

# ÅRSMELDING 2016



Illustrasjonsfoto, fra På Kanten-aksjonen september 2016

# ***KORT OM KIRKENS SOS I 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?**

- 105 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 i Bjørgvin 2016**

- 21003 besvarte telefoner
- 1841 besvarte SOS-chat og 1184 SOS-meldinger via internett
- 66 besvarte samtaler i snitt pr døgn
- 2308 telefonsamtaler om selvmordstanker
- 47 % av SOS-chattene og 23 % av SOS-meldingene handlet om selvmord
- Menn utgjør 45 % av de som ringer. Av de som ringer er 80 % over 40 år
- 84 % av SOS-chattene og 80 % av SOS-meldingene kom fra kvinner. De fleste er i alderen 12 - 30 år

## **Administrasjon**

- 4,1 årsverk, 5 ansatte

## **Økonomi**

- Driftskostnader: Kr 3.994.162,-
- Offentlige tilskudd fra stat, fylker og kommuner utgjør 58 % av inntektene
- Bidragsyttere: 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



Foto Johanna Dalen Hundvin, Dagen

## Finnes det håp, er det vits i å streve?

Det raske svaret er ja.

For slik er det vi vil det skal være. Dette er det «riktige» svaret. Det svaret behandleren, vennen, presten – alle som svarer «politisk korrekt», svarer det.

Noen ganger er det mest ærlige svaret nei.

For det er slik det føles.

De fleste av oss har slike tanker og følelser i løpet av livet.

Og så – hvordan skal vi støtte hverandre når håpet kjennes helt fraværende?

Det handler ofte om akkurat det på Kirkens SOS.

Noe av det magiske i våre møter på telefon og internett ligger i den korte tidslommen vi møtes i. Tiden vi kan kalle HER OG NÅ. Ikke i går, ikke i morgen, men akkurat nå.

Akkurat nå lytter vår medarbeider med ekte interesse, stiller tilsynelatende dumme og enkle spørsmål for å forstå enda bedre. Vet at hun ikke kan forstå helt, må sjekke ut om hun har forstått helt riktig. Hun ser inn i en brevsprekk av levd liv, og vet at det hun ser i brevsprekken er en bitte liten bit av alt det som er innenfor døren.

Hun vet at hun ikke kan fikse livet til den som hun snakker med. Hun har ingen løsninger. Men hun vet at den andre har det vanskelig og det vil hun gjerne lytte til. Hun vil ta imot smerte, fortvilelse og skuffelser. Hun vil dele følelser av håp eller manglende håp. Det tåler hun og det våger hun. Hun vil tenke høyt sammen med den andre. Noen ganger le sammen – latter er energigivende og livfremmende, selv om det er galgenhumoren som dukker opp.

Noen ganger handler det om å høre på smerte. Andre ganger snakkes det om gode hverdagsting som gjør HER OG NÅ litt lysere. Noen har vært syke eller ulykkelige lenge. Da kan det være deilig å ha en kort prat om katten eller været, om noe hyggelig.

Den korte tidslommen med nær og ærlig samtale med en annen, kan gi livskraft til å gå videre i dagen – eller natten.

Det enkle er ofte det beste, sier en dagligvareleverandør. Det har de i grunnen helt rett i!

Greta Gramstad

Daglig leder, Kirkens SOS i Bjørgvin



## Møteplass for håp

I løpet av det siste året har våre nærmere 1000 frivillige gjennomført godt over 180.000 samtaler og svar på telefon, chat og sos-meldinger. Det er nesten umulig å forestille seg hva som er satt ord på av levd liv i alle disse møtene. Kirkens SOS er et sted for å dele tanker og følelser - en møteplass for håp. Her deles opplevelser av å føle seg utenfor, tanker om å komme til kort og følelser av at alt håp er ute, med et medmenneske som har tid til å lytte og ønsker å forstå.

Hjelper det?

Dette spørsmålet får vi ofte. Svaret er at det redder liv. For noen på den måten at livet ble litt lettere å leve etter å få snakket om bekymringene sine eller ved at den daglige kveldspraten med en sos-frivillig gjorde angsten litt mindre uutholdelig når natten kom. For andre var det rett og slett det å høre at han var verdifull og at noen brydde seg om han, som gav en tilstrekkelig ambivalens til at livet ikke ble avsluttet den dagen likevel. Kirkens SOS er en møteplass der vi ønsker å fremme alt som står på livets side i møte med den følelsesmessige og eksistensielle krisen. Noen ganger er det du som trenger å vite at uansett når det er på døgnet, finnes det et medmenneske som er der alltid og har tid til å lytte og vil prøve å forstå når alt føles trist og vanskelig. En annen gang er det jeg. Slik er livet. Det er skjørt og sårbart. Vi er alle i samme båt.

Åpenheten og den lave terskelen for å våge å dele, redder liv og gir håp. Det er helsefremmende å snakke sant om livet. Mitt liv. Ditt liv. Alle kan bidra ved å se den andre og gi rom for den gode og ærlige samtalen. Kirkens SOS gir sitt bidrag ved å alltid være der, med lav terskel inn og fortrolighet. Det er vårt oppdrag.

Denne årsmeldingen gir et bilde av en aktiv og offensiv diakonal lokal innsats som legger seg i selen for å sikre og styrke dette oppdraget i hele Kirkens SOS-nettverket. Takk til alle ansatte og frivillige i Kirkens SOS som også i 2016 brukte tid og delte hjertevarme i møte med den som trengte det. Takk også for all støtte fra enkeltpersoner, bedrifter, offentlige instanser og menigheter som gjør at vi kan ha en døgnåpen møteplass for håp hver dag hele døgnet, året gjennom.

Leif Jarle Theis  
Generalsekretær, Kirkens SOS i Norge

## **Kirkens SOS er Norges eldste og største krisetjeneste**

Kirkens SOS er 12 lokale sentre med 20 svarsteder, i alt mer enn 40 telefonlinjer, sammensluttet under paraplyen Kirkens SOS i Norge. I fellesskap driver vi døgnåpen telefon 22 40 00 40, netjtjenesten SOS-melding og SOS-chat på [www.kirkens-sos.no](http://www.kirkens-sos.no).

Kirkens SOS tilbyr anonym og uforpliktende samtale uavhengig av tro, kjønn, rase eller seksuell legning. 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 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 be eller samtale også om åndelige spørsmål.

## **Kirkens SOS er basert på frivillighet**

Alle som bemanner krisetjenesten er frivillige medarbeidere.

## **Kirkens SOS i Bjørgvin**

Kirkens SOS i Bjørgvin har vaktrom i Bergen. Kirkens SOS i Bjørgvin har ansvar for markedsføring i Bjørgvin bispedømme, døvemiljø i hele landet, oljeinstallasjoner og nordmenn i utlandet.

Kirkens SOS i Bjørgvin er organisert med Representantskapet som øverste organ. Det velger styret og er godkjennende organ for regnskap, budsjett og årsmelding. Representantskapet 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 Sjømannsmisjon og Stiftelsen Bergen Diakonissehjem. Representantskapets leder og diakonirådgiver i Bjørgvin bispedømme har møterett til styret.

## **STYRET**

			<i>Valgt til:</i>
Styreleder	rådgiver, Helse Bergen	Marit Kristine Hisdal	2017
Nestleder	kinodirektør, Bergen kino	Elisabeth Halvorsen	2018
Styremedlem	leder, Helse Bergen	Britt Velsvik	2018
Styremedlem	sykehusprest Haraldsplass	Karl Hjelmeland	2017
Styremedlem	HR-sjef, Sjømannskirken	Nina Hetland Børresen	2017
Styremedl./friv.repr.	pensjonert prest	Georg Jokstad	2017
Varamedlem	student UiB/Barista	Christian Nettet	2018
Vara friv. repr.	pensjonert diakon	Helge Kolstad	2018

Det ble avholdt 7 styremøter. I tillegg til de valgte styremedlemmene møtte daglig leder Greta Gramstad, nestleder Karl Dag Bærug og leder for representantskapet Rune Valderhaug. Diakonirådgiver Vetle Karlsen Eide har møterett. Marit Kristine

sdal og daglig leder Greta Gramstad deltok på styrelederkonferanse i Oslo arrangert av Kirkens SOS i Norge.

## ANSATTE

Greta Gramstad, daglig leder

Karl Dag Bærug, nestleder

Gro Ersfjord, merkantil ansvarlig (regnskap, lønn, vaktliste mm) til mars 2016.

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

Margrethe Telnes Vedvik, SOS-faglig medarbeider i 70 % stilling

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

Aksel Halvorsen Hansen, renholder

Stor takk til Gro Ersfjord som gikk av med alderspensjon etter 23 år i trofast tjeneste for Kirkens SOS!

## FRA VAKTTJENESTEN

Kirkens SOS i Bjørgvin besvarte 24.028 henvendelser i 2016. Dette er 66 besvarte henvendelser pr døgn, og utgjør 15 % av det Kirkens SOS i Norge besvarer. Bjørgvin er ett av 3 sentre i Norge som besvarer både krisetelefon, SOS-chat og SOS-meldinger.

**Telefonhenvendelser:** Kirkens SOS i Bjørgvin besvarte 21.003 telefoner. Dette er 2.282 (12 %) flere enn i 2015. Kirkens SOS i Norge besvarte i 2016 166.443 telefonsamtaler, og dette er en økning på 3 %. I gjennomsnitt ble 58 telefonsamtaler besvart hvert døgn av vårt senter.

- **SOS-chat:** Antall besvarte SOS-chat i Bjørgvin i 2016 var 1.841, og dette er en økning på 376 (26 %) fra 2015. Vi besvarer 20 % av alle besvarte SOS-chatter i Norge. I gjennomsnitt hadde en SOS-chat en varighet på ca. en time. Det er nå 8 SOS-sentre som svarer på chat.
- **SOS-melding via internett:** Kirkens SOS i Bjørgvin besvarte 1.184 SOS-meldinger. Dette er en nedgang på 202 (15 %) fra 2015. Vi besvarer 31 % av totalt antall besvarte SOS-meldinger i Norge. Det er nå 7 sentre som svarer på SOS-meldinger i Norge.

TRENGER DU NOEN Å SNAKKE MED?  
Ring eller skriv. Vi er her. Alltid. [kirkens-sos.no](http://kirkens-sos.no)

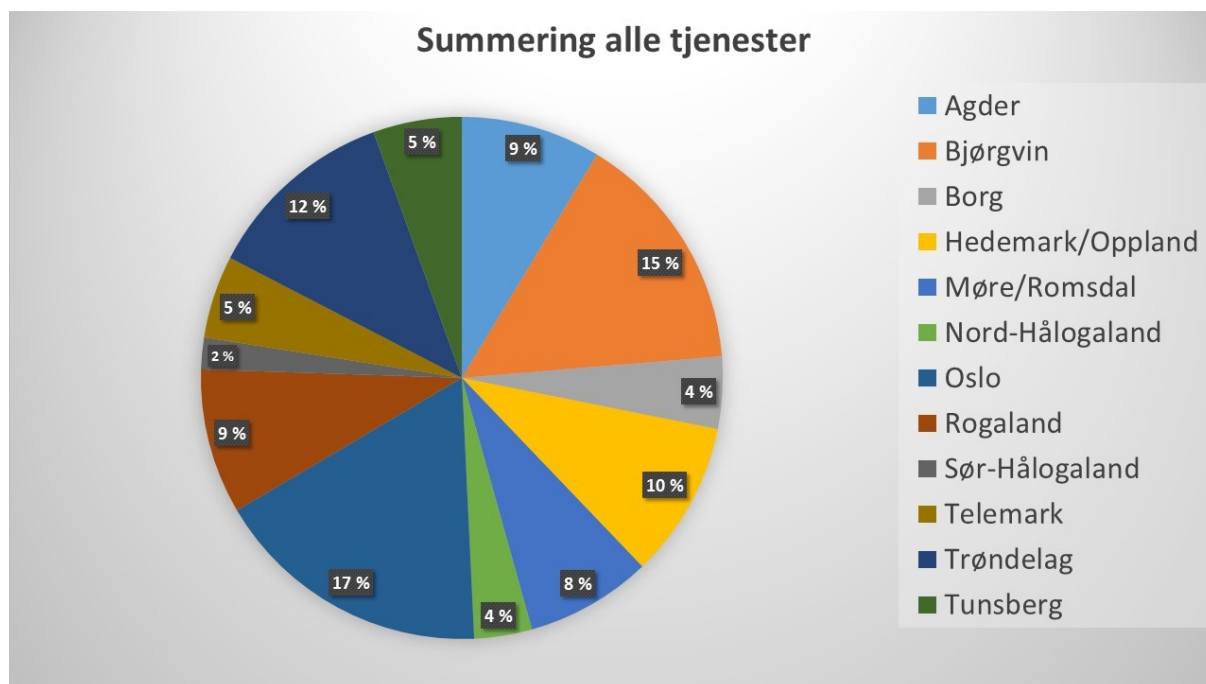
SOS  
22 40 00 40

SOS  
CHAT

SOS  
MELDING

KIRKENS  
SOS

Figuren viser prosentvis fordeling mellom sentrene etter summering av alle tjenester



## 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 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.

**Selv mord i Norge:** Det var 590 registrerte selvmord i Norge i 2015, som er de nyeste tallene pr. januar 2017. Dette er 42 flere enn i 2014, da antall registrerte selvmord var 548. Det er klart flest menn som tar livet sitt, og de siste årene har rundt 70 % av de som tar livet sitt vært menn. AMK (113) ble i fjor kontaktet 55 ganger fra vårt senter, fordi medarbeidere vurderte selvmordsfaren som akutt og den som kontaktet oss ga oss navn og kontaktopplysninger.

**Telefonsamtalene:** I telefonsamtalene var psykiske problemer, ensomhet, fysiske problemer, relasjonsproblemer, rusmisbruk, sorg/tap og eksistensielle problemer de vanligste temaene. Selvmord er tema i 12 % av samtalene.

Kirkens SOS i Bjørgvin besvarte 2 308 telefonhenvendelser fra personer som fortalte om selvmordstanker. I 656 av disse samtalene ble det av våre frivillige vurdert å være middels eller høy selvmordsfare. Ved akutt selvmordsfare skaffer vi hjelp dersom innringer eller innskriver er villig til å oppgi sin identitet.

**SOS-chat og SOS-meldinger:** På SOS-chat var selvmord tema i 47 % av samtalene. Vanligste tema var psykiske problemer, relasjonsproblemer, ensomhet, seksuelle overgrep, selvsykdom og sorg og tap.

I SOS-meldinger var selvmord tema i 23 % av henvendelsene. Vanligste tema var psykiske problemer, relasjonsproblemer, ensomhet, selvskading og vold/mishandling.

### **Hvem henvender seg?**

**På telefonen** var 45 % av de som tok kontakt menn. Av de som oppga sin alder var 80% over 40 år, men vi har innringere i alle aldersgrupper, også en del barn under 10 år. Vanligvis er innringers alder ukjent.

**På SOS-chat** utgjør tenåringer den klart største gruppen. SOS-chat har en stor overvekt av jenter/kvinner. Av dem vi vet kjønnet på var 84 % kvinner.

**For SOS-melding** utgjør tenåringer mer enn halvparten av de som skriver, og 75% er under 30 år. Vanligvis vet vi ikke kjønn, men av de som oppgir kjønn er 20 % menn. Det var i alt 544 ulike brukernavn på SOS-meldinger. Mange av de som skrev fortalte om dyp fortvilelse og smerte, og mange var inne i hjelpetiltak.

## **FRIVILLIGE MEDARBEIDERE**

- Rundt 100 frivillige medarbeidere besvarte telefoner, SOS-meldinger og SOS-chat ved vaktrommene i Bergen. 20 av disse besvarte chat.
- De frivilliges innsats tilsvarte rundt 8 årsverk
- 1 frivillig datakonsulent
- 6 medlemmer senior-forbønnsgruppe som møttes månedlig, til juni. Gruppen ble da etter 15 års drift avsluttet pga. høy alder, de fleste over 90 år.
- 10 styremedlemmer

### **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 støttefunksjonene som å rekruttere, ivareta og dyktiggjøre dem. Våre frivillige er fra 20 - 80 år. De er studenter, småbarnsforeldre, enslige og familiefolk, alderspensjonister og uførepensjonister. Når det gjelder utdanning og jobb er det stor bredde, her har vi sauebonde, professorer, lærere og folk innen shipping, folk som jobber innen helse og sosial, arbeidssøkende, studenter og næringsdrivende. Vi sitter side om side i samme tjeneste og med samme kompetanse som medmenneske og samtalepartner. Alder, kjønn, legning, utdanning og lønnsnivå er uinteressant. Det handler om den enkeltes varme hjerte og vilje til å prøve å forstå – og evne til å tåle møtet med andres smerte. Det er flere kvinner enn menn på vaktrommet. Vi tror ikke dette 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.

Turnoveren på Kirkens SOS var i 2016 39 %. De som slutter oppgir følgende årsaker: Høy alder, flyttet fra Bergen, har ikke tid lenger, sykdom eller vansker i eget liv eller at de ikke finner tjenesten motiverende lenger. Noen blir i tjenesten et år, mens andre fortsetter «livet ut».

Kirkens SOS i Bjørgvin har svært mange unge mennesker som frivillige medarbeidere. Det vil naturlig nok føre til ekstra høy 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 – slik kan vi si at Kirkens SOS også driver 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 tilleggssressurser.

### **Inntaksprosedyrer:**

Søknad med to referanser  
Inntaksintervju  
40 timers innføringskurs + praksis  
1 års bindingstid (24 vakter) etter innføringskurset.  
Tjenestekontrakt  
Politiattest  
Det gis kursbevis, tjenesteattest og sluttattest

### **Videre opplæringsplan:**

3 - 4 kurskvelder pr. år som tar for seg aktuelle problemstillinger/tema  
Tilbud om 2 refleksjonsgrupper pr. år, max 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 de i staben som har veilederkompetanse.

## **Innføringskurs og rekruttering**

Det ble gjennomført 2 innføringskurs i Bergen med i alt 45 deltakere. 4 av deltakerne var studenter i praksis, fra sosionomstudiet ved HIB. To av studentene som var i praksis i 2016 har fortsatt som medarbeidere etter endt praksis. Ved utgangen av året har 4 av kursdeltakerne permisjon og 3 har sluttet. Antallet frivillige medarbeidere er pr. desember 2016 105, en økning på 5 fra 2015.

2016 startet vi «prosjekt unge eldre» for å arbeide med rekruttering også blant den aldersgruppen. Dette er et toårsprosjekt støttet av midler fra OVF (Opplysningsvesenets Fond).

Kirkens SOS har i mange år vært praksisplass for ulike studier, som sosionom og diakoni mm. Studentene som har Kirkens SOS som praksisplass yter vesentlig inn i vaktjenesten, og vi ser det som både viktig og nyttig å fortsette som praksisplass. Det gir studentene en betydelig kompetanse som de tar med seg videre i studiet, jobb og samfunn.

## **KURS, OPPLÆRING OG VEILEDNING FOR FRIVILLIGE MEDARBEIDERE**

### **Fagutviklingstiltak for frivillige medarbeidere**

- Det har vært 3 fagsamlinger. Disse har handlet om «Livet på vakt» med undervisning ved staben, «Det er mange slags kriser» ved spesialist i klinisk samfunnspsykologi Arnhild Lauveng og en fagsamling med utgangspunkt i animasjonsfilmen «Father and daughter» av Mikael Dudok de Wit.
- Alle de frivillige medarbeiderne deltok såfremt mulig på 4 veiledningsgrupper i løpet av året, og flere om det var ønsket. I alt ble det avholdt 78 veiledningsgrupper, av disse var 4 som del av innføringskursene og 12 med praksisstudentene.
- Høsten 2016 startet vi med refleksjonsgrupper med max 12 deltakere. Temaet var «De vanskelige samtalene, når og hvordan styrer vi samtalene? Vi repeterer Kirkens SOS metodikken, hvilke «regler» har vi for samtalene/meldingene våre og hvordan håndhever vi dem». Vi avholdt 7 refleksjonsgrupper.

### Fagutvikling for ansatte

- 3 nasjonale tre-dagers lederforum for alle daglige ledere ved Kirkens SOS.
- Veilederforum (nasjonalt) for alle veiledningsansvarlige ved Kirkens SOS.
- 4 eksternveiledninger med Bjørg Einsrem.
- Stabsveiledninger uten ekstern veileder.
- Staben har deltatt på RVTs Vest sin Septemberkonferanse, dette året med temaet «Komplekse traumer».
- Staben har deltatt på flere åpne 1-times seminar ved Psykiatrisk klinikk, Sandviken.
- Fagkonferanse på Sundvollen Hotell for alle ansatte ved Kirkens SOS i Norge.
- IFOTES International Congress 2016 i Achen, "For life to go on". 4 fra staben samt 2 frivillige medarbeidere deltok. Greta Gramstad og Karl Dag Bærug ga en parallell sesjon om «Handling suicidal calls».



- Dagsseminar i regi av Leve, tema: «Hvordan takler vi krisen», med Atle Dyregrov, Ingvar Wilhelmsen m.fl.
- Foredrag av psykolog Trond Haukedal i regi av Leve.
- Når uretten rammer meg selv, om åndelig veiledning, i regi av Haraldsplass diakonale stiftelse.
- KLP-kurs om pensjon.

### Organisasjonsutvikling – Kirkens SOS i Norge

Organisasjonsutviklingsarbeidet med å utrede en eventuell overgang til linjeorganisasjon har fortsatt dette året. På ekstraordinært landsmøte 11. og 12. juni ble det vedtatt å fortsette arbeidet med å utrede dette frem til endelig avgjørelse på landsmøtet i 2017. Det har vært en god og ryddig prosess der generalsekretær Leif

Jarle Theis har samtalt med ansatte, styrene og representantskap. Saken er blitt presentert og diskutert på Lederforum og på Fagkonferansen for alle ansatte ved Kirkens SOS. Det har vært flere høringsrunder.

## UTADRETTET VIRKSOMHET

Vi har i 2016 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 er vi oppmerksomme på at vi henvender oss både til brukere, potensielle brukere, pårørende, mulige medarbeidere og ulike beslutningstakere/bidragstakere. I 2016 høstet vi resultater av at Kirkens SOS i Norge har ansatt Lisbeth Meidell til å lede det nasjonale synlighetsarbeidet. Det er utarbeidet helt nytt synlighetsmateriale og nye nettsider.

### Gjennomførte aksjoner og andre tiltak

- På Kanten  
Kampanjen ble lansert rundt 10. september, Verdensdagen for selvmordsforebygging». Hensikten var synliggjøring av Kirkens SOS samt å starte arbeidet med å bygge opp en givertjeneste. Det ble laget film der Bertine Zetlitz sin sang «På kanten» var lydbilde og ga navn til hele kampanjen. Hans-Erik Dyvik Husby ga uventet støtte med å skrive på bloggen sin om da han ringte til Kirkens SOS, noe som førte til store presseoppslag og stor synlighet på Facebook. På Kanten ga ikke de innsamlingsresultatene vi håpet på, men er likevel et grunnlag å arbeide videre på.



- «Prosjekt Verdt å leve», støttet av Sparebanken Vest, "Hjelp"-kort og plakater er sendt til elever ved ungdomsskolene, de videregående skolene og folkehøgskolene i begge fylkene, hørselshemmede, alle legekontor og menigheter. Det er sendt ut 30.000 kort til i alt 260 skoler. Det er også sendt materiell de fleste legekantorene i begge fylkene og til NAV-kantorene.
- Håndballaget Fyllingen Bergen Elite spilte med Kirkens SOS på draktene. Samarbeidet gikk inn i 2017, og ble avsluttet med at vi deltok på årets «Mål med mening»-kamp der inntektene gikk til Kirkens SOS, samt stand og appell i pausen.
- HJELP-kort i 12.000 studentposer i Bergen, som distribueres ved semesterstart.
- Skilt samt kasse med kort i begge ender av Askøybroen, på oppdrag fra Fylkeskommunen.

- Stand på utdanningsmessen Ta Utdanning, 2 dager. Her synliggjorde vi tjenesten overfor et stort antall ungdommer og utstillere.

### God å snakke med-kurs

«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. Vi holder noen kurs på eget initiativ, mens kurs også kjøpes av andre. I 2016 holdt Karl Dag Bærug 6 kurs med i alt 140 deltakere.

- 2 åpne kurs i Bergen i egen regi med til sammen 45 deltakere
- Krisesenteret i Bergen
- Sykepleieutdanningen ved VID, Høgskolen Betanien
- Sjømannskirken, praktikanter
- LHL



### Andre kurs, appeller og foredrag

- Bergen Vest Rotary
- Diakonifellskapet på Haraldsplass, tema Gjestfrihet
- Presentasjon av Kirkens SOS på regionalt Helsesøsterseminar
- Tale på Kvinnenes Bønnedag
- Appell for 1. års medisinstudentene
- Undervisning om å avdekke og snakke om selvmordstanker for ROS
- Undervisning om den gode samtalen, FO-studentene
- Verdensdagen for selvmordsforebygging 10. sept: Appell, samarbeid med Leve
- Undervisning for PitStop-teamet ved Håpssenteret på Sotra
- Psykiatrilinjen ved Fana Folkehøgskole
- Undervisning, diakonikonfirmanter i Søreide menighet
- Undervisning for Hjelpeskilden, mennesker som har vært igjennom religiøse bruddprosesser
- Kåseri på Åpen temakafe i Første Metodistkirken
- Deltagelse i panel på fagdag for ansatte i Kirkens Bymisjon
- Foredrag og stand på den nasjonale Diakonikonferansen Håp i Bergen, i regi av Diakoni i Bjørgvin
- 2 seminarer på Alternativmessen, om å møte mennesker med selvmordstanker og om det å oppleve uforklarlige hendelser.
- Foredrag Åsane menighet, diakoniledere

- Undervisning og 2 dagers besøk fra 1. års sykepleiestudenter, VID-Haraldsplass
- Besøk på Årstad, Sandsli, Amalie Skram og Nordahl Grieg vg. skole for å informere om skolekampanjen.

### **Stands**

- Forebyggingsforum, selvmord i media, RVTS
- Stand på Septemberkonferansen til RVTS Vest
- Stand på Festplassen, verdensdagen for selvmordsforebygging
- Utdanningsmessen, to dager
- Helsesøsterseminar
- Messe for verdighet
- Alternativmessen

### **Høringer**

Plan for psykisk helse, Bergen kommune

### **Nyåndelighet - den åndelige lengsel**

Kirkens SOS ved daglig leder har i mange år vært pådriver for fagutvikling og synlighet i forhold til nyåndelighet og samtidsreligiøsitet. Vi har tatt initiativ til og leder Ressursgruppen for nyåndelighet, som hadde flere fagutviklingsmøter og som også arrangerer den kirkelige standen på Alternativmessen i Bergen.

Alternativmessearbeidet gjøres med økonomisk støtte fra bispedømmerådet og i økumenisk samarbeid med Areopagos og et messeteam bestående av ansatte og frivillige i kirkene i Bergen. Ressursgruppen er nå etablert som et fagråd under Bispedømmerådet.

### **Media**

- Bergens Tidende AS har også i 2016 bidratt med mye plassregulerende annonser, som er kostnadsfrie for oss. Vi har også fått plassregulerende annonser i Dagen.
- Intervju i NRK Hordaland, Kystradioen, Dagen og StudVest.
- Pressemeldinger er tatt inn i BT, BA og Dagen.
- Mange menighetsblader har gratis annonser, og vi gjør et stadig arbeid for at alle menighetsbladene skal ha fast info om tjenesten.
- Facebook er blitt en stadig viktigere arena for synlighet. Vi har opprettet egen side for Kirkens SOS i Bjørgvin og vi har tatt i bruk betalt annonsering i rekrutteringsarbeidet og for å promotere God å snakke med-kursene.

### **Samarbeid med andre**

Kirkens SOS er opptatt av å knytte bånd til beslektede tjenester og instanser. I 2016 har vi hatt særlig kontakt med:

- AMK sentralene (113). Ved akutt selvmordsfare kontakter vi innringer/innskriveres lokale AMK såfremt vi har nok kontaktinformasjon. I 2016 besøkte vi AMK-sentralen i Bergen for å snakke om vårt samarbeid, og fikk nyttig innføring i hvordan de arbeider.
- VID (Betanien og Haraldsplass, sykepleieutdanningen).
- Høgskolen i Bergen: Vi hadde 4 sosionomstudenter i praksis våren 2016.
- NLA Høgskolen: Kirkens SOS var praksisplass for tre studenter høsten 2015 og våren 2016.
- 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 har vært støttespillere i forbindelse med arbeidet med felles kirkelig stand på Alternativmessen i Bergen.
- Daglig leder er med i arbeidsutvalget Diakoni i Bjørgvin, et uformelt nettverk for diakoniledere. Utvalget har hatt flere møter i 2016, har arrangert frokostmøter med inviterte foredragsholdere samt en nasjonal dagskonferanse.

#### **Verv:**

Daglig leder Greta Gramstad var Kirkens SOS i Norges delegat til IFOTES (International Federation of Telephone Emergency Services) til sommeren 2016, som bl.a. arrangerte den internasjonale IFOTES-kongressen i Aachen.

## **ØKONOMI OG DRIFT**

### **Lokaler, utstyr og regnskapssystemer**

Kirkens SOS har leid lokaler av Bergen Døvesenter i mer enn 30 år. Lokalene i dette vakre sveitserhuset begynner nå å bli for små, vi mangler vaktrom til chat-tjenesten. Vi har takket ja til nye lokaler i Kong Oscars gate 62, der blir vi leietakere hos Kirkens Bymisjon. Flytting skjer i oktober 2017. Det blir noe dyrere, men gode lokaliteter med universell utforming og kort vei til buss, Bybanen, tog og parkeringshus.

I løpet av 2016 har all telefoni gått fra fastnett til mobil på Kirkens SOS. Midler fra Opplysningsvesenets fond har gjort dette mulig. Det innebærer en større fleksibilitet og driftssikkerhet for både krisetjenesten og administrasjon.

I forbindelse med at Gro Ersfjord gikk av med alderpensjon i mars valgte vi å redusere staben med en full stilling, fra 5,1 til 4,1 stilling. Vi har satt regnskapet ut til Knif Regnskap AS, og har fordelt Gros øvrige arbeidsoppgaver mellom gjenværende stab. Det har vært et travelt år, med nye og flere arbeidsoppgaver. Innenfor våre økonomiske rammer var dette grepet helt nødvendig.

### **Økonomi**

Kirkens SOS i Bjørgvin driver sitt omfattende arbeid med en nøktern økonomi. Hovedvekten av medarbeiderne er ulønnede frivillige (ca. 8 årsverk). Vi driver en non-profit virksomhet og utbetaler ikke styrehonorar.

Kirkens SOS i Bjørgvin er landets nest største Kirkens SOS-senter, men har ingen eier som sørger for finansiering. Dette gir uforutsigbar økonomi der mye arbeidskraft og kreativitet brukes til å sikre driftsmidler. 2016 hadde likevel positivt driftsresultat på kr 170 600,-. I dette overskuddet ligger kr. 105 927 i refundert sykelønn. Vi har ikke hatt vikar i sykmeldingsperiodene. Dette har vært mulig pga. fleksibilitet og hardt arbeid fra staben, samt at noe av sykmeldingene kom om sommeren, da aktivitetsnivået er lavere. Kr. 24.684, som dekker egenkapitalinnskudd i KLP, er også del av overskuddet. Dette er «våre» penger og balanseføres som egenkapital, men er bundne midler forvaltet av KLP. Fratrukket dette ville overskuddet vært kr 39.989, som viser en god økonomistyring.

Driftskostnadene var kr 3.994.162 og driftsinntektene var kr 4.137.051. 58 % av inntektene er offentlige tilskudd. Statstilskuddet utgjør 31 % av driftsinntektene. Bergen kommune har i mange år vært en stabil bidragsyter og står for 22 % av inntektene. Resten av driftsmidlene må hvert år søkes fra fylkeskommuner og kommuner, menigheter, stiftelser, fonds, bedrifter og privatpersoner. Tilskuddene fra andre kommuner enn Bergen ble vesentlig svekket i 2016, mens vi gleder oss over at vi har en liten økning av tilskudd fra kirkeofringer.

Driftskostnadene er i hovedsak lønn til administrasjon (5,1 årsverk, 4,1 fra mars) samt husleie og nødvendige driftsutgifter.

Som del av På Kanten aksjonen gjennomførte Kirkens SOS-sammenslutningen en sms-aksjon for å reise midler og danne et grunnlag for fast givertjeneste. Denne delen av På Kanten ga mindre resultat enn vi hadde håpet.

Vi arbeider hardt for at offentlige myndigheter, menigheter, bedrifter og privatpersoner også i årene som kommer skal se hvor viktig dette arbeidet er og 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 statsautorisert revisor Rune Olsen.

## **VURDERING**

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

Kirkens SOS er Norges største og eldste krisetjeneste. Vi besvarer langt flere henvendelser enn noen andre, men vi trenger likevel flere medarbeidere for å møte behovet hos de mange som trenger noen å snakke med. Vi opplever at både telefon, chat og SOS-melding fungerer godt og når mange, men vi har for lav kapasitet noen ganger. Chat blir foreløpig besvart kun på kveld, målet er å utvide i første omgang til utover natten og deretter større deler av døgnet, basert på etterspørsel.

- **Organisasjonsutvikling**

Kirkens SOS i Norge er midt i en spennende og utfordrende organisasjonsprosess. Landsmøtet i 2017 avgjør om Kirkens SOS skal organiseres som linjestyrt organisasjon med 12 lokale sentre eller forbli en sammenslutning. Landssekretariatet må uansett fortsatt styrkes for å gjøre felles oppgaver.

- **Rekruttering**

I 2016 ble frivillig-staben økt med 5 frivillige medarbeidere. Medarbeiderne våre er svært fleksible, og lar seg stadig flytte til tider der den nasjonale vaktdekningen er lavest. Dermed får vi stor uttelling på de 105 vi har. En stor takk til våre fleksible medarbeidere!

Det er behov for langt flere. Vi må forholde oss til at mange frivillige er i tjenesten en kortere stund, slik at vi stadig må rekruttere mange for å opprettholde det vi allerede gjør og enda mer for å øke tilgjengeligheten. Mens de frivillige før ofte var 50+ er det nå slik at flertallet av de nye er yngre mennesker. Dette er unikt i Europasammenheng, men viser seg som en trend i Oslo, Bergen og Trondheim. Rekruttering og ivaretagelse av de frivillige er den lønnede stabens viktigste arbeidsområde.



**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](http://kirkens-sos.no)

Å være en for andre gir livet mening.

**KIRKENS SOS**

- **Synlighet**

Vi har vært mye synlige i 2016. På Kanten aksjonen i september var tydelig i mange kanaler. I tillegg til det faste arbeidet med plakater, annonser, skolekampanjer mm har vi også hatt et større antall kurs og foredrag i organisasjoner, skoler og menigheter. Det ble i alt holdt 26 ulike foredrag/kurs i tillegg til stands. Vi opplever at det er et stort behov for den kompetansen vi innehar, både hva gjelder generelle samtaleferdigheter og selvmordsforebygging. Bergens Tidende har brukt våre annonser som plassregulerende annonser nesten daglig, det er en uvurderlig støtte. Avisen Dagen har også ytt mye gratis synlighet.

- **Menn og selvmord**

Selvmordstallene blant menn er vesentlig høyere enn blant kvinner, selv om tallene for kvinner økte i 2015. Mer enn 40 % av de som ringer er menn, mens et stort flertall av de som skriver er kvinner. Vi utfordres på å nå ut til unge menn på en måte som senker terskelen for å ta kontakt. Samarbeider med Fyllingen Bergen er et tiltak som retter seg mest mot menn.

- **SOS-chat og SOS-melding**

SOS-chat har i løpet av 2016 utvidet til å være åpent hver kveld i uken. Behovet er stort, og vi fortsetter rekrutteringsarbeidet for å kunne bygge ut denne viktige tjenesten. SOS-melding vil fortsatt være en kanal som både chatterne og telefonmedarbeiderne svarer på. I 2016 ble det mottatt noe færre SOS-meldinger og det kan ha sammenheng med utvidet åpningstid på chat. Så vil fremtiden vise om det er behov for to ulike kanaler via internett. Foreløpig ser vi et behov for begge.

- **Fagutvikling**

Fagutvikling er en viktig del av arbeidet i Kirkens SOS. Vi må være oppdatert på hva som skjer i våre fagfelt. Den lønnede staben legger stor vekt på faglig fornyelse og fordypning. Vår flokk av frivillige medarbeidere er også kunnskapshungrige og ivrige på å lære mer for å bli stadig bedre medvandrere. Hvert tredje år arrangerer IFOTES internasjonal krisetelefonkongress med innlegg av anerkjente forskere innen våre fagfelt. 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.

- **Økonomi**

2016 ble avsluttet med et driftsresultat på 170.600. Overskuddet skyldes i hovedsak refunderte sykepenger og endrede rutiner med KLP. Det var helt nødvendig å gjennomføre reduksjonen fra 5,1 til 4,1 lønnede stillinger. 2017 blir et år med stramt budsjett og ca. kr 250 000 som ennå ikke er på plass.



Vår lokale givertjeneste er blitt redusert i løpet av 2016, og sms-aksjonen som ble gjennomført viser at det for vår tjeneste er krevende å bygge opp en fast givertjeneste. Erfaringene så langt ser ut til å vise at folk foretrekker å gi enkeltgaver fremfor å binde seg som faste givere.

Landssekretariatet vil fortsette å arbeide med felles synlighetsarbeid og innsamlingsaksjoner. Utdfordringen 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.

Nye lokaler vil medføre kr. 100 000 dyrere husleie, noe som vil slå inn først i 2018.

Vi går inn i 2017 med optimisme og glede. Stor takk til våre frivillige medarbeidere, den lønnede staben og til alle som på ulikt vis støtter opp om Kirkens SOS.

Marit Kristine Hisdal  
Styreleder

Greta Gramstad  
Daglig leder

**En særskilt takk til:**

Bergen kommune  
Hordaland og Sogn og Fjordane Fylkeskommuner  
Stiftelsen Korskirkehjemmet  
Stiftelsen Domkirkeboligene  
Bergens Tidende AS  
Sparebanken Vest  
Trondheim Messeselskap  
Bergen Døvesenter  
Døves menighet Bergen  
Privatpersoner og bedrifter som gir støtte

**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 kirkens og samfunnet ellers takker vi for at dere er tilgjengelige med et varmt hjerte og vilje til å være en medvandrer!**