

20. OKTOBER 2013



Nasjonalforeningen
for folkehelsen

TV-AKSJONEN **nrk**

INGEN TID Å MISTE

70 000 HAR DEMENS. 10 000 FÅR SYKDOMMEN HVERT ÅR. DET KAN RAMME
OSS ALLE. BÅDE DEG, MEG OG NOEN VI KJENNER. VI GÅR FOR EN LØSNING.

H.M. KONGEN

ER HØY BESKYTTER FOR TV-AKSJONEN NRK
Nasjonalforeningen for folkehelsen



INNHold

HVEM SOM HELST KAN RAMMES AV DEMENS 5-7

FAKTA OM DEMENS 7

VI HAR INGEN TID Å MISTE 8-9

DETTE ER NASJONALFORENINGEN FOR FOLKEHELSEN 9

IKKE ALLE MED DEMENS ER GAMLE 10-11

MED MIDLENE FRA
TV-AKSJONEN VIL VI SKAPE FLERE GODE DAGER 12-13

FAKTA OM TV-AKSJONEN 14

BARE SAMMEN KAN VI FLYTTE FJELL 14-15

DET ER DU SOM GJØR TV-AKSJONEN TIL EN SUKSESS 16-17

EN VIKTIG DUGNAD 18-19

ALLE VIKTIGE TELEFONNUMMER FOR
TV-AKSJONEN OG KONTAKTINFORMASJON 20

DEMENS HAR MANGE ANSIKTER



FINN ROBIN SØRLLØ var salgssjef i en av Norges ledende IT-bedrifter og har levd et aktivt liv på alle måter. For fire år siden, 56 år gammel, fikk han diagnosen demens. - Du er ikke gal eller dum selv om du har fått en demensdiagnose. Det virker som om noen tror det. At man er helt kørka og ikke forstår noen ting. Det stemmer ikke, sier Finn Robin.

Han forteller at det var hans flotte kone som forsto at noe var galt. Han rotet mer enn det man gjør av stress på jobben eller fordi man er distré. - Vi kom til hukommelsesklinikken og der fikk jeg demensdiagnosen i 2009. Det var fælt, og det har tatt tid å venne seg til. Nå håper jeg det å snakke om sykdommen kan gjøre at demenssyke får den hjelpen de trenger. Mitt inntrykk er at mange ikke får det, sier Finn Robin.

I januar i år begynte Finn Robin i samtalegruppe for yngre med demens i regi av Nasjonalforeningen for folkehelsen. - Etter en lang arbeidskarriere blir man plutselig satt helt utenfor og får ikke gjøre noe. Det er viktig for meg å møte andre i samme situasjon som jeg er i. Og det er viktig med gode aktivitetstilbud. Jeg håper TV-aksjonen kan bidra til bedre tilbud til demenssyke og at folk generelt forstår mer om sykdommen og menneskene som har den, sier Finn Robin. ■



HVEM SOM HELST KAN RAMMES AV DEMENS

- JEG VIL IKKE GI OPP. DET ER ENNÅ MYE JEG KAN GJØRE,
JEG TRENGER BARE LITT HJELP, SIER KARI FARSUND.
HUN FIKK DIAGNOSEN ALZHEIMER FOR TRE ÅR SIDEN.



Kari er 70 år, har levd et aktivt yrkesliv som sykepleier og oppdratt to barn. Endelig skulle hun få tid til å pleie seg selv i pensjonisttilværelsen.

- Sykdommen kom som lyn fra klar himmel, sier ektemannen Helge, som har vært gift med Kari i snart 48 år. Demens kan ramme hvem som helst.

Det er først i etterpåkløskapens lys at mange hendelser blir tegn på demens. Som at Kari brått fikk problemer med rundkjøring. Når hun skulle til venstre, kjørte hun den veien, mot kjøreretningen. Kari som hadde strikket i 60 år kunne plutselig ikke felle av når hun kom til en hæl. Til slutt tok datteren, som selv er sykepleier, initiativet til at de skulle oppsøke fastlegen for en utredning.

- Jeg forstår ikke at jeg ikke tenkte på Alzheimer, jeg er jo sykepleier. Etter at jeg fikk diagnosen leste jeg masse, for å finne ut av hva denne sykdommen er, sier Kari.

Kari og Helge var heldige, noen dager etter diagnosen kom det en konsulent fra kommunen og fortalte dem om ulike tilbud. Kari fikk dagtilbud for demenssyke bare kilometer fra hjemmet deres.

- Det var befriende å komme til daghjemmet og være sammen med folk som har samme sykdom som meg. Noen på senteret er mer preget av sykdommen, men det er fint å kunne hjelpe andre istedenfor bare å motta hjelp, sier Kari.

Selv om Kari har fokus på å utnytte de gode dagene til fulle, har det vært tunge stunder. En stund var hun så sint at hun ikke kjente igjen seg selv. Gjennom Nasjonalforeningen for folkehelsens Demenslinje fikk de vite om samtalegrupper for mennesker med demens. Kari fikk plass i en gruppe hos Engelsborg ressurscenter for eldre og pårørende.

- Når jeg fortalte om sinnet, sa de andre i gruppa at det er fortvilelsen, det. Det er helt greit å kjenne sinne, angst og redsel. Det var en lettelse for meg å høre.



Kari på sin side hjelper andre med sin åpenhet. Hun har møtt demenssyke som har skjult sykdommen i 15 år.

- Jeg har alltid sett på det som viktig å være åpen om sykdommen, og det virker som det kan smitte over på andre. Men jeg har også forståelse for at man skjuler det. På møtene har vi mulighet til å hjelpe hverandre hvis man trenger det, sier Kari. For ektemannen Helge er det også godt at Kari får være på dagsenteret eller i samtalegruppen.

- Hun er liksom lettere når hun kommer derfra. Hun kan bli irritert når hun føler at jeg overbeskytter henne. Og noen ganger må jeg konsentrere meg for å skille mellom å være sint på situasjonen, det sykdommen gjør med Kari, og mennesket Kari.

Helge har levd et langt, yrkesaktivt liv som ingeniør, med ungdomskjæresten som sin livspartner. Han gledet seg til å kunne dra mer på hytta med kona, og kose seg med de fem barnebarna som pensjonist.

- En stund kjente ikke Kari meg igjen. Etter at hun fikk medisiner har det vært bedre, men hun ble så innmari kvalm av dem i begynnelsen. Uten tilbud og informasjon ville ikke dette gått. Det var ingen av oss som hadde tenkt på Alzheimer før Kari ble syk, sier Helge.

- Vi lever fortsatt et godt liv, men vi lever et annet liv enn det vi planla. Vi kan fortsatt kose oss på skitur i marka, men det er jeg som må gjøre alt for at vi skal komme oss ut. Før var Kari sjefen i huset, hun holdt kontroll og orden på alt. Nå føler jeg meg oftere og oftere som eneforsørger, sier Helge.

Mange av de 70 000 som lever med demens bor hjemme. De trenger etter hvert pass og pleie døgnet rundt. Kari har lite forhold til hva klokka er. Ofte vil hun opp midt på natten og gå tur. Og når hun går tur på dagen, kan hun gå seg bort i sitt eget nabolag.

- Noen ganger kan det beskrives som å skulle passe på et barn. Det nådeløse er at Kari ikke kommer til å lære. Et barn lærer nye ting hver dag, for Kari er det flere og flere ting hun kunne som forsvinner.

Helge valgte å oppsøke informasjon og engasjere seg med en gang Kari fikk diagnosen. Nå er han en av lederne i Nasjonalforeningen Lørenskog demensforening.

- Noe av det viktigste med medlemskapet i demensforeningen var pårørendeskolen og kontakten med andre i samme situasjon. Demens kan sies å gå i forskjellige faser. Kari og jeg har det fint hjemme nå, men når det blir tid for at hun må på sykehjem, er jeg bedre rustet fordi jeg har hørt om de utfordringene og smertene andre har gått gjennom ved denne fasen i demenssyklusen, sier Helge. Han snakker engasjert om mye. Selv kaller han det demenståken. Etter å ha gått lenge hjemme med noen som har vanskelig for å følge med i samtalen fosser ordene ut. Nå skal det legges til at Helge er bergenser.

- At TV-aksjonen nå går til demens er et viktig skritt. Jeg håper det vil rette et enormt fokus mot sykdommen, og at folk vet at de kan ringe Demenslinjen for informasjon når sykdommen rammer dem eller en av de nærmeste. Nasjonalforeningen for folkehelsen vet hvor vi trenger å sette inn ekstra innsats. Det er på tide at vi får et koordinert forskningsprogram som kan gi svar angående demens. En av de sakene jeg også brenner for er at tilbudet til yngre med demens blir kraftig opprustet. Belastningen med en demenssyk partner når man selv er i jobb er enorm, avslutter Helge. Kari skal på sin jobb, som hun har begynt å kalle dagsenteret.

Kari tar frem støvlene i gangen. Helge må påpeke at det er hans og tar frem hennes, som hun kun tar på seg når de står foran henne. Kari drar på seg jakka og Helge må trekke igjen glidelåsen for henne. Når Helge har kledd på seg selv og Kari, lukker han opp døren og skal gå ut.
– Har du husket nøklene, spør Kari.
Helge må inn igjen etter nøklene.
– Det er det som er så ironisk. Er det noe jeg har glemt kan du banne på at det, det husker hun, sier Helge. ■

FAKTA

Over 70 000 mennesker i Norge har demens.

Antallet vil fordobles de neste tiårene.

10 000 får sykdommen hvert år.

Rundt 60 prosent av dem som har demens har Alzheimer.

Demens angriper hjernecellene og funksjonene de har ivaretatt, som hukommelse, språk og orienteringsevne.

Vi vet ennå lite om årsaker, behandling og medisiner. Det er ingen vaksine eller behandling som kurerer demens.

Minst 300 000 er nærmeste pårørende til en demenssyk.

6 av 10 pårørende har tegn på utbrenthet eller depresjon.

Over 60 prosent erfarer at familie og venner trekker seg unna.

VI HAR INGEN TID Å MISTE!

Lisbet Rugtvedt
Generalsekretær i Nasjonalforeningen for folkehelsen



Hvorfor er årets TV-aksjon så viktig?

Antallet mennesker med demens vil øke sterkt i årene framover. Vi har ingen tid å miste når det gjelder å møte disse enkeltpersonene på en bedre måte, øke forskningen og legge samfunnet bedre til rette.

Mye mer kan gjøres for at de som har demens kan få god livskvalitet. Mer kunnskap og bedre forståelse blant folk flest vil gjøre det lettere å være åpen om sykdommen. Vi vil gjerne kunne gjøre mer for å hindre ensomhet og isolasjon gjennom vårt frivillige arbeid. Demens er en sykdom som også rammer de pårørende sterkt. De trenger at flere forstår og støtter dem i hverdagen. Til sammen angår demens en stor gruppe i samfunnet, og det kommer til å bli mange flere i årene framover. Vi ønsker at TV-aksjonen skal bidra til å sette mer fart i forskningen på demens, slik at det kan gjøres framskritt i forståelsen av årsaker, forebygging og behandling.

Hvorfor engasjerer Nasjonalforeningen for folkehelsen seg for dem som har demens og deres pårørende?

Det startet for omkring tjue år siden, med at en gruppe pårørende så behov for en organisasjon der de kunne støtte hverandre i sin livssituasjon, og stå sammen for bedre demensomsorg. Nasjonalforeningen for folkehelsen har gjennom sin lange historie tatt tak i flere store folkehelseutfordringer. I vår tid er demens en av de viktigste årsakene til at mennesker får behov for omfattende pleie og omsorg i alderdommen. Sykdommen rammer også mange mennesker tidligere i livet, med store konsekvenser for dem og deres nærmeste. Vi er opptatt av å støtte både den enkelte og å arbeide for at samfunnet skal håndtere demensutfordringene på en bedre måte.

Hvordan kan folk bidra?

Bli bøssebærer! Vi håper flest mulig vil bidra til at TV-aksjonen blir en stor suksess. Alle kan vi bidra gjennom måten vi møter mennesker med demens og deres pårørende på, ved å vise forståelse og respekt.



DETTE ER NASJONALFORENINGEN FOR FOLKEHELSEN

- Frivillig organisasjon som arbeider for å bekjempe demens og hjerte- og karsykdom.
- Interesseorganisasjonen for personer med demens og deres pårørende. Arbeider for en bedre hverdag for familier som er rammet av demens, ved å organisere ulike tilbud, støtte demensforskning og utøve politisk press.
- Organisasjonen har 32 000 medlemmer organisert i over 500 helselag og demensforeninger over hele landet.
- Stiftet i 1910 for å bekjempe tuberkulosen.
- Etter at tuberkulosen var bekjempet i Norge, ble organisasjonen en viktig bidragsyter til å redusere hjerte- og karsykdommene.
- Startet Nordens første eldresenter i 1952, og har vært pioner på blant annet sykepleierutdanning, helsestasjoner og geriatrisk forskning.



IKKE ALLE MED DEMENS ER GAMLE

I JANUAR I FJOR VAR ANN-IREN GARMO LARSEN MED FAREN SIN PÅ HUKOMMELSESKLINIKKEN. NOEN MÅNEDER ETTER FIKK HAN DIAGNOSEN ALZHEIMER. ANN-IREN ER BARE 26 ÅR, LIKEVEL BEGYNNER HENNES DEMENSHISTORIE MYE TIDLIGERE.

- Jeg var 13 år da min kjærlige, snille mamma plutselig ropte at hun hatet meg. Dette var på en tur til London og det gikk litt tid før jeg ble oppmerksom på det jeg i ettertid kan kalle andre symptomer. Hun gjorde ting som å putte brødsiver med pålegg i risteren. Ble dårligere til å stelle seg. Etter hvert fikk hun hallusinasjoner og vrangforestillinger, sier Ann-Iren.

INGEN HJELP

I mange år forsøkte Ann-Iren å få hjelp til mammaen sin, uten å bli hørt. Selv om moren hadde vært hos fastlegen to ganger i måneden fikk hun ingen utredning, bare sykemelding. Ingen i helsevesenet eller i familien tenkte på demens hos en kvinne i 50-årene.

- Jeg ble fortvilet og utagerende, og til slutt sendt til helsesøster. Hun tok meg med til mammas fastlege og det ble endelig satt i gang en utredning. 58 år gammel fikk mamma diagnosen langt fremskredet Alzheimer, forteller Ann-Iren.

DEMENSLINJEN

Ann-Iren fikk nummeret til Nasjonalforeningen for folkehelsens Demenslinje av helsesøsteren. I 2005 ringte hun og ble satt i kontakt med en pårørendegruppe.

- Det var utrolig viktig å få støtte og hjelp av noen som visste hva demens var og hva det fører med seg. Spesielt viktig for meg var det å snakke med Tor Atle Rosness (lege og forsker på demens) som kunne gi

meg etterlengtet kunnskap om hvordan sykdommen fungerer, sier Ann-Iren. Nå bruker hun sine erfaringer til å støtte andre. Hun leder pårørendegruppe for barn av yngre med demens på Villa Enerhaugen. Gruppen er startet opp av Nasjonalforeningen Oslo demensforening, der Ann-Iren er styremedlem.

DOBBEL SORG

Ikke før i 2006, etter flere års kamp, fikk moren plass på sykehjem. Da var Ann-Iren 20 år gammel. Fem år etter, i oktober 2011, døde Ingjerd Garmo Larsen av sykdommen.

- Jeg ble overmannet av sorg. Det var ingen lettelse, bare et enormt savn og et mørkt teppe som isolerte meg fra omverden. Jeg mistet mamma først til sykdommen og så for alltid, sier Ann-Iren.

Likevel måtte Ann-Iren fortsette kampen. Uten profesjonell hjelp måtte hun takle de økonomiske og juridiske problemene demenssykdom kan føre med seg. Bare måneder etter begravelsen fikk faren diagnosen.

- Det var utrolig trist å måtte gjenoppleve sykdommen med faren min. Jeg håper TV-aksjonen fører til at alle innser at demens også rammer yngre. Disse har barn eller ektefeller i jobb og må få informasjon, støtte og tilbud om hjelp. Jeg håper også at vi får en ambisiøs satsing på forskning som gjør at vi får medisiner og en kur for demens, avslutter Ann-Iren. ■



MED MIDLENE FRA TV-AKSJONEN VIL VI SKAPE FLERE GODE DAGER

TV-aksjonen NRK 2013 går til Nasjonalforeningen for folkehelsens arbeid med demens. Demens er en alvorlig sykdom, både for dem som rammes og deres pårørende. Tross sykdommen er det mulig å ha god livskvalitet. Vi vil bidra til å gjøre hverdagen bedre for alle som er berørt, og styrke forskning, slik at det kan utvikles kurerende behandling. For å få til dette har vi prioritert tre områder som pengene skal gå til.

AKTIVITET SOM GIR BEDRE LIVSKVALITET OG DELTAKELSE

Mennesker som har demens har problemer med å gå ut alene, eller være med på sosial aktivitet. Fysisk og mental aktivitet bidrar til å forsinke sykdomsutviklingen. Frivillige kan sørge for at flere får en venn som kan hjelpe dem å bryte ut av isolasjon og ensomhet. Heldigvis ønsker mange, både unge og eldre, å gjøre en innsats. Nasjonalforeningen for folkehelsen har 500 lokallag over hele landet.

MED TV-AKSJONSMIDLENE SKAL VI:

- Motivere, rekruttere og lære opp frivillige til å bli «aktivitetsvenner». Ordningen skal gi mer innholdsrike dager til demenssyke, og avlastning til de nærmeste pårørende.
- Gi tilbud om aktivitetsvenner både til demenssyke som bor hjemme og på sykehjem.
- Styrke arbeidet med møteplasser og aktiviteter for personer med demens og deres pårørende i alle deler av landet.

INFORMASJON SOM SKAPER ÅPENHET OG FORSTÅELSE

Mangel på åpenhet og forståelse blir en ekstrabyrde for syke og pårørende. Men skal flere snakke åpent om demens, trenger de å vite at de blir møtt med åpenhet og respekt. Vi trenger å gi flere kunnskap og forståelse. Det vil også bety et samfunn som er bedre tilrettelagt for dem som har demens.

MED TV-AKSJONSMIDLENE SKAL VI:

- Øke kunnskapen om demens, slik at flere som har en demenssykdom kan oppleve å bli møtt med aksept og forståelse.
- Etablere møteplasser for demenssyke og pårørende. Kunnskap er en av de viktigste ressursene syke og pårørende har. Kontakt med andre som er eller har vært i samme situasjon, hjelper for å takle situasjonen på en god måte.

FORSKNING SOM BIDRAR TIL Å LØSE DEMENSGÅTEN

Over hundre år etter at Alzheimers sykdom først ble beskrevet, framstår sykdommen fremdeles som en gåte. Delvis skyldes det for lite forskning. Gjennom mer forskning kan det gjøres nye framskritt for å forstå demens og gi muligheter for bedre forebygging og behandling. Vi ønsker også å bidra til at de ulike forskningsmiljøene samarbeider tettere om demensforskning.

MED TV-AKSJONSMIDLENE SKAL VI:

- Etablere et langsiktig, koordinert forskningsprogram. Målet er å forstå hvorfor ulike demenssykdommer oppstår, hvordan de kan forebygges, og bidra til å utvikle bedre og kurerende behandlinger mot demens. Fordi demens i størst grad rammer mennesker i høy alder, vil det å finne måter å utsette sykdommen på, redusere antallet som får demens.

FAKTA

- TV-aksjonen er blitt arrangert hvert år siden 1974. Nasjonalskatten blir 40 år til neste år og har samlet inn nesten fem milliarder kroner til gode, viktige saker.
- En dag i oktober, i løpet av to timer, besøker 100 000 bøssebærere 2,2 millioner husstander i Norge.
- TV-aksjonen er verdens største innsamlingsaksjon og dugnad. Svenske Radiohjelpen, som varer en måned, samler inn halvparten av det TV-aksjonen samler inn.
- 7 000 frivillige i over 500 kommunekomiteer organiserer gjennomføringen av TV-aksjonen.
- I 1978 la fylkesaksjonsleder i Sogn og Fjordane, Brynjulf Loen, grunnlaget for at innsamlingen for TV-aksjonen skulle være organisert lokalt. Siden det har Norges ordførere vært i spissen for innsamlingen.
- For å gjennomføre den åtte timer lange sendingen jobber mer enn 300 NRK-ansatte på aksjonsdagen.

BARE SAMMEN KAN VI FLYTTE FJELL

Kari Bucher har ledet TV-aksjonen til svimlende resultater i tre år. Vi spurte om hva som får henne til å fortsette.

- For meg handler det om møtene jeg har med de frivillige. Den fantastiske følelsen av å se hva vi enkeltmennesker klarer når vi løfter i flokk. Det er det som får meg til å fortsette år etter år. Det er selvfølgelig også gøy at bøssebærerne og de 7000 frivillige har klart å samle inn så mange penger til flotte saker de siste årene.

Hva ønsker du at folk skal oppleve ved å engasjere seg i TV-aksjonen?

- Jeg håper TV-aksjonen er den møteplassen der alle får følelsen av å kunne bidra til noe viktig med den tiden og ressursene de har. Jeg håper de får informasjon om en viktig sak som gjør dem litt klokere. Jeg håper de har hyggelige samtaler, stifter nye bekjentskap, og kanskje vennskap.

Hva ved TV-aksjonen får deg til å smile?

- Historiene vi får fra bøssebærere om at de har hatt den morsomme søndagsturen, i møte med de glade giverne som ofte venter på dem. Flere møter konvolutter festet på døra med 200 kroner i, en med følgende beskjed: Kjære Amnesty, ikke bruk opp alt på en gang! Hilsen Truls.

- Noen innrømmer også at muligheten for en titt inn hos naboen, som du aldri har vært inne hos, kan være en motivator for å gå med bøsse. Det jeg elsker med TV-aksjonen er at så mange små ting blir noe helt unikt og stort som fører til at millioner av mennesker i hele verden har fått livsviktig hjelp. ■

DET ER DU SOM GJØR TV-AKSJONEN TIL EN SUKSESS!

TV-AKSJONEN ER AVHENGIG AV AT RUNDT 7 000 FRIVILLIGE MOBILISERER OG ORGANISERER 100 000 BØSSEBÆRERE. TV-AKSJONEN ER VERDENS STØRSTE DUGNAD OG INNSAMLINGSAKSJON. DET SOM GJØR AKSJONEN HELT UNIK ER LIKEVEL DET LOKALE ENGASJEMENTET. SOM FRIVILLIG KAN MAN JOBBE MED FORSKJELLIGE OPPGAVER OG MAN VELGER SELV HVOR MYE TID OG RESSURSER MAN BRUKER. FOR Å ARBEIDE SOM FRIVILLIG, TA KONTAKT MED FYLKESAKSJONSLEDER I DITT FYLKE. SE KONTAKTINFORMASJON PÅ BAKSIDEN AV BROSJYREN.

DETTE ER NOEN AV MÅTENE DU KAN BIDRA I TV-AKSJONEN:

- Meld deg som bøssebærer på blimed.no (fra august) eller ring 02025 (fra september).
- Jobbe i en kommune- eller bydelskomite. Oppgaver i komiteen varierer fra praktisk arbeid på aksjonsdagen til å mobilisere bøssebærere lokalt.
- Jobbe som rodeledere eller områdeledere. De verver og organiserer bøssebærerne.
- Hjelpe rodelederne med å ta imot bøssene, dele de ut, skape god stemning der bøssebærere henter og leverer bøssene på aksjonsdagen.
- Hjelpe til på forskjellige arrangementer, f. eks skolearrangementer, næringslivets ringerunder eller bøssebærer-kickoff.
- Mobilisere idrettsklubben eller fagforeningen din til å hjelpe til med innsamlingen eller gå med bøsser.

SKOLE

TV-aksjonen Nasjonalforeningen for folkehelsen har laget et undervisningsopplegg for skolene i samarbeid med Gyldendals digitale undervisningsplattform salaby.no og Forskerfabrikken. Årets tema er «det som er godt for hjertet, er godt for hjernen». Det gir en viktig kobling mellom årets sak – demens – og årets skolesatsing med forebygging og forskning som hovedtemaer.

Opplegget inneholder både fysisk aktivitet, praktiske øvelser og teori. Skoleopplegget skal også pirre nysgjerrigheten gjennom ulike forskningsaktiviteter. Mange skoler engasjerer seg hvert år

i TV-aksjonen gjennom undervisningsopplegget og kreative innsamlinger. I fjor kom det inn fem millioner kroner fra skoler over hele landet. Saker fra innsamlingene vil i år publiseres på blimed.no

Undervisningsopplegget er digitalt og blir tilgjengelig på **salaby.no**, **blimed.no** (TV-aksjonens nettside) og **nasjonalforeningen.no** fra august.

For mer informasjon, kontakt **Maria Nydal** på epost: **many@nasjonalforeningen.no** eller mobil: **988 81 723**.



NÆRINGS LIV

De siste tre årene har vi sett en voldsom oppblomstring av næringslivets engasjement i TV-aksjonen. Over 5 000 bedrifter ga penger og utfordret hverandre gjennom nettsiden giverstafett.no i 2012. Det er en fenomenal dobling fra året før. I år håper vi du fortsetter eller hopper på bølgen.

Mye av årsaken til økningen i fjor er at det er blitt arrangert en ringedugnad. En gruppe sentrale næringslivsledere i hver kommune møtes og ringer rundt til sine kontakter for å oppfordre dem til å bidra til TV-aksjonen. På denne måten får bedriftene sosialt samvær

og mulighet for nettverksbygging tilbake for bidraget. Mange bedrifter setter hvert år av en sum merket «samfunnsansvar» i budsjettet. Ofte bruker de ressurser på å finne ut akkurat hvilke formål disse pengene skal gå til. Ved å bidra årlig til TV-aksjonen får bedriftene muligheten til å støtte opp om forskjellige organisasjoner som arbeider for viktige saker på en profesjonell måte.

For mer informasjon gå inn på **giverstafett.no** eller kontakt **Marius Lystad** på epost: **maly@nasjonalforeningen.no** eller mobil: **980 35 765**.

EN VIKTIG DUGNAD



«Det er hyggelig for meg som bare driver med tull og tøys til daglig å kunne bidra til noe som er viktig. Når man er med på TV-aksjonen føler man virkelig at man er del av noe stort. En nasjonal dugnad der frivillige går sammen og gjør en innsats for en god sak. En vinn-vinn-situasjon: Godt for de som får!»

JON ALMAAS » PROGRAMLEDER



«Det viktigste med å ha TV-aksjonen var selvsagt at vi fikk en betydelig inntekt som gjør oss i stand til å hjelpe mennesker på flukt. Det er de det handler om! I tillegg førte TV-aksjonen til at vi i Flyktningshjelpen ble enda mer samlet og reflekterte i forhold til hvem vi er, hva vi gjør og hva vi står for. All oppmerksomheten eksternt bidro til en ekstra stolthet internt.»

TORIL BREKKE » KONSTITUERT GENERALSEKRETÆR I FLYKTNINGHJELPEN



«TV-aksjonen i 2012 førte til den største enkeltgaven til Amnesty International gjennom tidene. Pengene bruker vi nå til å avsløre overgrep, stille de ansvarlige til ansvar og styrke aktivistkolleger som med livet som innsats kjemper for menneskerettighetene hver dag. TV-aksjonen er også viktig i og med at den sporer til frivillighet. I tillegg bidrar TV-aksjonen til å rette søkelyset mot alvorlige problemer og opplyse det norske folk om hvordan man kan bidra til at mennesker får det bedre, enten de trenger støtte her hjemme eller i land langt fra Norge.»

JOHN PEDER EGENÆS » GENERALSEKRETÆR AMNESTY INTERNATIONAL



«Norsk Folkehjelp ventet i 17 år på å endelig få TV aksjonen i 2011. For Norsk Folkehjelp ble det et jubelår som ikke bare ga oss 219 millioner kroner til å rydde landminer, det ble også en fornyet innsikt i verdien av det jeg ikke bare kaller verdens største dugnad, men kanskje en av verdens viktigste dugnader.»

PER NERGAARD » LEDER AV MINEAVDELINGEN NORSK FOLKEHJELP



«Vi greier vel ikke å frelse verden, noen av oss. Men TV-aksjonen er Verdens Største Dugnad. Det har vært en herlig følelse å være en del av. Om mange er med, går det an å gjøre en forskjell!»

ERIK THORSTVEDT » PROGRAMLEDER



«Viktigste TV-program hvert år og det morsomste å delta i!
Likevel: bøssebærerne ruler!»

DAN BØRGE AKERØ » PROGRAMLEDER



«At over 7 000 personer hvert år jobber gratis med gjennomføringen av TV-aksjonen er helt fantastisk, og årets sak er veldig viktig. Selv har jeg nettopp blitt medlem av Nasjonalforeningen for folkehelsen. Jeg tror ikke folk er klar over hvor mange demenssyke vi kommer til å ha i Norge fremover, med tanke på eldrebølgen. Her har alle en jobb å gjøre!»

SIGRID BONDE TUSVIK » KOMIKER

20. OKTOBER 2013



Nasjonalforeningen
for folkehelsen

TV-AKSJONEN **NK**



blimed.no

INNSAMLINGSKONTO:
8380 08 09005

BØSSEBÆRERTELEFON:
02025

NÆRINGSLIVSKONTO:
8382 08 05200

BESØK OSS PÅ facebook.com/tvaksjonen

KONTAKTINFORMASJON:

Byaksjonsleder Oslo: Agnethe Kristin Mikkelsen, 907 57 167,
Fylkesaksjonsleder Akershus: Vicki Olafsen, 920 43 999,
Fylkesaksjonsleder Buskerud: Heinz Strathmann, 954 45 566,
Fylkesaksjonsleder Østfold: Nils Petter Hauge, 959 08 128,
Fylkesaksjonsleder Vestfold: Tore Haugen, 913 42 224,
Fylkesaksjonsleder Aust- og Vest-Agder: Anita Mørland, 916 00 601,
Fylkesaksjonsleder Rogaland: Tone Therese Paulsen, 977 46 675,
Byaksjonsleder Stavanger: Tone Therese Paulsen, 977 46 675,
Fylkesaksjonsleder Hordaland: Åse Schytte, 959 78 781,
Byaksjonsleder Bergen: Marthe Jansen, 941 11 101,
Fylkesaksjonsleder Møre og Romsdal: Morten Oksavik, 913 33 929,

oslo@tvaksjonen.no
akershus@tvaksjonen.no
buskerud@tvaksjonen.no
ostfold@tvaksjonen.no
vestfold@tvaksjonen.no
agder@tvaksjonen.no
rogaland@tvaksjonen.no
stavanger@tvaksjonen.no
hordaland@tvaksjonen.no
bergen@tvaksjonen.no
morengromsdal@tvaksjonen.no

Byaksjonsleder Trondheim: Marion Størseth, 934 65 814,
Fylkesaksjonsleder Nord- og Sør-Trøndelag:
Wenche Slemmelid-Olsen, 404 67 076,
Fylkesaksjonsleder Hedmark: Tore Topp, 922 05 599,
Fylkesaksjonsleder Oppland: Wiggo Slåttsveen, 908 25 349,
Fylkesaksjonsleder Telemark: Arild Flatland, 958 19 996,
Fylkesaksjonsleder Sogn og Fjordane: Kristin Sandal, 952 85 015,
Fylkesaksjonsleder Nordland, Troms og Finnmark: Per-Olaf Fure, 970 60 352,
TV-aksjonskoordinator Svalbard: Inge Lene Villumsen, 976 61 114,

trondheim@tvaksjonen.no
trondelag@tvaksjonen.no
hedmark@tvaksjonen.no
oppland@tvaksjonen.no
telemark@tvaksjonen.no
sognogfjordane@tvaksjonen.no
nordland@tvaksjonen.no
tromsogfinnmark@tvaksjonen.no
svalbard@tvaksjonen.no



Sparebankforeningen
The Norwegian Savings Banks Association



SpareBank 1



telenor



Foto: Jimmy Linus / Cathrine Messel, Det Kongelige Hof