



Les saken om Heidi på side 22.



Heidi i studio med fotograf, stylist og makeupartist.

Ålkekurat nå gleder jeg meg til vår og lyse dager!

Isblå singlet fra Samsøe Samsøe, kr 599.

Pastellfarget genser fra 2nd Day, kr 1600.

Joggesko fra Nike/ Zalando, kr 1235.

## #altviikkeser

Våre perfekte fasader er med på gjøre det uperfekte tøffere å bære. Når tårene triller av utmattelse eller huset ser fullstendig bomba ut... Tør du å dele et øyeblikk der du ikke helt strakk til? La oss lette litt på presset! Vis oss ditt bilde på Instagram med tagen #altviikkeser.

**E**t bilde sier mer enn tusen ord, heter det. Men bildet av vakre Heidi Solberg på forsiden vår lar mye være usagt. Det er mye vi ikke kan se.

«Å ikke makte full jobb er et nederlag i seg selv. Jeg lever som en fange i min egen kropp», sier Heidi. Hun har fibromyalgi (muskelsmerter) og ME (utmattelse).

Da jeg leste Heidis historie var det en skikkelig oppvekker. For ja, jeg har også stilt uvitende spørsmål og tenkt ignorante tanker om langtidssykmeldte. «Kan de ikke bare ta seg sammen?» For mange av dem ser jo uforskammet opplagte ut!

«Jeg føler meg lite verdt, rett og slett. Det blir mye tårer. Men det ser ikke du, for jeg er så flink til å skjule hvordan jeg har det» skriver Heidi.

Da vi først spurte henne om å dele sin historie i Kamille, ønsket hun å være anonym. Tenk at det er så skamfullt å være sykmeldt. At det å være *naver* forbindes med latskap og tiltaksløshet. Ville hun sagt det samme med gipset ben? Ville hun skjennes over å være avbildet med krykker? Nepp. Da Heidi til slutt sa ja til å stille opp med fullt navn, bilde og til og med som covermodell, hadde hun bestemt seg for å gi ordet *naver* nytt innhold.

Nå vil vi i Kamille hjelpe henne å åpne øynene til dere lesere. Vi vil endre holdningene våre overfor langtidssykmeldte.

Vi har skrevet om utbrenthet, ME og andre usynlige sykdommer gjennom alle de 10 årene vi har gitt ut Kamille. Og det er trist å se at ingenting har forandret seg.

«Å skulle rettferdiggjøre diagnosen, var ekstra slitsomt» sa Linda (43) til Kamille i 2006. «Jeg skulle ønske det var like stor aksept for å være hjemme fra jobben når du har psykiske plager som når du har influensa eller omgangssyke», sa Ellen (35) til Kamille i 2008. «Familie og venner skjønnte heller ingenting. Til slutt begynte jeg å lure på om jeg var blitt lat!» sa Randi til Kamille i 2009. Eksemplene er mange.

Heidi har vist meg hvor vonde og sårende lite gjennomtenkte kommentarer kan være. Nå må vi våkne! Det er ikke de langtidssykmeldte som bør bli bedt om å «ta seg sammen», det er oss.

Madeleine

MADELEINE STRAND  
redaktør i Kamille  
madeleine.strand@egmont.com

