



# JEG OVERLEVEDE...

De slap med livet i behold! Der er mange ting at overleve i dette liv, og vi har i denne pjece samlet en række spændende beretninger om at overleve fx svigt og misbrug, katastrofe og ulykke, en sygdom eller som terrorist. Alle dramatiske beretninger fra det virkelige liv, fortalt af dem, der har mærket oplevelserne på deres egen krop.

God læsning!  
Venlig hilsen Rikke og Rebekka

## ...KATASTROFE OG ULYKKE

65.98 SVEINSSON, ÖTTAR  
NØDKALD

*Documentas, 2008. 185 sider.*

Beretningen om en redningsaktion i december 2006 ud for Islands sydkyst. Redningshelikopteren var det eneste håb for de nødstedte danske søfolk og kampen for overlevelse i det iskolde hav var desperat. Beretningen bygger på interviews med de danske søfolk, som lå i det kolde vand i mange timer.

99.4 KORTHOLM, ANNE-SOPHIE  
DU ER I MINE TANKER  
/ FORTALT TIL KAREN THISTED

*TV2, 2007. 124 sider.*

Inden for samme døgn føder Anne-Sophie en datter og hendes mand Jesper kommer ud for en tragisk trafikulykke. Jesper får en alvorlig hjerneskade, der totalt forandrer hans personlighed og efterlader ham som en fremmed. Anne-Sophie står nu over for sit livs sværeste valg. Skal hun forlade sit livs kærlighed?

99.4 NIELSEN, RENÉ

HALV MAND - HELT MENNESKE

*Gyldendal, 2007. 255 sider.*

I 1991 tegner livet lyst for René Nielsen. Han har en lovende karriere og en dejlig kæreste. Men en nat i april mister René Nielsen begge ben i en uforklarlig togulykke og hans liv ændres på brutal vis for altid. Med en ukuelig jernvilje kæmper René sig ud af bitterheden og tilbage til livet. En meget stærk og livsbekræftende **fortælling om at finde sig selv og komme videre i livet**, selvom det utænkelige sker.

99.4 STENZ, CASPER

TSUNAMI:  
EN PERSONLIG BERETNING  
/ FORTALT TIL KAREN THISTED

*TV2, 2007. 140 sider.*

Da tsunamien 2. juledag rammer øen Phi Phi i Thailand, rammer den også Casper. I det pludselige kaos kæmper han en umenneskelig kamp for at overleve. Og Casper ikke bare overlever, han redder også samtidig den svenske pige, Emma. Denne bog fortæller hele historien bag tv-dokumentaren Skæbnedagen og er illustreret med private fotos fra de steder på Phi Phi, hvor bølgerne ramte.

## ...SOM SOLDAT

99.4 LANGE, BRIAN

LEGIONÆREN: DANSKER I  
FREMMELEGIONEN Gennem  
15 ÅR

*Radius, 2008. 224 sider.*

Brian Lange fortæller fængslende om sine 15 år i den franske Fremmedlegion. Efter en barsk opvækst forlader Brian som 24-årig sin familie og kæreste for at slutte sig til Fremmedlegionen. Her møder der ham et liv som faldskærmsoldat med talrige farefulde missioner rundt om i verden. Et spændende og udfordrende liv, der dog også har personlige konsekvenser.

99.4 RATHSACK, THOMAS

JÆGER: I KRIG MED ELITEN

*People's Press, 2009. 303 sider.*

Den i medierne meget omtalte Jægerbog. Det er Thomas Rathsacks personlige beretning om drengedrømmen, der går i opfyldelse. Om livet som højt specialiseret jægersoldat på missioner i Irak og Afghanistan. Det er en bog om at søge ekstremterne. Om at blive ved, selvom både fornuften og kroppen siger nej. Om at være jæger - for livet.

#### 99.4 RIEBNITZSKY, ANNE-CATHRINE KVINDERNES KRIG

*Politiken, 2010. 286 sider.*

Anne-Cathrine Riebnitzsky har efter 14 måneders tjeneste i Helmand-provinsen skrevet en stærk og personlig fortælling om de afghanske kvinders kamp for en bedre tilværelse. Det er samtidig en gribende beretning om at være kvindelig soldat i Afghanistan. Om at have et job, hvor døden og bombetrusler er hverdagskost, om venskaber og soldaterliv. Bogen handler om en modig kvinde, der mødte Afghanistans undertrykte kvinder og kom hjem med en usædvanlig historie.

#### 99.4 ULSLEV JOHANNESSEN, LARS DE DANSKE TIGRE: MED LIVET SOM INDSATS I AFGHANISTAN

*Gyldendal, 2010. 283 sider.*

Lars Ulslev Johannesen var øverste mand i en enhed, der i 2006 blev sendt af sted for at afløse en britisk styrke i Helmand-provinsen. Målet var at skabe forudsætning for opbygning, men sådan kom det ikke til at gå. I fem uger var danskerne udsat for konstante angreb fra taleban. Bogen er en intens og drøspændende øjenvidneskildring, hvor man som læser er med helt fremme i skudlinjen.

## ...KRIGENS UHYRLIGHEDER

#### 99.4 BEAH, ISHMAIL DEN LANGE VANDRING: EN DRENGESOLDATS ERINDRINGER

*Gyldendal, 2007. 237 sider.*

I tre år, fra han var 13 til han blev 16, levede Ismael Beah fra Sierra Leone et umenneskeligt liv som børnesoldat. Efter at have været på flugt blev han samlet

op af regeringshæren og blev selv en del af den vold og de grusomme handlinger, han flygtede fra. Dette er en sjælden førstehåndsbetretning fra én, som selv har udholdt dette helvede – og har overlevet.

#### 99.4 ENGELL, MERETE SYGEPLEJERSKE I VERDENS BRÆNDPUNKTER

*Informations Forlag, 2009. 297 sider.*

Merete Engell har arbejdet som sygeplejerske for Læger uden Grænser i adskillige af verdens brændpunkter. Hun har hjulpet hungersnødplagede i Etiopien, voldtagne kvinder og børnesoldater i Liberia og ledet nødhjælpsprojekter i adskillige lande. P3's lyttere kårede hende til "Verdens Sejeste Dansker" og hun har modtaget Florence Nightingale Medaljen. Det er en grusom men dog livsbekræftende beretning om at befinde sig et sted, hvor alle regler overtrædes og al sund fornuft er tilsidesat.

#### 99.4 HARI, DAOU TOLKEN FRA DARFUR

*Lindhardt og Ringhof, 2008. 234 sider.*

Daoud Hari er hyrdesøn fra Darfur. Han er opvokset i et afrikansk stammesamfund, men har været udenlands som gæstearbejder. Da sudanesiske soldater og janjaweed-tropper indleder en etnisk udrensning, beslutter han sig for at udnytte sine sprogkundskaber og smugle udenlandske journalister ind i Sudan. Han vil for enhver pris åbne verdens øjne for de uhyrligheder, myrderier og massevoldtægter, som hans folk udsættes for. Men det er farligt at lægge sig ud med myrdernes bagmænd, der snart indleder en jagt på den besværlige tolk.

#### 99.4 UMUGWANEZA, ANGELIQUE RWANDAS BØRN: EN BERETNING

*Gyldendal, 2008. 308 sider.*

Året er 1994. Angelique er 13 år og må med sin mor og tre søskende flygte fra familiens hjem i Rwanda. De flygter fra et folkemord, hvor omkring 800.000 mennesker mister livet i et grufuldt blodbad. Det bliver en rejse med umenneskelige strabadser på tværs af landegrænser. Først syv år senere får rejsen sin afslutning i Hundborg i Thy og for Angelique kan en dansk hverdag nu begynde.

## ...BAG TREMMER

#### 99.4 JENSEN, UWE OPERATION HVID TERROR

*Documentas, 2007. 207 sider.*

Uwe Jensen har været medlem af både Folketinget og EU-parlamentet og udsendt som FN-delegeret. Men den tidligere MF'er vikles ind i et spil om colombiansk narko, russiske våben, forklædte agenter og millioner af dollars, og bliver i 2006 idømt 14 års fængsel for terrorvirksomhed i USA.

#### 99.4 NEMAT, MARINA FÆNGSLET I TEHERAN: ERINDRINGER FRA ET PIGELIV

*TV2, 2008. 286 sider.*

Som 16-årig bliver Marina fængslet af Khomeinis revolutionsgarde. Hun bliver udsat for tortur og bliver ført af sted for at blive henrettet. Hun slipper dog mirakuløst for henrettelse, da forhørslederen bliver forelsket i hende. Da hun omsider kommer på fri fod igen, har oplevelserne bag tremmer mærket hende for altid. Der går 20 år før hun, i denne gribende beretning, kan fortælle om sine oplevelser i fængslet.

99.4 SANDBERG, BRIAN  
**GANGSTER - BRIAN SANDBERG**  
*Ekstra Bladet, 2010. 271 sider.*

I denne bog fortæller Brian Sandberg sin dramatiske livshistorie. Bogen beskriver hans udvikling fra talentfuld taekwondo-kæmper til en af hovedpersonerne i den københavnske bandekrig. Han fortæller frit om sine oplevelser i den københavnske underverden, jetsetmiljøet og ikke mindst om Stein Baggerskandalen.

99.4 ZACHARIASSEN, PERNILLE  
**I KÆRLIGHEDENS FÆNGSEL**  
*Siesta, 2010. 82 sider.*

Pernille forelsker sig i Mark, som viser sig at være voldelig og misbruger. I gennem flere år lever hun med vold, krænkelser og druk indtil forholdet får en brat ende, da Pernille i selvforsvar stikker Mark med en kniv. Først da slipper hun ud af kærlighedens fængsel, dog blot for at havne i Vestre Fængsel, hvor hun tilbringer 205 dage.

## ...SOM TERRORIST

99.4 HOLCK, NIELS  
**DE KALDER MIG TERRORIST  
/ I SAMARBEJDE MED ØJVIND  
KYRØ**

*People's Press, 2008. 270 sider.*  
Efter at have været vidne til verdens uretfærdigheder, beslutter den unge dansker Niels at vie sit liv til at hjælpe fattige og forfulgte. Han nøjes dog ikke med at benytte legale metoder og han organiserer en kæmpemæssig våbenedkastning i Vestbengalen. Men missionen mislykkes og snart er Niels eftersøgt over hele verden, med fare for at blive udleveret til et af verdens værste fængsler i Calcutta.

99.4 NASIRI, OMAR  
**I HELLIG KRIG: MIT LIV MED AL-  
Qaeda: EN SPIONS BERETNING**

*Aschehoug, 2007. 380 sider.*  
Marokkaneren Omar Nasiri fortæller i denne bog helt enestående om terroristtilværelsen i al-Qaeda. Omar kæmpede i syv år på begge sider i terrorkrigen. Først i det spirende europæiske terrornetværk og siden som agent for efterretnings-tjenester. Han nåede, som en af de få til terroristtræningslejrene i Afghanistan og lærte at håndtere våben, modstå afhøring og tortur og at dræbe – alt sammen i Allahs navn.

99.4 YOUSEF, MOSAB HASSAN  
**SØN AF HAMAS**

*ProRex, 2010. 307 sider.*  
En chokerende sandfærdig beretning om en ung mand, der forkaster sin voldelige skæbne. Mosab er ældste søn af en af Hamas' grundlæggere og i mange år støttede han sin fars aktiviteter. Men alt ændrede sig, da han vendte terror og vold ryggen. En fængslende beretning om terror, forræderi, politiske intriger og utrolige valg.

## ...EN SYGDOM

61.6011 ALEN, ANNE-MARIE  
**TRETTE FIRKLØVERE**  
*Frydenlund, 2009. 425 sider.*

Dette er en historie om en lille drengs alt for tidlige ankomst til verden. En dreng så lille, at man umiddelbart ville sige for lille. Men Thorbjørn, som kun vejer 751 g ved sin al for tidlige fødsel, overlever ved et mirakel. Denne bog er en mors beretning om den svære tid med at skulle forsvare sin lille søn gennem den lange kamp for livet.

99.4 BRÆNDGAARD, TINA  
**KLÆDT AF : EN FORTÆLLING  
OM KRÆFT, HÅB & KÆRLIGHED**

*Gyldendal, 2010. 190 sider.*  
"Det var det, man gjorde, når man fik kræft. Døde... men jeg lever stadig." Tina Brændgaard har her skrevet en stærk og personlig bog om at få brystkræft som bare trediveårig. I dag er hun rask, men først efter at have været igennem en opslidende behandlingsproces. Klædt af er en fortælling om, hvordan man bevarer sig selv i kampen mod alvorlig sygdom, og hvordan man kommer videre.

99.4 DAHL, HENRIK  
**IDIOT**

*People's Press, 2009. 268 sider.*  
Alle kender ham som den humørfyldte og energiske tv-vært fra Rabatten og andre succes'er på DR. Men bag facaden gemmer Henrik Dahl på en alvorlig historie. For få år tilbage blev han diagnosticeret som maniodepressiv. Trods det alvorlige udgangspunkt fortæller Henrik og hans kone her på en sjov og hudløs måde om sygdomsforløbet og om kampen for at blive "rask".

99.4 HOLM, BRIAN  
**DEN SIDSTE KILOMETER :  
EN BOG OM AT BLIVE KLOGERE**

*People's Press, 2009. 239 sider.*  
"Jeg kunne da for helvede ikke få kræft! Fysisk var jeg i superform."  
Den sidste kilometer er cykelrytter Brian Holms historie om kampen gennem et kræftforløb og om at vende tilbage til livet som en ændret mand - både fysisk og psykisk. Det er historien om at tage sig sammen, lade være med at flåbe over småting i dagligdagen og sætte sit liv i perspektiv.

99.4 LAUVENG, ARNHILD  
**I MORGEN VAR JEG ALTID EN  
LØVE**

*Akademisk, 2010. 155 sider.*

"Jeg har været skizofren. Jeg ved, hvordan det var. Jeg ved, hvordan verden så ud den gang, hvordan jeg oplevede den, hvad jeg tænkte, og hvad jeg var nødt til at gøre." Sådan indleder Arnhild Lauveng sin bog. I ti år var hun indlagt som skizofren på psykiatriske afdelinger. Hun var psykotisk og selvdestruktiv, og knuste glas for at skære sig til blods. I dag har hun overvundet skizofrenien og arbejder som psykolog.

99.4 LICHT, METTE DE FINE  
**VILJEPIGEN: FOR UNG TIL  
KRÆFT**

*Skriveforlaget, 2010. 200 sider.*

En livsglad teenager den ene dag; døds-syg den næste. Da Mette får konstateret kræft i benet, er hun bare 16 år gammel og går på efterskole. Men Mette har viljen til at ville føre et normalt liv: Hun køber en paryk, begynder i 1.g og gør alt for at leve en så normal teenagetilværelse som muligt. I dag er Mette rask, 24 år og en meget stærk viljepige.

## ...AT MISTE

99.4 JAHN, ANETTE WILHJELM  
**HIMMELSMILET : SORGENS  
DAGBOG**

*People's Press, 2008. 142 sider.*

Som 39 år vælger Anettes bror på grufuld vis at tage sit eget liv. Han efterlader sig kone og tre små børn. Søsteren Anette skildrer i denne bog alle de sindstilstande, man som efterladt kommer igennem for til sidst at komme ud på den anden side - ud til livet.

13.17 JOHANSEN, LENE  
**MIN MOR ER DØD!**

*Gyldendal, 2010. 294 sider.*

Hvad er det, man mister, når ens mor dør? Christine Antorini, Ritt Bjerregaard, Hanne-Vibeke Holst og Anne Linnet har alle inden for kort tid mistet deres mødre. I bogen deler de ud af erfaringer og oplevelser og taler om sorg og savn, men også om gode minder og komiske optrin undervejs. Og ikke mindst beretter de **om det særlige bånd, der findes mellem mødre og døtre.**

99.4 JØRGENSEN, EVA  
**SORRIG OG GLÆDE : FRA EN  
ENKES DAGBOG**

*Rosinante, 2010. 173 sider.*

"Jeg boede engang i et land, der hed Sorg. Det ligger tæt på ingenting." Som bare 43 årig må journalisten Eva Jørgensen begrave sin mand efter et meget voldsomt sygdomsforløb. Hun står tilbage med et barn på 10 måneder og en sorg, som hun forsøger at begrave i arbejde, men på et tidspunkt må hun bukke **under for sorgen og forsøge at finde lys for enden af tunnelen.**

99.4 KLØVEDAL, ANNA  
**INGENMANDSLAND : EN FOR-  
TÆLLING OM AFMAGT OG KÆR-  
LIGHED**

*Tiderne Skifter, 2009. 174 sider.*

"Jeg tog om hendes smukke ansigt og så hende ind i øjnene. Emilie, vi bekæmper det her. Vi gør! Du er ikke alene og jeg lover at være hos dig." Det sværeste man kan komme ud for, er at miste sit barn. Ikke desto mindre mister Anna Kløvedal i 2004 sin teenagedatter til leukæmien. Anna Kløvedal fortæller her om at forsøge at fatte det ufattelige og om siden at leve i og med sorgen.

99.4 KNUDSEN, SUSY  
**BREVET TIL MIN DATTER**

*Zalamanca, 2009. 139 sider.*

Til en fest vælger Susys syttenårige datter at springe ud fra en altan på 5. sal og dermed tage sit eget liv. Tilbage står en mor med en smerte og to andre børn. Hun er nødt til at tage kampen op med smerten og se kendsgerningerne i øjne. Livet skal gå videre også selvom ens barn vælger at sige farvel til livet, og man står tilbage og råber "Hvorfor".

99.4 TAJMER, JONAS  
**JONAS OG MIG TIL EVIG TID /  
FORTALT TIL KAREN THISTED**

*TV2, 2007. 149 sider.*

Jonas bliver født med Downs syndrom, og Jonas' mor, som er enlig mor, knokler hårdt for at han skal blive "verdens bedste mongol". Men en dag sker det ufattelige: Jonas omkommer ved en tragisk ulykke. Denne bog er historien bag tv-dokumentaren Skæbnedagen og er skrevet af journalist og forfatter Karen Thisted.

## ...EN FAREFULD REJSE

48 ALLER, BETTINA  
**PÅ NYE VILDERE EVENTYR**

*Gyldendal, 2010. 309 sider.*

Hvis du vil vide, hvordan det er at hænge i et tov over en vulkan i udbrud uden at kunne komme op – eller hvordan det er at blive gnubbet af en kæmpe afrikansk gorilla med dårlig ånde – så er chancen her! Bettina Aller er kendt fra både tv og bøger. I denne bog beskriver hun sine farefulde ekspeditioner til fx Nordpolen, Afrika og besøg hos kannibaler i Ny Guinea. Her er tale om en kvinde, der tør at leve livet fuldt ud.

99.4 VEDEL, ULRIK  
**FLYGT ELLER KÆMP**

*Politiken, 2006. 262 sider.*

Hvordan påvirker 40 graders kulde dit sind og krop? Ulrik Vedel har i næsten 20 år opholdt sig i det arktiske herunder i knap 10 år boet i Alaska med sin familie og 30 slædehunde. Flygt eller kæmp indkredser krigeren, den oprørske knægt, soldaten, familiefaderen og manden, der har arbejdet undercover for det amerikanske politi.

99.4 WULFF, FREDDY  
**DANMARKS VILDESTE  
EVENTYRER**

*Gad, 2010. 217 sider.*

Freddy Wulff er ikke nogen almindelig mand – og han har ikke levet noget almindeligt liv. Siden 1967 har han næsten nonstop været på farten som jæger eller som professionel eventyrer og reporter – i verdens brændpunkter og i de mest øde og utilgængelige egne, hvor eventyret har ventet. Ingen grund til at pynte på sandheden – Freddy's oplevelser er vilde nok!

## ...SVIGT OG MISBRUG

99.4 KAMPUSCH, NATASCHA  
**PIGEN I KÆLDEREN**

*Ekstra Bladet, 2007. 203 sider.*

Som 10 årig bliver østrigske Natascha kidnappet og lukket inde i et kælderrum, isoleret fra omverdenen. Nataschas forældre sætter alle sejl ind på at finde deres datter, men der går hele otte år, før hun kan flygte fra sin fangenvogter og komme tilbage til det virkelige liv. Denne bog er en skildring af kidnapningssagen – den mest omtalte i nyere tid.

99.4 MAM, SOMALY  
**EN KVINDES PRIS**

*Gad, 2009. 229 sider.*

Somaly Mam kender hverken sit rigtige navn, sin fødselsdag eller sine forældre. Hun blev som barn solgt til tvangsarbejde – og senere til en kinesisk købmand, en brutal ægtemand og et hårdt liv som prostitueret. I dag har hun reddet flere end 5000 kvinder og børn fra sexslaveri – trods trusler på livet. Dette er historien om at overleve helvede på jord – og hjælpe andre til at gøre det samme.

99.4 THELLEFSEN, CAMILLE  
**KUNSTMALERENS DATTER :  
SVIGT OG MISBRUG BAG  
BOHEMELIVETS FACADE**

*Documentas, 2007. 175 sider.*

"Hvad gør man som barn, hvis far er kræmper og mor er blind?" Sådan indleder Camilla sin barske bog, om sin kamp for at komme overens med sig selv og sit liv efter en psykologisk nedbrydende barndom. Udertil virker kunstnerfamilien Thellefsen som en harmonisk familie, så ingen ser at Camilla og hendes tre søskende går for lud og koldt vand, og at Camilla bliver misbrugt seksuelt af sin far. Camillas fortælling er en grusom skildring af frisind og bohemeliv, der bliver identisk med vanrøgt.

99.4 TREVANE, JACKY  
**EN GOD MUSLIMSK HUSTRU**

*Leksis, 2009. 333 sider*

Jacky forelsker sig på en ferie i Egypten i den smukke, høflige og galante Omar. Det er kærlighed ved første øjekast og betaget af gæstfriheden og de eksotiske skikke, gifter de sig hurtigt. Men hverdagen bliver ikke, som Jacky forestiller sig. I løbet af de næste seks år tiltager hendes mands overgreb og snart er Jackys to små døtre også i fare. En farefuld og nervepirrende flugt begynder, men ikke engang i England, kan Jacky vide sig sikker.

# WWW.BIBLIOTEK.DK

UDARBEJDER: RIKKE FRISENETTE · OMSLAG: EYELAB/ THOMAS SZØKE  
UDGIVER: © BIBLIOTEKSMEDIER AS, BALLERUP 2011 · TRYK: NOFOPRINT, HELSINGØR  
VAREN.R.: 47111104