETTET VIRKSOMHET

Eksternt arbeid

Vi har i 2018 vært aktive med synlighetsarbeid, kurs og foredrag. Vi får mange forespørsler om å bidra, og ser på dette som en viktig del av arbeidet vårt. Det å synliggjøre tjenestene våre er et vedvarende arbeid, og det er viktig for at enhver skal vite om tjenesten når krisen rammer. Når vi driver informasjonsarbeid og mer faglig undervisning er vi oppmerksomme på at vi henvender oss både til brukere, potensielle brukere, pårørende, mulige medarbeidere, fagfolk og ulike beslutningstakere/bidragstakere. Undervisningsoppdragene er oftest honorerte. Det avlastet og inspirerer at landssekretariatet arbeider frem materiell og kampanjer vi kan benytte. Askøybroen har fremdeles store skilt samt kasse med kort som informerer om Kirkens SOS og Mental Helses hjelpetelefon.

Gjennomførte aksjoner, appeller, stands og andre tiltak

- Skolekampanjen er vårt største synlighetsarbeid: Alle 9. klassinger, elevene i første vgs og alle folkehøgskolene i Hordaland og Sogn og Fjordane har fått tilsendt «Hjelp-Kort» i bankkortformat med info om Kirkens SOS. Det er en stor kostnadskrevende utsendingsjobb. I alt 25 000 kort er sendt ut til 266 ulike skoler.
- Stand på utdanningsmessen i Bergen, to dager.
- Stand på Krohnhagen kafe og veksthus sin åpne dag på St. Hans.
- Arrangement på Torgalmenningen 10. september, Verdensdagen for selvmordsforebygging i samarbeid med Leve og Mental Helse. Bergen kommune deltok også på dette arrangementet.
- Deltakelse på I see Humans på Torgalmenningen 15. september.
- Stand på Fagdag om selvmordsforebygging i Hordaland i regi av RVTS Vest.
- Organisasjonsdag på HVL (Høgskulen på Vestlandet).
- Appell for 1. års medisinstudenter, 2 grupper
- Psykologistudenter ved UIB intervjuet våre frivillige ifm. chat-prosjekt.
- Alternativmessen

Undervisning for eksterne:

- Senioruniversitetet i Bergen om den gode samtalen, ca. 250 deltakere
- FO-studenter, undervisning om selvmordsforebygging, ca. 40 deltakere
- Mannsgruppen i Foldnes kyrkje
- Presseveteranene i Bergens Tidende
- Diakonikonfirmanter Bønes
- Fridalen kyrkje, formiddagstreff

- Austrheim og Fedje menigheter, undervisning for konfirmanter og møte med stab og kirkeverge
- Fana folkehøgskole, psykologilinjen
- Seminar på Alternativmessen, om å møte mennesker med selvmordstanker og om det å oppleve uforklarlige hendelser.
- «God å snakke med» er et to timers kurs om den gode samtalen. Det er kurs vi holder for folk flest, uten noen form for binding til å være frivillig i Kirkens SOS. Det var 2 åpne kurs i Bergen i egen regi med til sammen 88 deltakere, samt kurs for praktikanter i Sjømannskirken.
- Støttet av Extrastiftelsen startet Kirkens SOS i Norge et prosjekt med frivillige God å snakke med-kursholdere, der to av våre frivillige deltok. Grethe Lunde, en av de to, har holdt entimes kurs to folkehøgskoler; Manger og Nordhordland. De vil fortsette med å holde kurs i 2019.
- Sjømannskirken, Norsk kirke i utlandet, har inngått kontrakt med Kirkens SOS om undervisning på sine grunnkurs for nye ansatte

Nullvisjon mot selvmord

Organisasjonen Leve arbeidet frem et innbyggerforslag til Bergen kommune om nullvisjon for selvmord. Kirkens SOS ble del av dette arbeidet som i 2017 endte opp med bystyrevedtak om nullvisjon for selvmord, med følgende tekst, pkt 3 i vedtaket: *«I det videre arbeidet med konkretisering av virkemidler for å få ned antall selvmord bør kommunen samarbeide tett med ideelle organisasjoner som er aktive på feltet, som Kirkens SOS, og organisasjoner for pårørende, som LEVE»*. Handlingsplan ble vedtatt 21. november. I 2019 blir Kirkens SOS del av referansegruppen rundt handlingsplanen.

Nyåndelighet - den åndelige lengsel

Kirkens SOS, ved daglig leder Greta Gramstad, har i mange år vært pådriver for fagutvikling og synlighet i forhold til nyåndelighet og samtidsreligiøsitet. Hun har tatt initiativ til og leder Ressursgruppen for nyåndelighet, som også arrangerer den kirkelige standen på Wellbeing Festival (før kalt Alternativmessen) i Bergen. Der arrangerte vi bl.a. «Dødskafe», et internasjonalt konsept der en snakker om egen død for på den måten bli bevisst og glad for det livet en har. Vi hadde også et seminar om å avdekke selvmordstanker, og hvordan samtale med mennesker som har selvmordstanker.

Alternativmessearbeidet gjøres med økonomisk støtte fra bispedømmerådet, i samarbeid med Areopagos og med et økumenisk sammensatt messeteam. Ressursgruppen er etablert som et fagråd under Bispedømmerådet.

Media

- Bergens Tidende AS og Dagen har også i 2018 bidratt med mye plassregulerende annonser, som er kostnadsfrie for oss. Vi har hatt redaksjonelle oppslag i Bergens Tidende og pressemeldinger er tatt inn i BA.
- I samarbeid med landssekretariatet laget vi et intervju med tre av våre mannlige frivillige medarbeidere. Det ble sendt alle menighetsbladene i Norge.
- Mange menighetsblad har gratis annonser, og vi gjør et stadig arbeid for at alle menighetsbladene, menighetsnettsidene og forsamlingslokalene i bispedømmet skal ha fast informasjon om tjenesten samt rekrutteringsmateriell.
- Facebook er blitt en stadig viktigere arena for synlighet.
- Plakater i dagligvarebutikker, biblioteker mm er fremdeles en viktig del av synlighetsarbeidet, også når det gjelder rekruttering.

Samarbeid med andre

Kirkens SOS er opptatt av å knytte bånd til beslektede tjenester og instanser. I 2018 har vi hatt særlig kontakt med:

- AMK sentralene (113). Ved akutt selvmordsfare kontakter vi innringer/innskrivners lokale AMK såfremt vi har nok kontaktinformasjon.
- Sjømannskirken, Norsk kirke i Utlandet
- Leve
- VID (Betanien og Haraldsplass, sykepleieutdanningen)
- HVL, Høgskolen på Vestlandet: Vi var praksisplass for 7 sosionomstudenter.
- Medisinstudiet ved UiB ved professor Edvin Schei: Kirkens SOS tilbyr medisinstudentene frivillig medarbeiderskap som gir dem mye mengdetrening i den gode samtalen – og Kirkens SOS får flere frivillige medarbeidere.
- Areopagos
- Stiftelsen Kirkens Bymisjon, som vi leier lokaler av og samarbeider ved ulike ting som f.eks. I see Humans og Alternativmessen.
- ROS, Senter for spiseforstyrrelser i Bergen
- SMISO - Senter mot incest og seksuelle overgrep i Hordaland
- Redd Barna

Verv:

- Karl Dag Bærug sitter i Bjørgvin bispedømmes diakoniutvalg.
- Daglig leder er med i arbeidsutvalget for Diakoni i Bjørgvin, et uformelt nettverk for diakoniledere. Utvalget har hatt har arrangert frokostmøter med inviterte foredragsholdere.
- Daglig leder er styreleder for Kstud sitt regionale styre
- Daglig leder er på sin fritid representant for Areopagos i styret for Kirkelig Dialogsenter Bergen, medlem av Johanneskirken kirkekomite, av Bergen Domkirke menighets diakoniutvalg samt Stiftelsen Johanneskirkehjemmet. Hun er også leder for representantskapet i Stiftelsen Kirkens Bymisjon i Bergen

ØKONOMI OG DRIFT

NYE LOKALER

13. mars flyttet vi inn i Kong Oscars gate 62. Vi er glad for at Kirkens Bymisjon inviterte oss til å bli samboere med dem sammen med Redd Barna da de skulle overta leieavtalen etter Kunsthøgskolen.

Etter 31 år som leieboere på loftet i Bergen døvesenters vakre sveitserhus i Kalfarveien 79 flyttet vi til sentrum, først og fremst for å få vaktrom til SOS-chat. Ombygging fra kunstscole til tjenlige lokaler for viste seg å være en større jobb og betydelig større kostnader enn vi først trodde. Det er også et stort arbeid å flytte ut av lokaler en har bebodd i så mange år. Arkitekt Amund Nordland tegnet ombyggingen, var byggeleder, bygget kjøkken og gjorde annet dugnadsarbeid sammen med andre frivillige medarbeidere. Han formidlet også kontakt med Midgar Gruppen som lot oss overta 20 m høykvalitets glass vegger og dører slik at vi kunne bygge åpne og lyse lokaler som likevel var lyddempet. Takket være Amund Nordlands betydelige dugnadsinnsats har Kirkens SOS Bjørgvin spart store beløp og fått lyse og hensiktsmessige lokaler for krisetjenesten.

Flytting og ombygging har vært spennende og krevende, men takket være en fleksibel stab og en særdeles engasjert daglig leder har resultatet blitt vellykket. Vi er stolte av at vi i flytteprosessen var i aktiv vaktjeneste med unntak 5 vakter akkurat ved innflytting.



Litt av dugnadsgjengen: Jostein Gimmestad og Jone Nordland

Etter et halvt år i nye lokaler valgte vi å bygge om vaktrommet for telefontjenesten. Enda flere glassvegger og dører kom på plass, og vi har nå løst problemet med forstyrrende lydgjennomgang.

Bygge- og flytteperioden har vært preget av mye praktisk arbeid, utallige møter og dugnad, og mye glede!

De nye lokalene er bygget slik at stabens kontorer enkelt kan brukes til vakt plasser slik at vi kan ha flere enn to på telefonvakt samtidig når disse kontorene er ledige. Hittil har vi noen ganger tre på telefonvakt samtidig, målet er å kunne prøve ut større vaktlag.

For medarbeiderne er det blitt et hus som er lett tilgjengelig, 5 minutter til buss, Bybane, tog og parkeringshus og trygg sykkelparkering i kjelleren. Bergen Parkering AS sponser oss med gratis nattparkering for medarbeiderne våre når de har nattevakt. For noen er det likevel en ulempe at vi ikke lenger har tilgang på gratis parkering på gateplan på dag og kveldstid.

Vi ser fram til gjensidig nytte og videreutvikling av samarbeid med Redd Barna og Kirkens Bymisjon.

TEKNISKE UTFORDRINGER

Det har vært tekniske utfordringer på telefonløsningene våre både sentralt og lokalt, noe som i perioder førte til nedetid eller brutte samtaler. Vi i Bjørgvin gikk ut av 2018 fortsatt uten etablert nedgravd fibernett. Dette har periodevis medført brudd på internettforbindelsen og brutte telefoner. Leverandør mener dette skal være på plass i løpet av vinteren 2019. Vi vil da gå over fra mobile telefoner til IP-telefoner.

ØKONOMI

Kirkens SOS Bjørgvin driver sitt omfattende arbeid med en nøktern økonomi. Vaktjenesten utføres av ulønnede frivillige medarbeidere (ca. 8 årsverk). Vi driver en nonprofitt-virksomhet og utbetaler ikke styrehonorar.

Kirkens SOS Bjørgvin er landets nest største Kirkens SOS-senter, men har ingen eier som sørger for finansiering. Dette gir en uforutsigbar økonomi der mye arbeidskraft og kreativitet brukes til å skaffe driftsmidler. 2018 var utfordrende da det skulle skaffes nok penger til både drift og ekstrakostnader til ombygging og flytting. Sparebanken Vest ga kr 500 000 til dette og Bergen kommune hevet sitt årlige driftstilskudd tilsvarende økningen i husleien, kr. 100 000.

Driftskostnadene var kr 4 791 091 og driftsinntektene var kr 5 247 304. Det gir et driftsresultat på kr 456 213. Overskuddet skyldes først og fremst betydelig lavere pensjonsutgifter hos KLP enn budsjettert, høyere momskompensasjon og større gaveinntekter enn vanlig. Driftsutgiftene lå noe over budsjett. Et så stort overskudd gir en kjærkommen styrking av egenkapitalen og større sikkerhet i årene som kommer, siden vi fortsatt vil ha en usikker inntektssituasjon. 53 % av inntektene er offentlige tilskudd. Statstilskuddet utgjør 28 % av driftsinntektene.

Bergen kommune har i mange år vært en stabil bidragsyter og står for 20 % av inntektene. Resten av driftsmidlene må hvert år søkes fra fylkeskommuner og kommuner, menigheter, stiftelser, fond, bedrifter og privatpersoner.

Kirkeofringene i Bjørgvin har steget fra år til år, dette året ble det gitt kr. 455 000. I tillegg mottar vi støtte kr. 250 000 fra to kirkelige stiftelser. Kirkelige tilskudd samlet kom på kr 875 000.

I 2018 har vi også mottatt arv i forbindelse med Torbjørg Færøyviks bortgang, samt private gaver og givertjeneste.

Driftskostnadene er i hovedsak lønn til stab samt husleie og nødvendige driftsutgifter. Dette året også ekstra utgifter til ombygging og flytting på kr. 488 055.

Vi arbeider hardt for at offentlige myndigheter, menigheter, bedrifter og privatpersoner også i årene som kommer ser hvor viktig Kirkens SOS sitt arbeid er, og derfor vil bidra økonomisk slik at vi fortsatt har medarbeidere på vakt, alle dager, hele døgnet.

Regnskap og revisjon

Regnskapet ble ført av Knif Regnskap AS og revidert av PWC.

VURDERING

- **Tilbud og etterspørsel – klarer vi å være der når vi trengs?**

Svaret på dette spørsmålet er både ja og nei. Kirkens SOS både lokalt i Bjørgvin og sammen alle 11 sentre gir et enestående tilbud i Norge. Utrolige 174 903 samtaler er gjennomført. Det er 480 samtaler pr. døgn! Svarprosenten er likevel tidvis lavere enn ønskelig, særlig på nattetid.

For å bøte på dette bruker vi i Bjørgvin mye tid på å flytte medarbeiderne våre til de dagene og tidene de trengs mest. Vi har stort utbytte av vaktlisteverktøyet vårt som viser hvor mange personer som til enhver tid er satt opp på vakt ved våre 11 sentre. Slik kan vi flytte våre lokale medarbeidere til de vaktene med dårligst dekning på landsplan. Våre medarbeidere er utrolig fleksible og villige til å bli flyttet på, og det vises igjen på svarstatistikken vår. Vi svarer på overraskende mange samtaler i forhold til antall frivillige medarbeidere. En stor takk til våre fleksible og rause medarbeidere!

I 2018 har SOS-meldingstjenesten noe overraskende hatt en betydelig økning. Det henger muligens sammen med at SOS-chat foreløpig har begrenset åpningstid, og der er etterspørselen stor. Vi trenger å være mer til stede på de skriftlige kanalene våre.

Vi opplever at både telefon, chat og SOS-melding fungerer godt og er gode redskap for samtaler.

- **Rekruttering**

I 2018 var frivillig-staben stabil i antall. Det er imidlertid krevende å bli flere. Det er behov for langt flere frivillige både ved vårt senter og resten av landet. Ideelt skulle vi vært 2000 på landsplan, mens vi er 1000. Vi i Bjørgvin skulle også gjerne ha doblet antallet frivillige ved vårt senter.

Vi har hatt en trend i flere år med at det nesten bare har vært unge mennesker som meldte seg til innføringskurs. Det er berørende og gir håp for landet vårt!

Mange fryktet at frivilligheten skulle dø ut med de gamle. I 2018 ble aldersspekteret bredere igjen, og vi tok imot nye medarbeidere med et større aldersspenn. Det trenger vi for å få en god variasjon i medarbeiderflokket.

Kjønnsbalansen er imidlertid fortsatt slik at kvinner er i overvekt.

Vi vil fortsatte med å tilrettelegge for frivilligskap som både ivaretar tjenestens behov for kvalitet og driftssikkerhet og den enkelte medarbeiders behov. Vi ser at rekruttering må være vår tyngste satsing i 2019.

Rekruttering og ivaretagelse av de frivillige er den lønnede stabens viktigste arbeidsområde. Vi trenger flere frivillige til alle kanaler, og særskilt trenger vi flere til SOS-chat. Her ønsker vi å kunne utvide åpningstiden betydelig i løpet av de nærmeste årene.

- **Organisasjonsutvikling**

Kirkens SOS i Norge har i flere år vært i en spennende og utfordrende organisasjonsprosess. Det er godt å ha fått landet denne prosessen med et enstemmig vedtak om å omdannes til linjestyrt landsforening. Dette har vårt senter ønsket lenge. Det er mye praktisk og juridisk som må ordnes ved en fusjon, så i første omgang ble dette mer arbeid til alle, men i løpet av 2019 vil vi høste av fordelene. Vi berømmer landsstyret og landssekretariatet med generalsekretær Leif Jarle Theis i spissen for å gjøre et stort og grundig arbeid i en åpen og trygg omorganiseringsprosess.



VIL DU VÆRE EN FOR ANDRE?

Har du tid til å bry deg og lyst til å utvikle deg?
Årlig besvarer vi omkring 200 000 henvendelser på telefon og internett, likevel er det en av tre som ikke får svar.

Vil du bli frivillig, les mer eller ta kontakt:
kirkens-sos.no

Å være en for andre gir livet mening.

- **Synlighet**

Vi i Bjørgvin har vært synlige i 2018. Kombinasjonen av sentral og lokal mediaoppmerksomhet, kampanjer og våre mange foredrag og utomhus-aktiviteter gjør at stadig flere vet om tjenesten. Målet vårt er at alle nordmenn, i Norge, på oljeinstallasjoner og i utlandet skal kjenne til tjenesten.

I 2018 gjennomførte vi skolekampanjen igjen etter ett års pause. Vi tror det er viktig å fortsette med dette på årlig basis, gjerne i samarbeid med kommuner og/eller andre hjelpetiltak. Skolene er den beste portalen for å møte alle

ungdommer. I 2019 vil handlingsplanen for selvmordsforebygging trolig føre til konkretiseringer av samarbeid rundt både skolekampanjen og annet synlighetsarbeid i Bergen og Hordaland.

Vi opplever at vår faglighet er etterspurt og verdsatt. Eksterne foredrag og undervisning synliggjør Kirkens SOS for mange, samtidig som vår kompetanse når ut. Dette er også en voksende inntektskilde. Vi er spent på hvordan vi skal videreutvikle dette arbeidet de kommende årene.

Omdømmeundersøkelsen gjort av landssekretariatet viser at Kirkens SOS scorer svært høyt på omdømme, men at det fortsatt er mange som ikke kjenner til tjenesten. Det er vår utfordring også i fortsettelsen.

Det er tidkrevende å arbeide med synlighet, men det er helt nødvendig dersom vi skal kunne utføre oppdraget vårt. Takk til BT og Dagen for uendelig mange plassregulerende annonser!

- **GJØR Kirkens SOS det vi sier at vi vil gjøre? Forebygge selvmord og lindre følelsesmessig og eksistensiell krise?**

Selvordstallene i Norge må sies å være stabile, men alt for høye – en til to mennesker tar sitt liv hver dag og langt flere gjør selvmordsforsøk. I dette bildet er Kirkens SOS en viktig aktør. Tilgjengeligheten vår er viktig. Vi er bare et tastetrykk unna, og anonymitet og taushetsplikt gjør at det er lett å bruke oss. Kompetansen blant våre frivillige gjør at det er mulig å snakke om selvmordstanker. Det er umulig å måle hvor mange selvmord som er unngått pga av vår tjeneste, men vi gleder oss over tilbakemeldinger fra mennesker som forteller akkurat det. Nærmere halvparten av de som ringer er menn, mens et stort flertall av de som skriver er kvinner. Kirkens SOS utfordres på å få til en raskere utvidelse av chat-tjenesten, som er den kanalen som når flest unge. Vi utfordres også på å nå ut til unge menn på en måte som senker terskelen for å ta kontakt.

Det folk snakker aller mest om på Kirkens SOS er følelsesmessig smerte. Mange av de som ringer og skriver jevnlig til Kirkens SOS forteller om tunge diagnoser og stort smerterykk. Det gjelder både de unge og de voksne. Psykolog Arnhild Lauveng utfordrer Kirkens SOS til å snakke mer om dette. Nå er dette det temaet som er mest tabubelagt i Norge. Behandlingsløpet er også blitt endret i Norge slik at en ofte etter 2-3 års aktiv behandling overføres til det Lauveng kaller «enmannsasyll»: Mange i denne gruppen lever alene og har lite kontakt med andre mennesker. Disse langvarige, noen ganger livsvarige, krisene er uendelig slitsomme for dem som lever i dem.

- **Fagutvikling**

Fagutvikling er svært viktig for både stab og frivillige. Vi må være oppdatert på hva som skjer på våre fagfelt og godt rustet til tjenesten vi står i. Høsten 2018 valgte staben bl.a. å dra på stabsdager sammen for å finne hvile og faglig fordypning i et travelt år. Det var et godt valg. Utsira Pilegrimsgård var en god ramme for dette, og en økonomisk overkommelig løsning.

Vår flokk av frivillige medarbeidere er også kunnskapshungrige og ivrige på å lære mer for å bli stadig bedre medvandrere.

RVTS arrangerer årlig sin Septemberkonferanse. Vi har prioritert deltakelse på disse. Det er gledelig å registrere at vi er på plass faglig sett, vår praksis er i tråd med det de fremste forskerne innen våre felt anbefaler.

Vi ser frem til å arbeide mer faglig i 2019. Da vil det bli arrangert frivilligkonferanse for alle medarbeidere og stab ved sentrene i Norge. Den forrige var i 2011 og var en stor inspirasjon for alle som deltok.

- **Økonomi**

2018 ble avsluttet med et uventet og for oss høyt overskudd, kr 456 213. I utgangspunktet fryktet vi underskudd. Slik frivilligheten drives i Norge er de fleste av oss avhengige av gaver og innsamlede midler i tillegg til offentlige tilskudd. Og akkurat det gjør at enkelte år kan slå ut ganske overraskende. Kombinasjonen av uvanlig lave KLP-pensjonskostnader og høye gaveinntekter skjer ikke hvert år, og det er krevende å leve med liten forutsigbarhet på inntektssiden. Det er vårt håp at 2018 sitt gode resultat ikke forleder våre gode støttespillere til å redusere sine tilskudd i 2019!

På tross av overskudd i 2018 vil Kirkens SOS både lokalt og sentralt fortsette å arbeide med innsamlingsarbeid og synlighet. Utfordringen med å skaffe tilstrekkelig og mer forutsigbare inntekter fortsetter, slik at vi kan bruke mest mulig tid på å drive krisetjeneste, og mindre tid på inntektsbringende arbeid.

Styret setter stor pris på den innsatsen våre frivillige medarbeidere og våre ansatte gjør. Stor takk også til alle som på ulikt vis ellers støtter opp om Kirkens SOS.

Vi går inn i 2019 med optimisme og glede. Da skal vi feie 40 års jubileum. Det skjer med åpen fagdag søndag 17. november og med festgudstjeneste 13. oktober i Domkirken. Velkommen!

Jubileumsannonse

Den er ikke helt ferdig ennå 😊

Marit Kristine Hisdal
Styreleder

Greta Gramstad
Daglig leder

En særskilt takk til:

Bergen kommune
Privatpersoner, fond og bedrifter som gir støtte
Hordaland og Sogn og Fjordane Fylkeskommuner
Helsedirektoratet
Sparebanken Vest
Stiftelsen Korskirkehjemmet
Stiftelsen Domkirkeboligene
Bergens Tidende AS
Dagbladet Dagen AS
Sivilarkitekt Amund Nordland
Midgardgruppen AS
Matsentralen Bergen

De frivillige medarbeiderne ved Kirkens SOS i Bjørgvin

Det er de frivillige medarbeiderne som ER Kirkens SOS. På vegne av de mange som ringer og skriver til oss, og på vegne av kirken og samfunnet ellers takker vi for at dere er tilgjengelige med et varmt hjerte og vilje til å være en medvandrer!