



LES HØYT!

En veiledning for leseombud

«Den dagen jeg ikke klarer å lese selv, håper jeg at noen kommer og setter seg i en stol ved siden av meg og leser høyt fra en eller annen bok».

Journalist Helge Ottosen, Varden, 6.februar 2003

«Jeg ble leseombud fordi jeg er så glad i mennesker og fordi jeg er så glad i formidling».

Leseombud Anne Grete Diezel, Skien, februar 2016

SÅ KOM SOLA

Veit du hva?

I dette vidunderlige og rare landet vårt, er det over tusen mennesker som hver uke leser høyt for folk som vil bli lest for. De leser på sykehjem, i fengsel, på skoler og asylmottak og de leser i folks hjem. Dette er folk som mener at «Alle skal ha rett til å lese en god bok». De mener at hvis du ikke kan lese, så leser jeg for deg. Disse høytleserne kalles leseombud. Jeg har møtt mange av dem. Noen av dem har nettopp begynt. Noen har holdt på i mange år.

Når jeg spør hva som driver dem, er svaret at de elsker å dele historier, og at de elsker å få noen nye tilbake også. De forteller at noen ganger er det vanskelig. Særlig om vinteren, når de nettopp har kommet hjem inn i varmen, for så å måtte gå ut igjen med boka under armen. Da går de med tunge skritt gjennom snøen.

Men så møter de menneskene de leser for, og så prater de sammen og ler, og når de går hjem er

beina sprettende og glade. For de har hatt det bra. De har gitt og de har fått.

En ansatt på et sykehjem, fortalte at en av beboerne kasta pleddet sitt på gulvet. Dette var en frøsen og gammel dame som ofte klagde over at det var kaldt. Pleierne undra seg og spurte:

«Hvorfor vil du ikke ha pleddet ditt?»
«Fordi sola kom», svarte damen. Pleierne titta ut av vinduet. Ute var det svart vinter og ingen sol. Men i døra sto leseombudet. Det var hun som var sola. Å lese høyt for andre er noe av det viktigste og fineste du kan gjøre i livet. I denne boka finner du tips og triks til hvordan du går fram for å bli et leseombud. Så du kan ta med deg din egen bok og sola og møte de mange menneskene.

Lykke til!

Liv Gulbrandsen

DAGLIG LEDER

LESER SØKER BOK

INNHold

Forord	3	Hvem vil du lese for?	13	Høytlesning	27	Historier fra leseombudene	35
		Å lese for eldre	14	Henger tilhørerne med?	27	Skjema og taushetserklæring	40
Velkommen som leseombud!	6	Mennesker med utviklingshemming	15	Urolige deltakere	28		
Kort bakgrunn	6	Mennesker med psykiske lidelser	16			Leseombud tipser om litteratur	43
Hvem er leseombudene?	7	Ny i Norge / Språkkafe	17	Hva vil du lese?	31	Dikt	43
		Å lese i fengsel	17	Bruk biblioteket!	31	Bøker med fotografier	44
Hva er du en del av?	8	Hvordan organisere en lesegruppe?	20	Aviser	31	Lesebøker, viser, rim og regler	44
Nettverksmøter	8	Frivillige	20	Norsk lyd- og blindeskriftbibliotek	32	Utvalg av bøker fra Leser søker bok	44
Inspirasjonsdag	8	Ansatte	21			Høytlesningsbøker	45
Om Leser søker bok	10	Ting å tenke på før lesestunden	22	Institusjonene og leseombudene	33	Kontakt oss	50
		Hvem skal du lese for?	22				
		Når på dagen?	22				
		Hvor stor skal gruppen være?	23				
		Hvor skal lesestunden være?	24				
		Hvor lenge skal lesestunden vare?	25				
		Å lese regelmessig	25				

VELKOMMEN SOM LESEOMBUD!

De aller fleste mennesker er glad i å høre en god historie. Noen kan mange historier utenat. Vi andre kan finne gode historier i bøker. Ikke alle klarer å lese selv, men de aller fleste setter pris på å bli lest høyt for. Det finnes over 1000 aktive leseombud i Norge. Som leseombud blir du med på noe stort!

Mange leseombud forteller at de har følelsen av å få like mye som de gir. De får et personlig utbytte av lesestundene og gleder seg til å lese for gruppen sin. Det er morsomt og givende å spre leseglede og gjøre noe for andre. Leseombudene ser konkrete endringer i gruppen de leser for.

Høytlesning hjelper lytteren å kommunisere bedre med andre. Gjennom samtaler rundt bøker og historier deler man interesser, opplevelser og kunnskap. Språket utvikles. Noen får større ordforråd, blir flinkere til å ordlegge seg og snakker tydeligere.

Institusjoner som får besøk av et leseombud, forteller om en styrking av fellesskapet. Beboere

og ansatte får felles opplevelser og mer å snakke sammen om. De blir bedre kjent med hverandre. Å bli lest høyt for gir økt livskvalitet!

Kort bakgrunn

I Sverige og Norge er det strukturerte ordninger for høytlesning. I Sverige begynte de å bygge opp et nettverk av leseombud på nittitallet. I Norge startet leseombudsordningen med pilotprosjektet «Leseombud i tre kommuner – Nome, Porsgrunn og Skien» i 2003. Dette ble iverksatt av Telemarksbiblioteket og var basert på erfaringene fra Sverige.

Organisasjonen **Leser søker bok** (LSB) ble etablert i 2003. I 2004 påtok organisasjonen ansvaret for den nasjonale satsningen på leseombudsordningen.

Over 330 fengsels- og folkebibliotek over hele landet organiserer lokale nettverk med leseombud som sprer leseglede! Disse bibliotekene kalles Bok til alle-bibliotek.

HVEM ER LESEOMBUDENE?

De fleste leseombudene er frivillige. Bibliotek, frivillighetssentraler, Røde Kors og ideelle organisasjoner rekrutterer leseombud.

Bakgrunnen til leseombudene er varierte, mange er pensjonerte lærere og bibliotekarer, eller har jobbet i helsevesenet. Et leseombud kan også være en av de ansatte på et dagsenter eller en institusjon. Aktivitører, miljøarbeidere, hjelpe- og vernepleiere og ergoterapeuter er yrkesgrupper som kanskje allerede leser høyt for andre i arbeidstiden.

De aller fleste leseombudene er pensjonister, men også yngre mennesker bruker noe av tiden sin på å lese for andre. Alle kan være leseombud. Har du litt tid til overs og er glad i bøker og mennesker, er det et perfekt utgangspunkt for å være leseombud.

Å være leseombud oppleves som spennende og meningsfullt.



HVA ER DU EN DEL AV?

Som leseombud er du med i et nettverk som organiseres av ditt lokale bibliotek. Bibliotekaren som har ansvar for leseombudsordningen er din Bok til alle-kontakt. Han er din viktigste samarbeidspartner. Biblioteket får faglig støtte av Leser søker bok til å drive leseombudsordningen og formidle tilrettelagt litteratur. Disse bibliotekene kalles Bok til alle-bibliotek.

Bok til alle-kontakten hjelper deg å etablere kontakt der du ønsker å lese, og hjelper deg med kontakten med de ansatte. Du blir invitert til nettverkssamlinger og inspirasjonsdager der du blant annet møter andre leseombud og får nyttig kunnskap om arbeidet.

Nettverksmøter

Bok til alle-biblioteket skal arrangere nettverksmøter for leseombudene minst to ganger i året. Her kan leseombudene dele erfaringer med hverandre. Møtene foregår på biblioteket. Erfaring viser at nettverksmøtene er viktige for å opprettholde engasjementet hos leseombudene.

Spør Bok til alle-kontakten når neste møte skal være.

Inspirasjonsdag

En gang i året blir det arrangert en inspirasjonsdag for alle leseombudene i fylket. Det er fylkesbiblioteket som har ansvar for disse samlingene, ofte i samarbeid med Leser søker bok. Hensikten med inspirasjonsdagen er at leseombudene møter hverandre og får faglig påfyll. Tema for en inspirasjonssamling kan være:

- fortellerteknikk
- stemmebruk
- bruk av sang og musikk
- hvordan organisere lesestundene
- faglig påfyll om tilrettelegging
- presentasjon av nye og aktuelle bøker
- nyheter fra Leser søker bok



OM LESER SØKER BOK

Leser søker bok er en organisasjon som arbeider for at god litteratur skal være tilgjengelig for alle. Vårt mål er kulturelt demokrati. Ingen skal være stengt ute fra gleden over en god bok. Tilgang på bøker er også viktig for ytringsfriheten. For å kunne delta i samfunnet, må man kunne tilegne seg informasjon og kunnskap gjennom både skjønnlitteratur og faglitteratur. Leser søker bok organiserer leseombudsordningen for at alle skal oppleve gleden av gode historier.

Leser søker bok driver søketjenesten Boksøk og koordinerer biblioteksnettverket Bok til alle. Vi gir økonomisk støtte og rådgiving til forlag og forfattere som ønsker å gi ut lettleste og tilrettelagte bøker.

Nærmere en million nordmenn har problemer med å lese en vanlig tekst. Årsakene til lesevansker er mange. Derfor finnes det ulike former for tilrettelegging. Boksøk.no er et viktig verktøy for deg som leseombud i arbeidet med å finne litteratur som egner seg til høytlesing. Her finner du bøker for både voksne, ungdom og barn. Her kan du finne bøker som er tilpasset en bestemt målgruppe, blant annet ny i Norge og mennesker med nedsatt funksjonsevne.

Bok til alle-bibliotekene har egen Bok til alle-bokhylle. I denne bokhyllen finnes bøker som er gitt ut med støtte fra oss og andre bøker fra boksøk.no. Bøkene er delt inn i seks kategorier. Bøkene er merket med fargekoder for å gjøre det enklere å finne riktige bøker til målgruppa. De samme kategoriene finner du også på søketjenesten boksøk.no. De seks kategoriene er:

Litt å lese



LITT Å LESE

Bøkene i denne kategorien har enkel tekst. Bøkene er tynne og har korte setninger. Det er flest kjente ord og vanskelige ord blir forklart. Kapitlene er korte og sidene luftige. Litt å lese-bøkene finner du i ditt Bok til alle-bibliotek. De har lilla fargekode.

Enkelt innhold



ENKELT INNHOLD

Bøker med enkelt innhold har en handling som er lett å følge, men som tar opp viktige temaer. Språket er enkelt og bøkene er ofte illustrerte. Bøkene er tilpasset mennesker med utviklingshemming og andre som trenger kognitiv tilpassing, som for eksempel afasirammede eller personer med demens. Enkelt innhold-bøkene finner du i ditt Bok til alle-bibliotek. De har grønn fargekode.

Storskrift



STORSKRIFT

Bøkene med storskrift har stor teksttype og linjeavstand som gjør det enklere å lese bokstavene. Den viktigste målgruppa er svaksynte. Storskrift-bøker finner du i ditt Bok til alle-bibliotek. De har gul fargekode.

Punktskrift og følebilder



PUNKTSKRIFT, FØLEBILDER

For blinde og svaksynte har vi bøker med bilder som kan leses med både øynene og med fingrene. Bøkene har punktskrift. I mange tilfeller er teksten også tilgjengelig for seende slik at man kan lese samme bok. Bøkene med punktskrift og følebilder finner du i ditt Bok til alle-bibliotek. De har oransje fargekode.

Alternativ og supplerende kommunikasjon



ALTERNATIV OG SUPPLERENDE
KOMMUNIKASJON (ASK)

ASK er alle former for kommunikasjon som er annerledes vanlig skrift og/eller tale. Bliss og piktogram er eksempler på ulike symbolspråk. Målgruppa er for eksempel mennesker med bevegelseshemninger og talevansker, utviklingsmessige språkvansker og autisme. ASK-bøkene finner du i ditt Bok til alle-bibliotek. De har blå fargekode.

Tegnspråk og Norsk med tegnstøtte (NMT)



TEGNSPRÅK, TEGN TIL TALE

Tegnspråk er et visuelt språk. Det har sin egen grammatikk og syntaks, og blir blant annet brukt av mennesker med hørselshemming. Tegn til tale og NMT (Norsk med tegnstøtte) er en måte å kommunisere på der tale er visualisert med tegn. Det er lettere å oppfatte for mennesker med hørselshemming eller språk- eller kommunikasjonsvansker. Bøkene med tegnspråk eller NMT finner du i ditt Bok til alle-bibliotek. De har rød fargekode.

HVEM VIL DU LESE FOR?

Et leseombud kan lese overalt, for hvem som helst. Det er ingen fasit på hvor og hvordan lesestundene blir arrangert.

Du kan lese for barn i barnehage, for ungdom på fritidsklubb eller for eldre på institusjon. Du kan lese på skole, psykiatrisk ungdomskole, voksenopplæring, språkkafe, hjemme hos folk, i fengsel og så videre. Kort sagt overalt der det er mennesker. Uansett hvem du leser for, gir du lytterne et avbrekk i hverdagen. Du kommer med en gave!

Bok til alle-kontakten på ditt bibliotek kan hjelpe deg å finne grupper å lese høyt for. Han har oversikt over institusjoner som allerede har en leseombudsordning og kan hjelpe deg med å ta kontakt på steder du ønsker å lese.

Dersom ditt lokale bibliotek ikke er en del av Bok til alle-nettverket, kan du ta kontakt med Leser søker bok. Vi hjelper deg med å finne kontaktpersoner som kan hjelpe deg.

Mange institusjoner har aktivtører eller frivillighetskoordinatorer. Disse kan hjelpe deg å etablere grupper med deltakere som ikke har et altfor sprikende funksjonsnivå.



Å lese for eldre

Eldresenter

Eldresenter eller seniorsenter er steder eldre kan besøke på dagtid. Menneskene her er ofte friske og ressurssterke, men kan for eksempel ha syns- og hørselsproblemer eller mild til moderat demens. En fordel med å starte lesegruppe på et eldresenter er at de ansatte ofte er vant til å legge til rette for ulike former for aktivitetsgrupper. De har gjerne erfaring med å samarbeide med frivillige. På eldresenter kan du få en lyttende gruppe å lese for. Deltakerne vil trolig bidra med ideer til lesestoff.

Omsorgsboliger

Disse boligene er en mellomting mellom privat bolig og sykehjem. Beboerne eier eller leier omsorgsboligen selv og mange er avhengige av hjelp fra hjemmetjenestene. Det er ikke alltid det er en aktivitetsansvarlig på en omsorgsbolig. Hvis dette finnes kan denne personen hjelpe deg å etablere lesegrupper.

Sykehjem

Sykehjem kan ha ulike navn, som for eksempel bo- og servicesenter, bo- og omsorgssenter eller bo- og rehabiliteringssenter. De fleste beboere

på sykehjem er sterkt hjelpetrengende. Om lag 70–80 % av beboerne har en eller annen grad av demens.

Skjermede enheter på sykehjem

På en skjermet enhet vil kapasiteten til å sitte ned og lytte og forstå en lest tekst være liten. Her kan det være enklere å snakke fritt, fortelle korte historier eller synge/høre på musikk, enn å drive med vanlig høytlesing.

Dagsentre på sykehjem

Et dagsenter er et tilbud for hjemmeboende eldre som ønsker måltider og sosialt liv. Enkelte er på dagsenteret hver dag, mens andre er der et par dager i uken. Hvem som er på et dagsenter kan derfor variere fra dag til dag. Dagsenterbrukerne vil som regel være friskere enn de som bor på sykehjemmet.

Mennesker med synshemminger

I denne gruppen vil du finne mange vante lesere. Bøker har vært en viktig del av livene deres, men nå orker eller klarer de ikke å lese mer. Selv om det finnes mange lydbøker, vil ikke dette alene være et godt nok litteraturtilbud for denne gruppen. Flere vil heller være med i en gruppe

der det blir lest høyt. Det sosiale aspektet er viktig. Det gir også mulighet til samtale og felles opplevelser. Dette er en av de største gruppene leseombud leser for.

Mennesker med demens

For mennesker med demens kan lesing være som en bro til tidligere aktive liv. Å huske hvem en har vært og hva en har gjort, hjelper mange til å opprettholde selvfølelsen. Det kan gi en følelse av trygghet å lytte til noen som leser, selv om en ikke får med seg og forstår alt som blir lest.

Demente er ofte sensitive på omgivelsene. Det kan være lurt å tenke litt ekstra på det fysiske rommet og hvordan det ser ut der. Hold lesestunden i rolige og trygge omgivelser uten forstyrrelser, helst på et fast sted.

Ha gjerne med en ansatt som gruppen kjenner godt. Både for å skape trygghet, men også for å passe på pasientene. Din oppgave som leseombud er å lese, ikke følge til toalett eller andre praktiske gjøremål.

Det er ikke alltid lett å fange oppmerksomheten til et menneske med demens. Det kan ta

tid å hente opp «summetonen». En god begynnelse kan være å synge noen kjente sanger, som skolesanger eller barnesanger. Du kan også forsøke å bruke konkrete ting som gir assosiasjoner. Gamle redskaper, postkort og bilder kan aktivisere minner. Flere institusjoner har «erindringsrom». Rommene brukes til å lokke fram minner hos brukerne, og er gjerne innredet med gamle møbler og gjenstander.

Mange leseombud opplever at det fungerer godt å lese gamle tidsskrifter, ukeblad og aviser eller bøker fra gamledager. Gjerne lokalhistorie, bøker om gammeldags gårdsdrift, om håndverk, billedkavalkader og lignende.

Mennesker med utviklingshemming

Mennesker med utviklingshemming har forsinket eller mangelfull utvikling av evner og funksjonsnivå. Konsentrasjon kan være vanskelig for personer med utviklingshemming. Denne gruppen kan synes det er vanskelig å forstå sammenhenger og kan ha liten evne til å tenke abstrakt. Å være en del av en lesegruppe er en fin sosial opplevelse. Det gir livskvalitet å føle at en får utnyttet sitt potensial, å lære noe nytt, og å ha gode leseopplevelser gjennom andres

formidling. Det utvikler reell livsglede. Ulike kulturopplevelser vil være med på å gi livet innhold.

Mennesker med psykiske lidelser

For mange mennesker med psykiske problemer kan det være anstrengende å delta i sosiale sammenhenger. Faste møtetider utenfor hjemmet kan være et skritt på veien mot sosialisering og etablering av nettverk. Å skape en følelse av mestring er viktig. Som leseombud bør du være forberedt på stagnasjon og perioder der det å delta i lesegruppen blir for tungt.

Her dreier det seg ikke om at en ikke kan lese, men at mange ikke orker fordi de har konsentrasjonsvansker eller andre hindre.



Ny i Norge / Språkkafe

Mange bibliotek arrangerer Språkkafe. Her kan det være stor utskifting av deltakere fra gang til gang. Hit kommer de som snakker litt norsk og ønsker å bli enda bedre. Det er fokus på norsktrening. Deltakerne kan komme og snakke norsk med andre deltakere under veiledning av et leseombud. Man kan også etablere grupper på voksenopplæringen eller på asylmottak. Det er veldig variert hvordan slike grupper gjennomføres. Ofte er det samtale, ordforråd og kommunikasjon som er i fokus, heller enn lesing fra bøker.

Det flerspråklige bibliotek (DFB) har litteratur som egner seg til denne gruppen. DFB har både norske eventyr, fagbøker og skjønnlitterære bøker oversatt til mange språk. Parallellspråklige bøker, bøker på både norsk og et fremmedspråk, kan være nyttige. Da kan hele gruppen bidra med å lese samme historie på hvert sitt språk. Flerspråklige bøker kan du låne på ditt lokale bibliotek.

Å lese i fengsel

Det er stort behov for lesing i fengsel. De innsatte har også et svært begrenset litteraturtilbud. Omlag 30 % av alle innsatte i fengsel har lese- og skrivevansker.

På grunn av sikkerhetsnivået i fengsler i Norge, er det ikke alle steder man slipper inn. I noen fengsler tar de bare i mot Røde Kors sine visitorer. Leser søker bok samarbeider derfor med visitortjenesten i Røde Kors om litteraturformidling. For å bli visitor må du gå kurs i regi av Røde Kors og være over 25 år for å bli godkjent. Visitorer som ønsker å formidle litteratur i fengsler blir med i Leser søker bok sitt leseombudsnettverk. Når du leser i fengsel, foregår høytlesingen enten i grupper på biblioteket eller på cellen. Fengselsbibliotekene hjelper gjerne til med å finne passende litteratur.

Hvordan velge litteratur å lese i fengsel?

Kari Gjæver Pedersen holdt skrivekurs for innsatte og ble senere leseombud. Hun har skrevet om møtet med fengselet som fysisk rom, hvordan det er å være et sted hvor sikkerheten er i høysetet, og hvordan hun resonnerer rundt valg av litteratur.

«Første gang jeg kom til fengselet var det for å holde skrivekurs for de innsatte på lukket avdeling. Det var deltakere fra flere nasjoner, men alle snakket norsk. Det ble tårer, samtaler, tekster; temaer som strakk seg langt utenfor fengselmuren og landegrensene, og langt innenfor de innerste stengte kamrene vi alle bærer på. Mye av tiden glemte jeg å lure på hva disse menneskene jeg satt her innelåst sammen med,

hadde gjort. Men innimellom husket jeg. Da kjente jeg min egen frykt.

Så hadde det gått noen måneder. I mellomtiden ble jeg spurt om å være leseombud. Fengselsbibliotekaren kunne fortelle hva de innsatte lånte i fengselsbiblioteket. Jeg tenkte det var et spor å følge. Jeg sto mellom hyllene på hovedbiblioteket i byen og var stigende frustrert. Jeg hadde lett bevisst på forfatternavn, men jeg hadde ikke funnet noe jeg var fornøyd med. Jeg visste jo egentlig ikke hvem som kom til disse lesekveldene. Jeg visste ikke hvem de var. Det eneste de hadde felles var at de hadde brutt loven. Nei, ikke det engang. Det eneste de hadde felles var at de var blitt tatt for å bryte loven.

Jeg prøvde å snu tankerekken. Hva ville jeg hatt lyst til å lese selv, hvis jeg satt inne? Ikke noe tungt og dystert som trakk meg ned. Heller noe som kunne inspirere, motivere, få meg til å kjenne på overskuddet og ressursene mine, fantasien og drømmene. Jeg la fra meg «Jonas» av Jens Bjørneboe og hentet to samlinger med korte noveller av Roald Dahl og en av André Bjerke. Det kjentes som en lettelse.

Når alle er på plass, teller jeg 15 deltakere. Flere er unge, noen er voksne, noen ytterst få er eldre. Jeg sier at til neste gang vil jeg gjerne ha forslag til tekster, men at denne gangen skal jeg lese grøssere. Det blir en selsom opplevelse. Hele tiden mens jeg leser har jeg denne absurde bevisstheten om hvilket sted jeg befinner meg på. Jeg leser Roald Dahl. Jeg leser om psykologisk press, om drap, forvunne mennesker, mystiske hendelser og sjelens skumle irrganger. Alle små detaljer får en ekstra mening.

Berører jeg noe i deres liv? Selv tenker jeg brått at teksten er truende, og ikke bare fordi den handler om det truende. Rommet i seg selv blir truende.

Fordi teksten lever sitt eget liv. Jeg avslutter med «De dødes tjern» av André Bjerke. Det er praktisk talt ikke til å holde ut.

Det har gått noen ganger. Det er snart et nytt møte. Jeg er blitt tøffere i løpet av de siste treffene. Jeg velger friere. Jeg har plukket den novellen jeg har hatt lyst til å lese hele tiden, ganske enkelt fordi jeg liker den så utrolig godt: Fra en født forbryters dagbok. Det affiserer meg ikke. Jeg har erfart at uansett hva jeg leser i fengselskonteksten, blir det til «tekster i fengsel». De blir farget av fengsel, kriminalitet, dårlige handlinger, skyld, skam og alt mulig annet. Her blir tekster om kjærlighet skrikende såre. Her blir tekster om vold til tårer. Så hvorfor ikke en humoristisk tekst om misforståelser og feilaktige logiske slutninger. Jeg leser. Jeg elsker den teksten. Jeg ler så jeg gråter. Jeg gjør meg noen tanker om hvor kriminaliteten begynner og når den slutter. Vi avslutter med Victoria Regia. Jeg husker faktisk ikke hva den handler om. Men jeg husker at jeg gikk hjem. Slik kan det være å lese for mennesker i fengsel. Er det noe for deg?»

HVORDAN ORGANISERE EN LESEGRUPPE?

Gode forberedelser er avgjørende for å få vellykkete lesestunder og det er viktig at institusjonen eller stedet der du skal lese, ser verdien av lesestundene.

Frivillige

Mange institusjoner er vant til å organisere frivillige og tar ofte imot ulike kulturtilbud. Slike institusjoner vil ta deg imot med forståelse og åpne armer. Men det er varierende hvor vant institusjoner er til å ta i mot eksterne aktører. Mange institusjoner har aktivitører eller frivillighetskoordinatorer med ansvar for eksterne frivillige. Det kan være vanskelig å finne en klar rolle som frivillig leseombud. Kanskje fordi de mangler rutiner eller fordi høytlesing og leseombud er nytt for dem. Institusjonen og biblioteket skal derfor oppnevne en kontaktperson på stedet du skal lese. Denne

personen skal hjelpe deg med rekruttering og praktisk organisering av lesegruppen. Kontaktpersonen skal også informere de andre ansatte om leseombudsordningen. Det kan være forvirrende å organisere en lesegruppe uten hjelp fra en som kjenner stedet godt.

Som leseombud er du en budbringer fra kultursektoren til en helse- og omsorgssektor hvor det er et kjempebehov for frivillig innsats og meningsfull aktivitet. Men du må også regne med at institusjonen ønsker at du skal være mest mulig selvgående når lesegruppa er i drift.

Husk at du kan bruke Bok til alle-kontakten på ditt lokalbibliotek til å ta opp ting med stedet du leser. Ofte kan det være vanskelig å ta opp utfordringer på stedet du tilbyr tjenestene dine. Da er det enklere med en utenforstående som kan tale din sak.



Ansatte

Som ansatt leseombud har du fordelen av å være kjent med institusjonen og potensielle gruppedeltakere fra før. Snakk med ledelsen og

kollegene om leseombudsordningen på forhånd. Du vil trolig ha nytte av å planlegge lesestunden sammen med andre ansatte. Sannsynligvis vil institusjonen se dette som et verdifullt tilbud.

TING Å TENKE PÅ FØR LESESTUNDEN

Etter at kontakten med en institusjon er opprettet, er det en rekke viktige spørsmål å ta stilling til. Disse spørsmålene er det lurt å drøfte sammen med kontaktpersonen på stedet du skal lese. Gjerne på et møte der du samtidig ser lokalet du skal lese i. Noen tar med seg Bok til alle-kontakten sin på dette møtet.

Hvem skal du lese for?

Kontaktpersonen skal bidra til rekrutteringen. Dette er en viktig prosess som er helt avgjørende for å få en velfungerende gruppe. Funksjonsnivået i en lesegruppe bør ikke sprike for mye. Det er for eksempel bedre å ha rene grupper med demente deltakere og rene grupper med «klare» deltakere, enn blandede. I grupper med demente deltakere bør noen være i stand til å gi verbal respons. Det er viktig at du får de opplysningene om lesegruppen som er nødvendig for planleggingen. Er det noen med spesielle

behov, er brillene på plass, høreapparat som bør skrus på, kanskje er det tema som man bør unngå i lesingen eller lignende. Noen steder må du skrive under på en erklæring om taushetsplikt.

Når på dagen?

Noen legger lesingen til en kaffestund med kake. Dette kan bidra til trivsel og trygghet fordi det er så velkjent. Det kan være lurt å ha oversikt over når det er tilstrekkelig personale for å hente deltakerne. Dette må du få hjelp til hvis deltakerne ikke kan komme av seg selv.

I grupper med demente deltakere vil det som regel være nødvendig at en fra personalet er til stede under lesestunden. Dette gir deltakerne trygghet og ro, og det er dessuten nødvendig hvis noe skal på toalettet – de finner kanskje ikke veien selv. Det er ikke leseombudet sin oppgave å følge personer til toalett eller andre gjøremål under lesingen.



På noen institusjoner er det mange tilbud og aktiviteter. Det er fint å ha oversikt over disse, slik at det ikke kolliderer med høytlesingen. Heng opp plakater med klokkeslett og dato for neste lesestund. Plakaten «Leseombudet kommer neste gang» finner du på hjemmesiden til Leser søker bok. Biblioteket kan hjelpe deg å skrive den ut.

Hvor stor skal gruppen være?

For å få en gruppefølelse bør det være fra 4–5 personer og oppover til omkring 8. Gruppen må ikke være stor hvis deltakerne er desorienterte og forvirrede eller hører dårlig. Da kan 4–5 deltakere være nok. Noen foretrekker å lese en til en. Prøv deg frem, og se hva som passer for deg!



Hvor skal lesegruppen være?

Det beste er å være på et avgrenset rom uten forstyrrelser, og for demente deltakere er dette helt nødvendig. Trafikk gjennom rommet distraherer både den som leser og de som hører på. Aktiviteter utenfor kan også være sjenerende. Sitt gjerne i ring eller rundt et bord, der alle ser og hører hverandre slik at det er enkelt å kommunisere. Rommet bør ha gode

lysforhold. Godt lys gjør at de som har syns- eller hørselsvansker kan få hjelp av munnbevegelser og kroppsspråk til å oppfatte det som blir lest. Lesestunden kan markeres på flere vis, med en blomst, et tent stearinlys og kanskje med en gjenstand som gir assosiasjoner til boken som skal leses. Noen leseombud bruker en fast gjenstand som symbol for lesestunden.

Hvor lenge skal lesestunden vare?

La lesestunden vare en halv times tid og se an stemningen i gruppen. Noen grupper kan holde på i kortere tid og andre grupper lengre. Jo mer ressurssterk gruppe, jo lengre tid er det mulig å holde på konsentrasjonen.

Å lese regelmessig

Det er best er å ha lesing en fast dag i uken på samme tidspunkt. Dette gjør det lettere for både deltakerne og institusjonen å huske når det er lesestund. Samtidig som det skaper en rytme i hverdagen som er viktig for deltakerne.

Det ideelle er å ha fast leder for lesegruppen som deltakerne kan bli godt kjent med. Der det ikke er praktisk mulig å lese hver uke, kan du dele på oppgaven med et annet leseombud for å opprettholde ukerytmen.

Dette tekstutdraget fra boka *Den lille prinsen* illustrerer hvordan et fast opplegg kan påvirke tilværelsen. Bakgrunnen er at den lille prinsen ønsker å bli venn med en rev. Reven ber den lille prinsen gjøre ham tam hvis de skal bli venner. For å få til det må han være tålmodig, sier reven. Neste dag kommer prinsen igjen, men da sier reven:

«Det ville være best om du kom til samme tid. Hvis du for eksempel kom hver ettermiddag klokken fire, kunne jeg begynne å glede meg klokken tre. Jo mer tiden nærmet seg, jo gladere ville jeg være. Bortimot klokken fire ville jeg være urolig og oppskaket, jeg ville oppdage at lykken har sin pris. Men dersom du kom til forskjellige tider hver dag, kunne jeg aldri vite når mitt hjerte skulle begynne å danse ...»

Saint-Exupéry, Antoine de: *Den lille prinsen*, Aschehoug 1983



HØYTLESNING

Du er kanskje ikke vant til å lese høyt for andre og føler deg litt sjenert for å sette i gang. Mange leseombud sier at det er verst når ansatte eller kolleger er til stede. Husk at det er din tilstedeværelse som er det viktigste. Ha oppmerksomheten rettet mot dem du skal lese for, og tenk at du skal gi dem noe.

Det kan være lettere å lese for noen du kjenner og er trygg på. Du kan begynne med å lese bare for én. Da får du prøvd ut hvor fort du bør lese, hvor høyt du må lese og hvor mye du kan lese. Noen synes det er enklere når stoffet sitter så godt, at man kan gå over til å fortelle i stedet for å lese.

Flere tips til hvordan lese høyt og formidle finner du på nettsiden til Leser søker bok.

Henger tilhørerne med?

For å sørge for at tilhørerne henger med, er det greit å vite litt om hva de vet om emnet før du begynner å lese. At tilhørerne kopler det som leses

til egen kunnskap er en forutsetning for at de forstår. Snakk litt løst om emnet før du begynner å lese. Har de kanskje noen egne historier? Se på omslaget sammen før du begynner å lese. Kan vi gjette hva boken handler om? Hva får vi vite ut fra tittelen? Dette er en fin måte å sette i gang tankevirksomheten rundt tematikken i boken.

For å sikre at alle forstår, kan det være lurt å stoppe underveis i fortellingen for å luften tanker og reaksjoner. Har alle forstått? Kanskje er det noen sammenhenger som er uklare og som bør forklares. Kanskje noen sitter inne med spørsmål eller egne meninger de vil luften. Du bestemmer selv hvor mye diskusjon du vil åpne opp for.

Du kan vurdere om du ønsker å tydeliggjøre teksten ved å variere stemmebruken. Dette virkemiddelet kan skape intensitet, vekke nysgjerrighet og gjør at tilhøreren blir dratt med inn i historien. Dette må du som leseombud vurdere ut fra gruppen du leser for.



Urolige deltakere

Noen av deltakerne kan ha problemer med å sitte stille, andre vil avbryte. Vær forberedt på at noen av deltakerne ikke vil klare å følge med. Noen vil kanskje sovne, andre kan plutselig begynne å småprate. Enkelte ganger er tilhørerne trøtte og uopplagte, da er det greit å avslutte lesestunden tidligere enn planlagt. På bedre dager kan du kanskje holde på enda lenger. Om du leser for mennesker med utviklingshemming, kan du oppleve at noen ikke sitter ned i det hele tatt. Andre sitter kanskje og gynger. Gyngingen kan gjøre at vedkommende føler seg trygg.

Ikke gi opp for fort! Det kan være den uvante situasjonen som gjør at tilhørerne virker uinteresserte. Og husk at mennesker lytter på ulike måter.

LESEREGISTRERING OG LOGGBOK

Det er en hjelp å notere hvem som blir lest for, hva som blir lest og hvor lenge det blir lest. Hvis dere er flere som leser for samme gruppe, vil de andre vite hvor de skal fortsette i boken. Lag et skjema der det er tydelig hva som er lest tidligere og hvilke interesserer gruppen har. Disse opplysningene er til hjelp når du skal velge nye bøker. Ønsker du å skrive mer utfyllende om lesestunden, kan du føre loggbok. Det kan også være interessant å notere observasjoner om samspillet i gruppen og hvordan de ulike deltakerne responderer på høytlesingen.



HVA VIL DU LESE?

Bruk biblioteket!

Leseombud og bibliotek hører sammen. Biblioteket skal formidle litteratur som egner seg til høytlesning og veilede leseombudene når de kommer. I Bok til alle-avdelingen vil du finne egne hyller med tilrettelagt litteratur for mennesker som har vansker med å lese vanlig tekst.

Leser du for en gruppe som er såpass oppegående at de kan være med på turer utenfor institusjonen, er det en god idé å ta dem med på biblioteket. Der kan de få inspirasjon til å lese noe på egen hånd og få hjelp til å finne bøker som passer dem. Noen bibliotek har også egne arrangement for enkelte grupper, for eksempel de med utviklingshemming eller mennesker med annet morsmål.

Bruk også søketjenesten boksøk.no. Her kan du finne bøker som er spesielt tilrettelagte for ulike målgrupper, blant annet demente eller svaksynte.

Aviser

Mange klarer bare å lese overskriftene i avisene fordi teksten blir for komplisert. Da er lettestavisen Klar Tale et godt alternativ. Klar Tale kommer ut en gang i uka. Den har et enkelt språk og behandler nyhetene på en seriøs måte. Klar Tale har gode, informative artikler.

Noen klarer ikke å lese aviser i det hele tatt. De som ikke leser aviser selv, vil sette pris på at andre gjør det. Mange leseombud vil oppleve at det blir deres oppgave å lese aviser. Da kan du forenkle tekstene og gi et sammendrag av artikler og nyheter. Avisstoff er et godt utgangspunkt for samtaler. De fleste bibliotek abonnerer på Atekst, som er et digitalt nyhetsarkiv. Her finner du både lokalaviser og riksaviser i digitalt format. Her kan du også søke opp eldre artikler.

NORSK LYD- OG BLINDESKRIFTBIBLIOTEK

Som leseombud får du lånerett hos Norsk lyd- og blindeskriftbibliotek (NLB). Gjør deg kjent med tilbudet og fortell om NLB til de som strever med å lese vanlige trykte bøker.

Som låner hos NLB får du tilgang til mer enn 18 000 lydboktitler. NLB har et bredt utvalg av fag- og skjønnlitteratur for barn, ungdom og voksne. Du kan også låne aviser og tidsskrifter på lyd, blant annet Aftenposten og Vi over 60.

Velg mellom å få CD i posten, laste ned eller strøme lydbøkene til PC. Med appen Lydhør kan du også høre lydbøkene på mobil og nettbrett. I tillegg til lydbøker, har NLB en stor samling bøker i punktskrift.

Meld deg inn ved å kontakte NLB på telefon eller e-post, eller benytt innmeldingsskjema fra NLBs nettsider. Det er gratis å melde seg inn og gratis å låne.

Mer informasjon finner du på NLBs nettsider:
www.nlb.no.

Telefon: 22 06 88 00
E-post: utlaan@nlb.no

INSTITUSJONENE OG LESEOMBUDENE

Aktivtør Edel Andreassen ved Akerselva sykehjem i Oslo samarbeider med både leseombudene og Bok til alle-kontakten for at lesestundene skal bli best mulige. Hun starter alltid med en oppstartsamtale med både Bok til alle-kontakten og leseombudet. Her kartlegger hun ønskene til leseombudet. Hvor mange og hvem ønsker leseombudet å lese for. Hun informerer om sykdommer og tilstander til menneskene i lesegruppen og gir tips om ulike metoder for å få delaktige tilhørere.

Leseombudene blir informert om hverdagen på sykehjemmet. Det er viktig å være forberedt på at sykehjemsbeboerne er dårligere i dag, enn de var tidligere. Når pasientene først kommer på sykehjem, er mange sterkt redusert både fysisk og psykisk. Det er også en realitet at beboerne normalt blir dårligere og dør etter en tid. Leseombudene må skrive under på taushetserklæring. I tillegg snakker Andreassen





om Sykehjemsetaten sin verdiplakat, med temaene respekt, engasjement og redelighet. Andreassen kobler nye leseombud med mer erfarne leseombud, for at de nye kan være observatører i starten. Et usikkert leseombud kan få følge av Andreassen de første gangene hun leser selv, men etterhvert må leseombudet være selvstendig.

Andreassen er tilgjengelig også etter at oppstartsfasen er ferdig. Hun er kontaktleddet mellom leseombudene og personalet. Dersom leseombudet tar opp forhold som ikke fungerer, snakker hun med det øvrige personalet. Dette kan være tilrettelegging av rom, servering av kaffe og kaker ellerfølging av beboere.

Som aktivitør kjenner Andreassen pasientene godt. Hun setter sammen grupper bestående av mennesker som har like forutsetninger for deltakelse, med tanke på hørsel og kognitivt nivå. Det er ikke alltid gruppen trenger å være stor, man kan også lese bare for en. Andreassen er opptatt av kvalitet framfor kvantitet.

Kommunikasjon er nøkkelordet for vellykkete lesestunder!

HISTORIER FRA LESEOMBUDENE

Torill Spillhaug Eide Nord-Odal, Hedmark

Torill Spillhaug Eide er leseombud på et omsorgssenter for eldre og har holdt på siden 2008. Sammen med leseombud Ingrid Faldalen arrangerer hun bok-kafe en gang i uka. Kaffe og kaker ordner deltakerne selv. Dersom stedet du leser på ikke har ressurser til dette, tipser Torill om å søke støtte fra lokale organisasjoner eller foreninger. Torill har selv ordnet med sponsormidler fra LH. Bok-kafeen gjør lesingen til et livlig arrangement og Torill spiller gjerne litt piano underveis. De leser først en halvtimes tid og så drikkes det kaffe. Etterpå tar de en halv time til med lesing og avslutter med en samtale om hva de har lest. Mellom 13 og 16 deltakere kommer hver gang. De leser mye forskjellig, alt fra lokale bokutgivelser til lange romaner. De har kommet seg gjennom hele underholdningsserien Odelsjenta av Anne Marie Meyer som foreløpig har kommet i 46 bind!! Torill er utdannet

pedagog og legger vekt på rammen rundt lesingen. Et hyggelig rom, musikk, lys på bordet, bevertning og pauser med tid til å snakke sammen, da blir boka sentrum for en trivelig stund i fellesskap. Ting som krever lite, men som kan bety mye.

Terje Olstad Kristiansand, Vest-Agder

Terje Olstad startet som leseombud høsten 2013. Hver fredag leser han for 15–25 hjemmeboende dagpasienter på Ternevigas sykehjem. Lesestunden foregår i dagligstuen på sykehjemmet. Motivasjonen og drivkraften til Terje er gleden av å formidle og all den takknemligheten han blir møtt med. Mange nye og gode venner har han også fått.

Han åpner lesestunden med et dikt, så leser han litt lokalhistorie eller små stubber. Som regel avslutter han med en morsom historie eller en

vits. En god atmosfære er viktig for dem som hører på. Da gjør det godt med en liten samtale og en kaffekopp i forbindelse med lesestunden. En typisk lesestund varer i 30-45 minutter.

Terje mener godt humør, ha lyst til å formidle og være glad i mennesker er et bra utgangspunkt for å bli leseombud.

Wencke Butenschøn Enebakk, Akershus

Wencke har vært leseombud i omtrent fire år. Hun leser en time i uka for grupper på fem til åtte delvis demente på et sykehjem. Hun leser alt fra dikt, eventyr, Astrid Lindgren, Gabriel Scott, Hamsun, gamle barnebøker som Barbara Rings *Peik*, til utdrag fra gode biografier eller historiske fortellinger fra lokalmiljøet og Oslo. Av og til tar hun med objekter som passer til innholdet i historiene. For å få god kontakt og blir kjent med dem som hører på, forteller hun gjerne litt fra sitt eget liv og prøver å få dem til å fortelle fra sine. Hver leseøkt starter med en oppfrisking av det som ble lest forrige gang. Deretter forbereder hun tilhørerne om hva de skal få høre denne gangen, før hun setter i gang med selve lesingen.

I tillegg til å lese, blir det en del synging, gjerne Evert Taube og gamle viser. Hun har også hatt lesegruppa med seg hjem til lunsj. Sykehjemmet stilte opp med transport og hjelpere. Wencke har en oppfordring til alle som lurte på om de skal begynne som leseombud: Gjør det! Å være leseombud er en meningsfull aktivitet.

Aashild Korsgaard Stovner, Oslo

Aashild samler jevnlig mennesker med utviklingshemming til lesestund på Deichmanske bibliotek på Stovner. Det er en fast gjeng fra Tangerudbakken borettslag. Lesestunden varer halvannen time. Etter lesingen får de servert saft og kjeks og alle kan låne bøker på biblioteket. Bøker om følelser fenger, spesielt om kjærlighet og forelskelse. Bøkene til Anna Fiske er også populære. Ellers leser Aashild bøker om alle mulige temaer, så lenge de er skrevet på en lettlest måte. Aashild savner flere lettlete faktabøker. Mennesker med psykisk utviklingshemming trenger bøker om det meste i livet, bare de er litt forenklet. Det varierer hvilke muligheter hver enkelt har til å følge med – alle forstår ikke alt. Da er det viktig med dialog for å sjekke forståelsen til den

enkelte. Hva kan de gjenfortelle og hvordan responderer de på det som blir lest? For å holde på konsentrasjonen til alle gjennom lesestunden, er det viktig å variere på formen. En god porsjon humoristisk sans kommer også godt med.

Til alle som vurderer å bli leseombud, sier Aashild at dette er en viktig jobb. Både for gruppa som leses for og for leseombudet selv. Du får ny innsikt som handler om andres virkelighet. Du blir kjent med litteratur som går utenfor rammene du selv befinner deg i. Og så er det morsomt!

Ronny Skjager Vefsn, Nordland

Ronny leser for eldre på et sykehjem hver fjortende dag. Å være leseombud er ukomplisert og givende, og man løser arbeidet på sin egen måte. Etter å ha lett etter noe meningsfylt å fylle pensjonisttilværelsen med, fant han ut at leseombudsordningen passet han bra. Det er fleksibelt og han får muligheten til å glede de eldre. Ronny forbereder seg godt og tilpasser innholdet etter det tilhørerne interesserer seg for. Han velger ofte et tema han tror vil engasjere. For eksempel lokale hendelser og lokalhistorie,

historien til poteten, den nordnorske forfatteren og humoristen Arthur Arntzen eller befruktning (da med tanke på den synkende humlebestanden i verden). Disse temaene får ofte i gang en samtale blant de eldre, noe Ronny setter pris på. Han deklamerer dikt og leser aviser og kortere tekster under lesestunden. I tillegg klimprer han litt på gitar. Så en vise eller to blir det også ofte plass til i lesestunden til Ronny.

Kari Johanne Hatling Steinkjer, Nord-Trøndelag

Kari Johanne vil at det hun leser skal ha noe godt og medmenneskelig ved seg. Det skal gi en god følelse, være gjenkjennbart og aktiviserende. Når minnene settes i gang, kommer tilhørernes egne fortellinger og det blir en felles samtale. Hun leser dikt, utdrag fra bøker, små stykker fra aviser og ukeblad, rim og regler. Lokalhistorie er også veldig populært. Hun har for eksempel lest utdrag fra *Hjem* av Anne Karin Elstad. Da leser hun om våronna, hvordan det var på skolen eller hvordan de forberedte og feira jul. Dette handler jo om hvordan det var i deres yngre år og er gjenkjennelig.

Litteratur fra krigen leser hun ikke, hun syns ikke lesestundene skal vekke vonde minner. Det å synge litt innimellom gir en god variasjon i stunden, og da blir alle med. Sangtekster sitter godt i minnet, det gjør godt å synge sammen og vekke gamle minner. Kari Johanne bruker en del tid på å forberede seg. Hun vil finne gode tekster som kan passe for den gruppa hun leser for. Det må være litteratur hun selv har et godt forhold til. Man må gi litt av seg selv når man skal være leseombud. Ikke vær redd for å begynne som leseombud! Det er ikke farlig. Det er så veldig kjærkomment. Det gjør så godt for dem som blir lest for og det gir en veldig god følelse til den som leser.

«Den største gleden ein kan ha, det er å gjera andre glad!»

Marit Rindli Melhus, Sør-Trøndelag

Marit gir tips til en god lesestund for eldre:

1. Vær godt forberedt. Ha med mange tekster, men ikke vær redd for å kutte ut noen til fordel for samtaler.
2. Bruk et fellesrom med mulighet for å stenge ut forstyrrende lyder.
3. Tilhørerne er nok mest opplagt på formiddagen.
4. Det er lettere å formidle tekster man selv liker og har under huden.
5. Velg korte tekster, gjerne dikt, kjente viser eller små humoristiske snutter. Bruk gjerne lokale forfattere og småstykker og dikt fra avisene. Nordahl Rolfsens lesebok kan by på mange gjenkjennelige tekster. Sangbøkene «Syng med! Sangbok i stor skrift» og «Syng med! Historien bak sangene» er så flotte og godt tilpasset. Bøkene forteller historien bak sangene og gir dermed naturlige innfallsvinkler til samtale.

6. Det kan være lurt å lage et tema for lesestunden, og deretter å finne tekster som passer til temaet. Det kan være høytider, årstider, natur, fortid eller noe dagligdags.
7. Bryt opp lesingen med sanger som passer til temaet, eller noe tilhørerne ønsker seg.
8. Vær hele tida på utkikk etter noe du kan lese for gruppen sin. Les gjerne avisa med lesestundøyne.
9. Samle utklipp og ideer i en perm.
10. Gi gjerne tilhørerne små frivillige oppgaver til neste gang. Be dem ta med seg et lite tekstutdrag som du kan lese for gruppa. Da må de huske noe til neste gang og det kan være god hukommelsestrening.
11. Inviter gjester av og til. For eksempel noen som kan spille piano eller gitar til syngingen.

SKJEMA OG TAUSHETSERKLÆRING

LESEREGISTRERING

STED..... FOR HVEM.....

DATO	LEST FRA	HVOR LANGT KOM VI	RESPONS	ANDRE OPPLYSNINGER

I SFOMBUDETS NAVN:.....

Bruk gjerne denne taushetserklæringen dersom institusjonen ønsker at du undertegner en slik før du begynner som leseombud.

LESER SØKER BOK
WERGELANDSVEIEN 29 – 0167 OSLO
WWW.LESERSOKERBOK.NO – 22 54 75 00



Taushetserklæring

Jeg forplikter meg til ikke å viderebringe informasjon om pasientene/brukerne ved _____ (navn på institusjon) eller interne forhold ved institusjonen som jeg får kjennskap til gjennom mitt arbeid som leseombud.

Jeg er klar over at taushetserklæringen gjelder selv etter at jeg har sluttet som leseombud.

....., den
Sted Dato

.....
Underskrift

.....
Navn i blokkbokstaver



LESEOMBUD TIPSER OM LITTERATUR

Det kan være vanskelig å finne bøker som egner for høytlesning. Mange leseombud leser bøker de selv liker godt, og prøver seg litt frem. Vi har samlet tips om bøker leseombud har hatt god erfaring med. Dette er et sted å begynne, men spør gjerne bibliotekaren om flere bøker. Husk også å bruke boksøk.no. Boksøk er et godt verktøy til å finne nye bøker som er tilpasset bestemte målgrupper. Der finner du også bøker som har fått støtte fra Leser søker bok. Det kan også være lurt å se på årets 100-liste for å bli inspirert til nye bokvalg. Leser søker bok lanserer årlig 100-lista som er en liste med de hundre beste letteste bøkene. Listen finner du på biblioteket eller på nettsiden lesersokerbok.no. Flere leseombud leser bøker med historisk eller lokal tilknytning med stort hell. Det gjelder også bøker om kongehuset, aldring eller tekster som inneholder anekdoter med livsvisdom.

Dikt

Leseombud som selv er glade i dikt har nok allerede sine yndlingsdikt som de vil dele med andre. For å finne nye favoritter kan det være lurt å bruke diktantologier. Eksempel på poeter som flere leseombud har brukt med godt hell: André Bjerke, Olaf Bull, Hans Børli, Arne Garborg, Dagny Tande Lid, Arne Paasche Aasen, A.O. Vinje, Rauni Magga Lukkari og mange flere.

Bøker med fotografier

Alnæs, Karsten	Historien om Norge i bilder og fortellinger
Gjefsen, Dorte	Den lette hageboka
Holden, Finn	Akergårder i Oslo – En landsens byhistorie
Olsen, Svein Magne	Hesteredskap i norsk jordbruk.

Lesebøker, viser, rim og regler

Haukås, May Britt	Dynamittpus – og fleire historiar frå Naturtelefonen
Jensen, Brikt	Vår egen litteratur, lesebok for de tusen hjem
Maurstad, Mari (red.)	De gode gamle rim og regler
Nordström, Bengt-Ole	Huskehåndboka, en hjelp til å hente fram minner fra gamle dager
Prøysen, Alf:	Gåsemorboka
Rolfsen, Nordahl	Lesebok
Skjærstad, Per Johan	Gode gamle viser frem fra glemselen

Utvalg av bøker fra Leser søker bok

Bekas, Sherko	I stormens øye
Fiske, Anna	Alle har en bakside
Fiske, Anna	Følelsesbiblioteket
Heia, Toril	Venner En bok for mennesker med utviklingshemming.
Kramer, Hilde	Minner i bilder Bildebok for mennesker med demens
Lindkvist, Ellisiv	Ditt røde hår, Unn
Osland, Erna	Anna og Solmann
Salinas, Veronica	OG
Sæther, Wera	 Rett øst

Høytlesningsbøker

Alnæs, Karsten	Bakenfor alle farger (selvbiografisk)
Alnæs, Karsten	Kjempesnell og blå dager
Antologi	Som med fjellbjørka
Arntzen, Arthur	Oluf for evig
Arntzen, Arthur	Dokker kan fiire
Arntzen, Arthur	Æ gjer mæ ikkje + mange andre titler
Aukrust, Kjell	Bonden
Aukrust, Kjell	Bror min, Simen + mange flere titler
Baardsen, Gjest	Mitt liv og sannheten om mestertyven
Bjørlykke, Liv Randi	Ei ku i Valdres
Bjørlykke, Liv Randi	Årbok frå folkedjupet
Bjørnson, Bjørnstjerne	Bondefortellinger
Bjørnson, Bjørnstjerne	En glad gutt («Lest 3 ganger, gruppen sitter med tårer i øynene»)
Blixen, Karen	Babettes gjestebud
Blixen, Karen	Den afrikanske farmen
Blixen, Karen	Syv fantastiske fortellinger
Borgen, Johan	Mor, far og oss
Braathen, Oscar	Den store barnedåpen + flere titler
Bye, Erik	Å skyte en teddybjørn
Børretzen, Odd	Min barndoms verden
Børretzen, Odd	Guttedager på Kolbotn
Danielsen, Kirsten	De gammeldagse piker. (Eldre kvinner forteller om sitt liv)
Eide, Linda	Oppdrag Mottro
Eidem, Knut	Rui-jentene som kom til kongen
Eidem, Odd	Ziksak
Falkberget, Johan	Den fjerde nattevakt
Fønhus, Mikkjel	Skogsus

Fønhus, Mikkjel	Trollelgen	Møller, Arvid	Julie Prøysen
Gievær, John	Tankefulle Pettersen og universets undere (og flere)	Møller, Arvid	Gudveig fra Ringebru
Guareschi, Giovanni	Don Camillo (humoristisk)	Møller, Arvid	Gjendine Slålien
Hagen, Arne	Gammel? Jeg? Scener fra et pensjonistliv	Nyquist, Arild	Barndom (biografi)
Hagerup, Inger	Det kommer en pike gående (biografisk)	Prøysen, Alf	Dørstokken heme: Hedemarksfortellinger
Hamsun, Marie	Et livsbilde	Prøysen, Alf	Trost i taklampa
Hamsun, Marie	Bygdebarn, Hjemme og på setra	Prøysen, Alf	Utpå livets vei: Stubber og fortellinger + mange flere titler
Haslund, Ebba	Som plommen i egget	Ramm, Eva	Med støv på hjernen
Haslund, Ebba	Med vingehest i manesjen: en erindringsbok	Sandvig, Anders	I arbeid og fest
Heiberg, Astrid Nøkleby	Endring og undring	Sandvig, Anders	I praksis og på samlerferd
Hoem, Edvard	Mors og fars historie	Scott, Gabriel	Kilden
Hoem, Edvard	Heimlandet. Barndom	Scott, Gabriel	Fant
Hugdahl, Helga	Etter at Olga reiste til Syden	Sem, Gunnar	Bergfolkets barn
Hval, Ella	Jeg har alltid hatt vanskelig for å glemme (biografi)	Stenersen, Rolf E.	Edvard Munch
Jacobsen, Tor	Karl Johan av Svartisen – Svartiskongen	Stubberud, Tore	Vedfyringens gleder – og andre folkelige fortellinger
Jansson, Tove	Billedhuggerens datter (biografi)	Ulstrup, Åshild	Galskap og eventyr
Kvamsdal, Martin	Drømmen om Amerika	Vestly, Anne Cath.	Våre lesegleder
Lagerlöf, Selma	Et Mårbackabarn	Vogel, Niels	De to første menneskene på jorden var Hans og Grete (vitser og gåter)
Larsen, Mona Stenseth	Minneboken: norsk nostalgi	Øiestad, Johan	Gap opp!
Levin, Robert	Med livet i hendene (biografi)	Ørjasæter, Tordis	Blomstergleder hos Kristin Lavransdatter
London, Jack	Når villdyret våkner	Ørjasæter, Tordis	Dagen og dagene
London, Jack	Ulvehunden + flere noveller og romaner	Ørjasæter, Tordis	I hodet på en gammel dame
Lorentzen, Jørgen (red.)	Århundrets krønike	Aarebrot, Frank	Krigen på 200 sider
Medbøe, Odd	Stakkars Jørgen		
Meyer, Olga	Gode dyrehistorier i Nitimen		
Myklebust, Gunnar	Ishavet		
Møller, Arvid	Boomer, Jørgine		

Leseombudet
kjem neste gong

Dag:
Tid:
Stad:



Velkommen til lesestund!

LESER SØKER BOK 

Leseombudet
kommer
neste gang

Dag:
Tid:
Sted:



Velkommen til lesestund!

LESER SØKER BOK 

Kontakt oss!

Leser søker bok
Litteraturhuset
Wergelandsveien 29
0167 OSLO

post@lesersokerbok.no
22 54 75 00

Heftet *Gi meg et leseombud!* kom første gang ut i 2004 utarbeidet av Astrid Holtskog og Sissel Hofgaard Swensen. Holtskog var prosjektleder for Leseombud i tre kommuner i Telemark og Hofgaard Swensen er tidligere faglig rådgiver i Leser søker bok. Heftet er blitt utviklet og bearbeidet siden.

FOTOGRAF: Kristin Aafloy Opdan
DESIGN OG LAYOUT: Johanne Hjorthol

1. utgave 2008
2. utgave 2010
3. utgave 2013
4. utgave 2016

© Leser søker bok, Oslo 2016



