



Lene Aksnes er blant deltakere i årets Maskefall, som feirer tiårsjubileum i 2022. For henne har kunsten vært en vei ut av mørket.

KRISTIANSAND

For åtte år siden fikk Lene Aksnes en ryggmargsskade, som gjorde at hun mistet jobben og havnet i rullestol. Det førte til at hun ble deprimer og isolerte seg. – Etter at livet mitt ble snudd opp-ned var jeg hjemme i tre år. Det er ikke så gøy å sitte inne så lenge og se på en vegg, sier Aksnes.

Så oppdaget hun Energiverket. Det er et lavterskel aktivitetstilbud for folk som strever med psykisk helse og/eller rus, og er ett av seks aktivitetshus i Kristiansand kommune.

Der fikk hun noe meningsfylt å fylle dagene med.

– Hvis jeg ikke hadde kommet dit, hadde jeg nok revet ned hele leiligheten tror jeg, sier Aksnes og ler.

Nå er hun både deltaker og ansatt som frivillig medarbeider ved aktivitetshuset, der hun er med i de kreative gruppene.

– Jeg føler jeg har kommet litt tilbake i jobb igjen. Det er noe jeg har savnet.

Et stort høydepunkt er Maskefall.

– Det er tredje gang jeg er med nå og lager bilde. Det å hjelpe hverandre, og se hva vi ender opp med til slutt, er veldig spennende, sier Aksnes.

40 KUNSTVERK

Maskefall er et samarbeidsprosjekt mellom flere instanser som jobber med mennesker som strever med enten utenforskap, psykiske lidelser eller rus, og profesjonelle kunstnere.

Målet er å bruke kunst som verktøy til bedre livskvalitet.

Lene Aksnes havnet i rullestol etter å ha fått en ryggskade for åtte år siden. Nå har hun funnet ny glede i kunsten. Her maler hun et bilde under den kreative gruppa på Energiverket. FOTO: HÅVARD KARLSEN



Bildet Lene Aksnes malte til årets Maskefall. FOTO: HÅVARD KARLSEN

Gjennom å bruke profesjonelle kunstnere som instruktører og rådgivere skal deltakerne presentere kunst av høy kvalitet. I år er det tiårsjubileum. Det ble markert med både teaterforestilling, utgivelse av tekstbok og 40 kunstverk fra 34 deltakere.

Ustillingen skal henge på hovedbiblioteket i Kristiansand ut november.

– Vi var overrasket, for vi hadde ikke trodd at så mange skulle være med. Det var over all forventning, sier Torhild Lian.

Hun har de 20 siste årene jobbet med aktivitetstilbudet til Energiverket.

Under årets Maskefall har Lian vært ansvarlig for kunstprosjektet og veiledet deltakerne som kunstnerisk rådgiver underveis.

– Det er et behov for å være kreativ og uttrykke seg. Det er noe som skjer da, forklarer Lian.

– TRENGER HVERANDRE

Hvert år tar Maskefall med seg temaet fra Verdensdagen for psykisk helse.

I år handler det om å løfte blikket og se hverandre.

– I hverdagen som er nå kikker veldig mange ned i telefonene sine. Det er ingen som ser rundt seg, eller på hverandre. Det synes jeg er litt trist, sier Aksnes.

Bildet hun har malt viser to personer som sitter på gresset og ser opp mot stjernene.

– Man trenger hverandre for å komme videre i livet, sier Aksnes om meningen i bildet.

Ensomhet og utenforskap er noen av utfordringene for folkehelsen i Norge.

– Det å ha disse lavterskeltilbudene, er gull verdt. Det betyr mye for meg i hvert fall, sier Aksnes.

Hun hadde aldri trodd at hun skulle få lov til å stille ut et bilde ved biblioteket.

– Mestringsfølelsen er fantastisk.

– EN GLEDE I LIVET

– Har det gitt mersmak?
– Ja. Jeg sitter hjemme og maler på ☺



Til årets Maskefall ble det også gitt ut en bok. Den inneholder nyskrevne tekster fra deltakere, akkompagnert av fotografier av verkene i årets kunstprosjekt. FOTO: HÅVARD KARLSEN

☺ alt mulig rart nå. Det roer meg ned. Jeg slutter å tenke på alt som gjør vondt.

– Bruker du kunst til å bearbeide vonde ting?

– Det gjør jeg. Med en gang jeg kan sitte og pusle med noe, forsvinner det. Når jeg maler på lerret eller holde på med treverk, er jeg fornøyd.

Aksnes har klart å akseptere livet som det er nå, selv om hun har blitt dårligere i det siste.

– Det som har skjedd har skjedd. Jeg får bare se framover og gjøre det jeg har gjort. Da har jeg i hvert fall en glede i livet, og det betyr mye for meg.

SKREV PERSONLIG SANG

Karl Sindre Engelstad var også blant deltakerne i år. Han skrev blant annet en egenkomponert sang til forestillingen på teateret. Den heter «Du betyr alt».

– På en måte er sangen personlig. Jeg var i en vanskelig periode i livet og skrev til meg selv; «hold ut».

Den handler også om pårørende og hva de går gjennom når de har kjære som sliter.

– Jeg ønsket å få fram at det er hjelp å få, og at man ikke er alene. Engelstad har en mobbehistorie fra barndommen der han ofte ble ekskludert fra det som skjedde.

– Jeg har alltid følt at jeg har hatt et lite nettverk, og det har ikke vært så mange rundt meg som har sett meg som den jeg er. Det har preget meg litt oppgjennom.

HAR BYGD SEG OPP

Til slutt ble han erklært arbeidsufør på bakgrunn av psykiske plager.

– Jeg har klart å bygge meg opp igjen. I fjor fikk jeg jobb på Energiverket. Det har vist at jeg kan en del, og jeg har vist at jeg kan være nyttig for andre. Det har løftet min egen psykiske helse.

– Hvordan har prosessen med å lage egen sang vært?

– Det betyr en del å få ned tanker og følelser på papir og ut i musikk. Jeg håper mine egne opplevelser og det jeg har vært gjennom, kan bety noe for andre også.

– EKSTREMT STOLT

Filmskaper og forfatter **Kristian Landmark** har vært daglig leder i Maskefall. Etter årets utgave trekker han seg tilbake.

– Overlater jobben til Karin Moe Hennie.

– Jeg kan ikke sitte for lenge og bli en syvende far i huset,

humrer Landmark.

Han tror Maskefall har betydd mye for mange deltakerne som har vært med, og bidratt positivt i deres tilfriskning.

– Det å jobbe med sin egen historie kulturelt sett er ikke helt uten risiko. Sjansen for en re-traumatisering er der.

– Hvordan vil du rangere Maskefall i din karriere?

– Absolutt i øverste sjiktet av det som er meningsfylt for meg, og noe av det jeg er mest stolt av.

Samtidig beskriver han det som et krevede prosjekt.

– Det er mye ansvar. Du kommer inn og skal forvalte noe som har vært det tøffeste i folks liv. Jeg vet jeg ikke har gjort alt i min rolle perfekt på noe som helst vis, men talt sett er jeg ekstremt stolt.

– IKKE ET SNILLISTISK PROSJEKT

I årets Maskefall har det vært rundt 50 deltakere.

– I løpet av alle disse årene er det et tresifret antall deltakere. Noen har vært med flere ganger, andre har vært med én gang. Han tror ikke det finnes et lignende prosjekt i Norge.

– I stedet for å slå oss selv på brystet og si at vi er best i Kristiansand, så hadde vi heller håpt at det kunne inspirere folk til å starte noe lignende andre steder.

– På hvilken måte er det unikt?

– Det er et enormt bredt samarbeid. Fleire organisasjoner går sammen med profesjonelle kunstnere og lager kulturelle forestillinger og utstillinger av høy kunstnerisk kvalitet, sier Landmark, og fortsetter:

– Det er ikke et snillistisk, sosialt prosjekt, for det viser seg at negative livsopplevelser kan bli stor kunst.

ØNSKER ET FAST TILBUD

De ansatte i Maskefall har jobbet ganske målrettet med å få kulturarbeid til å bli sett på som likeverdig andre former for behandling.

– Kultur må ikke bare bli sett på som en bonus med tanke på å hjelpe mennesker. For noen kan det være det sterkeste.

Det store målet nå er at dette kan bli fast tilbud, og at en annen aktør overtar.

– Vi har fått finansiering både fra Helsedepartementet, Stiftelsen Dam og Cultura, men vi håper nå vi finner en modell der dette blir et permanent tilbud, sier Landmark.

Han mener det kan være sårbart å ha folk oppe på en teaterscene, og så plutselig slukke lyse.

– Vi ønsker å ha et tilbud der folk kan holde på med et eller annet hele året.

34 kunstnere har malt 40 bilder til årets Maskefall. De skal vises fram i biblioteket ut november. FOTO: HÅVARD KARLSEN



MØTE OM MASKEFALL

Inger Ingebretsen er kommunalsjef for livsmestring i Kristiansand kommune. Hun vil ikke forskutere noe, men sier hun har innkalt ulike aktører til et møte for å se på videre drift.

– Maskefall er et utrolig viktig arbeid. Vi skal sette oss ned og se på hvordan vi kan bygge videre på det vi har gjort og hva vi har lykkes med. Her handler det både om kostnader og kapasitet, sier hun.

Hun beskriver i likhet med Landmark Maskefall som et unikt prosjekt.

– Deltakerne får vist fram sine utfordringer på en god måte, og det er samtidig forståelig for oss som får se arbeidet, enten det er tekst, kunst eller teater, sier hun, og fortsetter:

– Man blir veldig stolt over det arbeidet som er gjort, og de har gjort en god jobb over mange år.

TEKST: HÅVARD KARLSEN
havard.karlсен@fvn.no

**FAKTA****Kultur-
alliansen
Maskefall**

● Et samarbeid mellom Verdensdagen for psykisk Helse, Kilden Dialog, Blå Kors, Mental Helse, Landsforeningen for pårørende innen psykisk helse, A-Larm, Sørlandet Sykehus, Kristiansand kommune og profesjonelle kunstnere.

● Hovedmålsetningen med prosjektet er å skape en arena hvor deltakere med erfaringer knyttet til problematikkt rundt psykisk helse og/eller rus kan medvirke i en kreativ prosess fra start til mål, og der målet er å skape kunstneriske bidrag av høy kvalitet i ulike uttrykk.

● Prosjektet skal gi deltakerne økt selvtillit, stolthet og livskvalitet, og være en arena for åpenhet, mestring og samarbeid. Arbeidet med prosjektet skal være resultatorientert, men i like stor grad prosessorientert.

● I år har de som foregående sesonger latt seg inspirere av Verdensdagen for psykisk helse. Teamet er: Vi trenger hverandre #løftblikket. Maskefall har også i år hatt fokus på pårørendeperspektivet.



Her blir deltakerne hylet etter premieren på teateret nylig. FOTO: KARIN MOE HENNIE



Karl Sindre Engelstad skrev sangen «Du betyr alt». Den ble framført under forestillingen på teateret. FOTO: KARIN MOE HENNIE