

AKSENT



ET MAGASIN FRA IOGT I NORGE - NR 1 - 2016 //

CAMILLA STOLTENBERG

Liker ikke at rusfeltet er delt i "leire"

ØLBILDE TIL BESVÆR

Hvor går grensene?

MARKEDSFØRING MOT BARN IOGT starter kampanje

ISSN 1890-2553



9 771890 255009



LEDEREN //

ALKOHOLFRI TREND

En fersk befolkningsundersøkelse fra Folkehelseinstituttet viser at hele 18 prosent av oss nordmenn har ikke drukket alkohol de siste 12 månedene. Det betyr at vi blir stadig flere som drikker rusfritt. I aldersgruppen 16-34 år er andelen så høy som 20 prosent.

PENDELEN SNUR

Etter flere tiår med stadig større andel alkoholbrukere, kan pendelen nå ha snudd. Det er en positiv utvikling, selv om vi globalt er på juniorplass. Mindre enn halvparten av verdens befolkning (38,2 prosent) drikker alkohol. Alkoholritt er altså normalen. Verdens helseorganisasjon peker på at det er svært viktig for den globale helsen å beholde en høy befolkningsandel som ikke bruker alkohol eller andre rusmidler. Ikke minst av hensyn til verdens fattige og sårbare. Det er enklere og mer selvfølgelig for unge mennesker å velge rusfritt når de rundt dem gjør det samme. Forebygging av rusproblemer handler ikke bare om å få folk til å drikke mindre, men også om å gjøre lett å gjøre rusfrie valg.

MARKEDSFØRING MOT UNGE

Derfor bør vi være kritiske til en alkoholindustri som målrettet markedsfører alkohol mot barn og unge i land der det normale er å ikke drikke. Og derfor bør vi støtte opp om en voksende rusfri trend blant unge her i Norge og bidra til gi den status både sosialt og politisk.

Cecilie Widnes
Generalsekretær IOGT



"EDRUSKAPSPRIS" I TYDELIG TALE

Hvert år siden 1999 har IOGT i Molde delt ut "Edruskapsprisen byen". 13. januar i år ble prisen for 2015 delt ut, og årets prisvinner ble John Sandøy for "åpenhjertig og tydelig tale om alkoholproblem". Prisen går hvert år til en person eller organisasjon som gjennom året har markert et edruskapspolitisk syn. Sandøy sto frem med sin historie i Romsdals Budstikke tidligere i 2015, som ble en av de mest leste i 2015.

John Sandøy, //
årets prisvinner



ENESTÅENDE KURS

Rundt 30 nye ledere i Enestående familier fikk tidlig i januar sitt opplæringskurs i hva det vil si å være EF-leder

Deltakerne kom både fra steder hvor vi har aktivitet i dag hvor dagensledere får flere å spille sammen med, og fra steder hvor det planlegges oppstart i 2016. Bl.a i Hamar og Bærum. De startet helgen i Torggata slik at de kunne bli bedre kjent med organisasjonene i bevegelsen. Resten av helgen gikk med på å høre mer om prosjektet og aktiviteter man kan drive, hvordan man håndterer media og bruk av nettsider. I databasen til aktiviteten har vi nå nesten 2000 registrerte som mottar invitasjon til arrangementer.



aksent
Medlemsblad for IOGT i Norge
Torggt. 1, 0181 Oslo // Telefon: 23 21 45 80 // E-post: iogt@iogt.no

UTGITT AV: Akademisk forlag, Haugesund // ANSVARLIG REDAKTØR: Hanne Cecilie Widnes //
ANNONSALG: Kåre Nesheim, tlf 952 74 241 // REDAKSJON: IOGTs sentralkontor //
GRAFISK PRODUKSJON: Poppcorn design - poppcorn.no//TRYKK: Haugesund Bok & Offset - hbo.no //
FOTO FORSIDEBILDE: Stein J Børge, Aftenposten //

ISSN 1890-2553

NYE ALKOHOLPOLITISKE MØTER I 2016



Prosjektet "Tryggere uteliv" har byttet navn til "Trygge lokalsamfunn", men handler fortsatt om å redusere vold, skader og omsorgssvikt som følge av et høyt alkoholforbruk i samfunnet.

Prosjektleder Roald Heggernes ser frem til ett nytt år hvor fokuset også skal være på andre arenaer enn utelivet. I 2016 skal vi følge opp påvirkningsarbeidet i de 10 kommunene hvor vi gjennomførte alkoholpolitiske møter i fjor. Spesielt viktig blir det å følge opp dialogen og kontakten med politikerne når de i løpet av første halvår skal drøfte skjenkepolitikken i kommunen. Vi vil derfor arrangere et sentrale talspersonseminar for lokale kontakter.

I løpet av første halvår planlegges det også nye møter på Finsnes, Tønsberg, Molde og Skien. Til høsten går vi i gang med noen større forebyggingskonferanser i de største byene. I forkant av disse vil vi gjennomføre lokale opinionundersøkelser som forteller oss noe om folk opplever byen sin som trygg, eller hva som eventuelt gjør dem utrygge.



Hvit jul sterke i sosiale medier

I løpet av Hvit jul 2015 opplevde vi et voldsomt engasjement på Facebook. Bildet som ble postet den 7. desember endte opp som en liten viral hitt for Hvit jul. Bildet fikk 7839 liker-klikk, 1585 delinger og nesten 190 kommentar. Det nådde 341.650 mennesker. Dette betyr at nesten 350.000 mennesker ble eksponert for Hvit jul sitt budskap, bare via denne ene posten.

Hvit jul-kampanjen er over og nesten 11 000 skrev i ukene før jul under på at de ikke ville bruke alkohol når de var sammen med barn i julehelgen. Rundt halvparten av disse skrev under på nettet, noe som er ny rekord. - Selv om stands rundt om i landet fortsetter å være en viktig del av prosjektet har vi satset sterkere på sosiale medier som Facebook og Instagram, sier prosjektleder Gisle Bangsund. - Det ble gjennomført ca 75 stands i hele landet, forteller

Bangsund. - Det er også svært gledelig at Juvente i år gjennomførte enda flere aksjoner enn tidligere. Og at de var aktive flere steder i Norge. Det å gi et konkret tall for hvor mange mennesker en har møtt i løpet av kampanjen er så å si umulig. Det man dog kan si er at tallet trolig er mange tusen voksne i målgruppen. Disse har møtt de frivillige på stand, eller i det minste sett rollup og t-skjorter på de frivillige.



Bildet ble delt //
1585 ganger.

I sist nummer hadde vi et stykke av Ragnhild Bø kalt «Hvorfor fortsetter fylla». Denne kronikken var først publisert på forebygging.no



BARN BLIR KJENT MED ALKOHOLMERKENE GJENNOM IDRETTE

Carlsberg er det engelske fotball-landslagets offisielle øl. Et samarbeid som er godt kjent blant engelske barn.

TEKST JAN TORE EVENSEN

I en undersøkelse kunne halvparten av engelske 10- og 11-åringer korrekt peke ut det danske ølmerket og knytte det til fotball-landslaget. For skotske barn var andelen nede i 38%, men til gjengjeld så kunne halvparten av disse også peke ut ølmerket Carling som sponsoren til det skotske fotballforbundet (en avtale som gikk ut i 2014.) Uten å nødvendigvis markedsføre seg direkte til barna får altså ølmerkene god valuta for pengene og høy merkekjennskap langt nede i aldersgruppene. Koblingen mellom idrett og alkohol er sterk, og Carlsberg har også tidligere sponset lag som Liverpool, Tottenham og Arsenal foruten at de

har vært en av de største sponsorene for europamesterskapene i fotball. Tidligere toppkeeper i Manchester United Peter Schmeichel er en av merkets globale ambassadører.

ET LAG MED ALKOHOLMERKE PÅ SKJORTENE

For tiden er det bare ett engelsk lag som løper med et alkoholmerke på skjortene, Chang fra Thailand, som i den samme undersøkelsen 45% av britiske barn assosierte korrekte med Everton. Heineken er en av hovedsponsorene til UEFA Champions League. Om du er opptatt av amerikanske idretter vil du se

ølmerket Miller både på baseballkamper, NFL (amerikanske fotball), NBA (basketball) og den amerikanske hockeyligaen.

SUPER BOWL

Ett av verdens årlige største idrettbegivenheter, Super Bowl, den amerikanske fotballfinalen har i mange år vært kjent for sine mange og dyre reklamer hvor alkoholmerker spiller en viktig rolle. I fjor var hashtagen "Bestbuds" (Budweiser) den mest brukte i sosiale medier i forbindelse med finalen. En amerikansk undersøkelse har nylig vist at dette også har konsekvenser for drik-

kevaner. 2000 tenåringer ble vist bilder fra reklamefilmer for alkohol som var blitt vist på amerikansk TV. Tenåringene ble spurt om de hadde sett filmene og om de kunne fortelle hvilket merke det var reklamert for. Basert på det kunne forskerne lage en rangering på hvor kjent de var med alkoholreklame. To år senere ble de samme tenåringene spurt om de hadde begynt å drikke alkohol, og om de hadde vært fulle. Naturlig nok fant de at mange av tenåringene hadde økt sitt forbruk siden undersøkelsen ble gjort første gang. Sammen med venners alkoholbruk og villighet til å ta risiko var hvor kjente de var med TV-reklamer for alkohol nøkkelfaktorene som kunne forklare et økt forbruk. Faktisk så var tenåringer som hadde den største kjennskapen til alkoholreklamer to år før fire ganger mer sannsynlig til å "binge"-drikke sammenlignet med de som scoret lavt.

Flere andre undersøkelser har gitt lignende resultat, og bekreftet forholdet mellom å se alkoholreklame i ulike former og alkoholdebut eller hvor mye du drikker.

NY KAMPANJE

Dette er grunnen for hvorfor IOGT International nå i en kampanje som settes i gang i mars vil mobilisere mot alkoholreklame i idretten rettet mot barn. Hjernen

utvikler seg et godt stykke opp i 20-årene og for tidlig alkoholbruk er derfor en risiko for utviklingen av kognitiv og intellektuell kapasitet hos barn og unge. I tillegg er det en sammenheng mellom tidlig alkoholdebut og forbruket du har senere i livet. At alkoholindustrien bruker fotball-lag og idrettsarrangementer for å skape merkekjennskap og positive assosiasjoner er ikke overraskende siden de der trefler mange potensielle brukere. I Storbritannia brukte industrien nesten 800 millioner pund for å markedsføre sine produkter. Målet for kampanjen, "Curbing Big Alcohol" er å forby eller i det minste få enn sterk global regulering av markedsføringen av alkoholholdige varer og forby den annonseringen som retter seg mot barn og unge.

Everton er eneste lag// i engelske Premier League med et ølmerke på tøyene



ET SPILLENDEN FOLK

I 2013 spilte vi for 30 milliarder kroner. Det betyr at alle nordmenn over 18 år i snitt brukte 2278 kroner på pengespill.

Mange sliter.

TEKST JAN TORE EVENSEN

vært en pådriver for ansvarlig spillpolitikk. Nå er det laget en spillpolitisk plattform for organisasjonen. Generalsekretær i IOGT, Cecilie Widnes, har ledet gruppen som har arbeidet med plattformen. – Det er alt for få aktører som jobber for å begrense pengespillsproblematikken, forteller hun. – Derfor har vi sett det som nødvendig at Actis har et tydelig engasjement på dette området, selv om det har betydd at vi har utvidet arbeidsfeltet vårt noe. Hun ser at det også finnes problematikk og avhengighet på andre områder som Actis kunne engasjert seg i, som eksempelvis dataspill. – Vi må sette en grense for hvor bredt vi kan engasjere oss, og opplever at organisasjoner som Barnevakten gjør en god jobb på dette feltet.

– IOGT kommer neppe til å utarbeide en egen spillpolitisk plattform, sier Widnes. – Actis sin spillpolitikk utformes av oss som er medlemmer og vi er også i veldig stor grad forpliktet av den plattformen vi vedtar i fellesskap. Den vil være ett nyttig redskap også for oss både når det gjelder å peke på utfordringene og løsningene.

BINGOSPILL

Bingospill kan være mer problematisk, og IOGT har tidligere vurdert om dette er noe vi ønsker å være med på. – Flere lag står som spillende avdelinger i bingohaller, forteller Widnes. – For oss har det vært helt avgjørende at man gjorde noe med de automatene

som sto i hallene tidligere. Dette har vi også spilt inn til departementet. Fordi man strammet inn valgte vi å fortsatt få penger fra bingoene. Vi må likevel hele tiden ha en løpende vurdering av om vi opplever det som ansvarlig å motta penger fra bingo. – Det er ikke noen endelig fasit på dette, mener Widnes. – Men det er viktig at vi følger med på hva slags spill vi er involvert i, og at vi trekker oss ut av det som vi føler at vi ikke kan stå for. Spillproblematikk er også en folkehelseutfordring, og vi har et medansvar for å hindre at mennesker ødelegger egne og familiens liv med pengespill.

NOEN AV ACTIS SINE FORSLAG TIL TILTAK:

- Fortsette enerettsmodellen, dvs holde på Norsk Tipping som sammen med Norsk Rikstoto har monopol på pengespill i Norge.
- Stenge for nettsider som ikke har tillatelser i Norge og effektivisere betalingsformidlingsforbudet.
- Stoppe eller begrense ulovlig spillreklame
- Sette en mer ansvarlig beløpsgrense hos Norsk Tipping

48 % av spillomsetningen i 2013 gikk til lotterier og skrapespill, hovedsakelig gjennom Norsk Tipping. Hestespill kom inn som nummer to med 13 %, mens 10 % av omsetningen handler om bingo og bingoautomater.



Rundt 101 000 nordmenn har en risikabel spillatferd og 22 000 sliter med spillavhengighet. Hva som fører til problematisk spilling er sammensatt, men foruten personlige faktorer er ofte tiden mellom innsats og respons avgjørende. Det er problemet med eksempelvis spillautomater. Du vet med en gang om du har vunnet eller ikke, og er klar til ny innsats. I tillegg blir det mange "nesten vinn"-opplevelser som kan trigge videre spilling. Spill som lotto har store premier, men den lange tiden mellom innsats og trekning demper risikoen for at du blir "hekta".

PÅDRIVER FOR ANSVARLIGHET

Actis – rusfeltets samarbeidsorgan, hvor IOGT er medlem, har i flere år

Promenaden AS

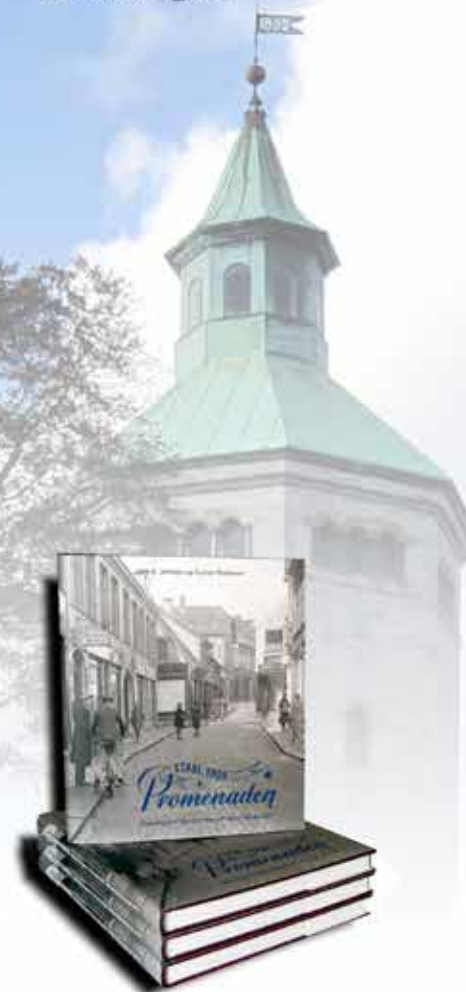
Promenaden AS ble etablert i 1909 og drev restaurant i Kirkegaten 20 i Stavanger.

Restaurantdriften opphørte i åttiårene, men selskapet fortsatte virksomheten som eiendomsselskap.

Promenaden AS eier tre forretningsbygg i Stavanger sentrum. Disse leies ut til butikker og kontorer.

En betydelig andel av overskuddet deles årlig ut til organisasjoner og institusjoner som arbeider mot rus, særlig blant ungdom.

Selskapet har gitt ut flere bøker om avholdsbevegelsens virksomhet i Stavanger.



Selskapets medarbeidere i restaurantlokalet tidlig på nittenhundretallet



Bilde: Stein J. Bjørge, Aftenposten

CAMILLA STOLTENBERG
- født i 1958
- ferdig utdanna lege ved Universitetet i Oslo i 1987
- studerte sosiologi fra 1978 til -79, også ved UiO
- studerte medisinsk antropologi i 1982 til -83 ved University of California
- disputerte i 1998 med en doktorgrad i epidemiologi
- postdoktor 1998-2001
- direktør ved FHI siden 2012
- har siden 2012 hatt en professor II stilling i epidemiologi ved Universitetet i Bergen

FOLKEHELSE-DIREKTØREN

Camilla Stoltenberg mener at rusfeltet slett ikke er i ferd med å bli oppløst, hun liker at Sirius har kommet til Folkehelsa, hun er for å inkludere hele verden i norsk narkotikapolitikk, hun liker ikke at feltet er delt i "leire" – men hun liker trapper.

TEKST SIDSEL SKOTLAND

Camilla Stoltenberg kommer hastende utenfra. Har vært på et møte i Gjerdrum hele dagen. Jeg har venta i resepsjonen, og vi går sammen mot heisen. Så vender hun brått. "Vil du heller ta trappa?" Før jeg får svart er flere trappetrinn forsert. Vi skal til 7.etasje, tempoet er ganske behagelig, kanskje for min skyld? Hun ligger foran og drar. Jeg er i passe god form, og klarer meg bra – helt til topps. Hadde jeg ikke villet, kunne jeg jo protestert. Kunne jeg ikke ...?

Egentlig forundrer det meg at det i det hele tatt finnes heiser i Folkehelseinstituttets bygninger der mantraet er bevegelse. Jeg foreslår at heisturene i det minste burde avgiftsbelegges i en institusjon som denne. Hun ler godt. Det har hun ikke tenkt på – direktøren som snart skal fortelle meg at høy pris og utilgjengelighet er de beste virkemidlene for å verne folkehelsa i alle fall mot alkoholens skadevirkninger. Men i noen saker er kanskje gode rollemodeller bedre virkemidler enn avgifter. Direktøren tar alltid trappa – og de fleste medarbeiderne vet det vel.

DAGLIG DRIKKING

Apropos rollemodeller. Jeg leste i et intervju med Stoltenberg at hun vokste opp i et hjem der det ble drukket alkohol hver dag. Det var nok litt uvanlig i Norge på den tida, men siden da har

alkoholforbruket i Norge økt betydelig: 40 prosent øking på 20 år. At dagligdriking har blitt mer vanlig, må nok ta noe av den tvilsomme æren for økinga.

- Da jeg vokste opp så jeg ikke på det som uvanlig. Men vi bodde i utlandet i flere år. Det spilte nok inn.

Hun har etter hvert blitt mye mer opptatt av alle skadevirkningene alkoholen har, men vil gjerne presisere talla litt: Forbruket økte med 40 prosent fra begynnelsen av 90-tallet og fram til 2008. Etter det har vi sett en nedgang i det registrerte forbruket – det kan være noen mørketall her på grunn av grensehandel, forbruk på reiser i utlandet, kjøp av tax-free i utlandet og illegal import.

Blant ungdom var det en nedgang i konsumet fra 2003, mens det blant eldre var en markant øking fra 1995 til 2008 både i andelen som drikker, og i gjennomsnittlig drikkefrekvens i aldersgruppen 66 -79 år. Ser vi på økinga i årlig konsum, har vi data fra 1985 til og med 2004. I denne perioden har økinga vært mest markant blant aldersgruppene 15-30 og 51-65 år.

- Fordi alkohol er så utbredt finnes det alle varianter av problemer og forbruksmønstre. Og det endrer seg hele tida. Men det ser altså ut til at det er en trend at ungdom drikker mindre.

- Hvordan kan FHI spille på lag med denne trenden?

- Jeg tror kanskje du misforstår rolla vår litt ... Vårt samfunnsoppdrag knytter seg først og fremst til at vi skal komme opp med kunnskap.

- Men dere gir råd i andre saker?

- Ja, vi gir råd, men ikke på alle områder. Vi gjør det i utvalgte saker, og ofte i et samspill med Helsedirektoratet som har det som ei hovedrolle. Da lener vi oss ofte på rådene de har utarbeidet i brede prosesser der vi også har vært med – som for eksempel kostholdsråd.

VIL FORMIDLE MER OG BEDRE KUNNSKAP OM ALKOHOL

- Men det er viktig og naturlig å bygge ut rådgiverrolla rundt et rusmiddel som har en så dominerende plass i samfunnet som alkohol, fortsetter hun.

-Vi kan formidle mer og bedre kunnskap om årsaker til alkoholbruk, de fysiske og psykiske virkningene av alkohol og økt alkoholforbruk, og om effekten alkoholbruk har på andre - på familie, venner arbeidskollegaer og tilfeldige folk man har rundt seg. Altså risiko for vold og skade. Og ikke minst formidle kunnskap om virkninger av tiltak. Tiltak som enten er ment å øke tilgjengeligheten, som det har vært flere av de siste tiåra, som flere vinmonopol, selvbetjente vinmonopol, utvidelse av skjenketidene og taxfreehandel, og tiltak for å redusere

Bilde: Håkon Mosvold Larsen ///
NTB scanpix



tilgjengeligheten, som strengere håndheving av aldersgrensa. Folkehelseinstituttet er helt klar på at hun anser tilgjengelighet og pris som de mest virksomme alkoholregulerende tiltaka, og at vi i Norge de siste åra ikke har benyttet oss av disse virkemidlene i særlig grad. Vi har derimot fått en relativ prisreduksjon og en betydelig bedre tilgjengelighet. Hun ser på Sirius som et forskningsinstitutt som har vært veldig god på å se på nettopp virkninga av samfunnsmessige tiltak, som skjenketider og endringer i regulering av pris og tilgjengelighet, og på årsaker til og endringer i alkoholbruk, og fordeling av bruken i befolkninga.

- Målet mitt er at Sirius' inntreden i Folkehelseinstituttet skal føre til en mer helhetlig kunnskapsproduksjon knyttet til alkohol og andre rusmidler.

IKKE OPPLØSNING AV RUSFELTET

Foranledninga til at Aksent har lyst til å snakke med direktøren ved Folkehelseinstituttet (FHI), er nettopp den at instituttet 1. januar i år spiste Sirius (Statens institutt for rusmiddelforskning). For noen år tilbake la Helsedirektoratet ned rusavdelinga der og spredde alle ansatte rundt i andre avdelinger, og fra januar neste år har samme direktorat bestemt at magasinet Rus & Samfunn skal legges ned.

Vi lurar på hvilke tanker Stoltenberg har om denne oppløsninga av rusfeltet som eget felt.

- Dette er ikke en oppløsning av rusfeltet – det er en konsolidering av rusfeltet! svarer hun kontant.

- Innlemminga av Sirius i FHI skal gjøre kunnskapen bedre. Jeg ser på det som en styrking av rusfeltet. Nå vil vi kunne se det mer helhetlig. Hun understreker at kunnskap om rusmidler fortsatt skal prioriteres høyt, og mener at rus spiller en så stor rolle i samfunnet og for folkehelsa, at dette fagfeltet må integreres bredt. Men hun underslår ikke at dette kommer sammen med at regjeringa kutter i FHIs budsjetter.

- Regjeringa ønsker å redusere antall ansatte i statsforvaltninga generelt, og det er klart det er en utfordring å få budsjettkutt. Men det er en annen sak, og rammer ikke rusfeltet spesifikt. Innlemminga av Sirius i FHI ser hun først og fremst fordeler ved - ikke ulemper.

UROLIGE SIRUSFORSKERE

Sirusforskerne sjøl derimot, så for seg opptil flere ulemper i forkant av dette. De var blant annet urolige for at de ikke skulle få beholde det reine samfunnsvitenskapelige perspektivet på rus- og tobakksforskninga. Er den uroen berettiga, undrer jeg.

- Jeg tror ikke det, svarer direktøren som sjøl har grunnfag i sosiologi og mellomfag i medisinsk antropologi. - Vi trenger tvert i mot nettopp å styrke det samfunnsvitenskapelige perspektivet i folkehelseanalysene og -arbeidet. Siriusforskerne bekymra seg også



Thorvald Stoltenberg har også //
engasjert seg i den narkotika-
politiske debatten de siste årene.
(Bilde: Pål Hanse, NTB Scanpix)

for at de ikke lenger skulle få uttale seg like fritt i kontroversielle saker som de kunne ved Sirius, ei bekymring det ifølge Stoltenberg heller ikke er noen grunn for. Ingen sjef ved instituttet skal godkjenne hva en forsker går ut i media med, lover hun.

- De kan ytre seg like fritt som før – og det har de allerede gjort. Karl Erik Lund er i Dagsnytt 18-studioet akkurat nå faktisk, og argumenterer for e-sigaretter, med et annet standpunkt enn det ledelsen i Folkehelseinstituttet har gitt uttrykk for i vår høringsuttalelse. Direktøren oppfordrer likevel alle til å snakke med kollegaer og ledere om hva de vil gå til mediene med, og klargjøre sin rolle ved instituttet. Det er et ønske, ikke et pålegg, understreker hun. Hun har ikke det aller minste problem med å forstå skepsisen Siriusforskerne har hatt i forkant av innlemminga. Hun skjønner godt at man blir bekymra for det de nå har vært utsatt for. De har i mange år hatt en ganske stabil situasjon med ei tett gruppe som har jobba sammen. Hun synes alle spørsmåla de stiller nå er viktige å stille.

SAMMEN ELLER SPREDT?

Og det blir flere spørsmål å stille, for det er flere endringer på gang. Fra 1.april skal Folkehelseinstituttet omorgan-

iseres internt, og jeg lurar på om rusforskninga skal fortsette å være en egen enhet som nå, eller om de som jobber med rus skal spres for alle vinder som i Helsedirektoratet.

- Det spørsmålet vet jeg ikke svaret på. Vi begynte denne prosessen i forrige uke.

*Viktig og naturlig å bygge ut
rådgiverrollen rundt et rusmiddel
som har en så dominerende
plass i samfunnet som
alkohol.*

Mer får jeg ikke ut av henne - ingen antydninger og ingenting om hva som er hennes egne preferanser. Men en ting får vi vite, og det er at det er viktig for henne hva rusforskerne sjøl mener om saken, og at de som driver med rusforskning vil være viktige når det gjelder å påvirke hva FHI skal jobbe med videre.

- Men jeg kan selvsagt ikke love at alle vil være enige hele veien.

Det hun derimot kan love er at rusproblematikk skal være synlig i Folkehelseinstituttets arbeid framover.

"ENTEN/ELLER" SKADER SAKEN

Det står mange viktige diskusjoner i rusfeltet fortida – ikke bare diskusjonen om hvorvidt det skjer en oppløsning av feltet eller ei, og eventuelle konsekvenser av det. Også saker som avkriminalisering og legalisering av rusmidler, særlig av cannabis, og spørsmålet om heroinassistert behandling, er temaer som kan få sinnene i kok i alle leire.

Begrepet "leire" provoserer direktøren. - At diskusjonene dreier seg om "enten/eller" er et problem for rusfeltet. Det skader saken at det ofte dreier seg om om man tilhører den ene eller den andre "leiren". Vi må være mindre ideologiske og mer kunnskapsorienterte framover. Men da trengs det også mer og bedre kunnskap. Det foregår mange endringer i reguleringene rundt omkring i verden nå, og det er viktig å følge med.

Hun mener vi kan få svar på viktige spørsmål de neste fem åra - avhengig av om vi får data og gode studier.

Faren hennes, Thorvald Stoltenberg, er av dem som helt klart bekjente seg til en "leir" da han la fram Stoltenbergutvalgets rapport på tampen av 2010: Han gikk sterkt inn for legalisering av cannabis og for forsøk med heroinassistert behandling. Og kommisjonen Global Commission on drug policy, som han er en del av, la i 2011



Camilla Stoltenberg har vært // direktør ved Folkehelseinstituttet siden 2012. Her med helseminister Bent Høie. (Bilde: Håkon Mosvold Larsen / NTB scanpix)

fram en rapport som ber verdens stater om å eksperimentere med avkriminalisering og legalisering for å få has på narkotikakarteller og kriger, og om å omdefinere problemet fra kriminalpolitikk til helsepolitikk.

NØDVENDIG DISKUSJON

- Diskusjonene som utvalget og kommisjonen har satt i gang er nødvendige, mener datter Stoltenberg.

Hun mener både forbud og legalisering har positive og negative sider, og at det som må være avgjørende er helheten i narkotikapolitikken, både i den norske og den globale, som vi ikke kan komme utenom at Norge er en del av.

Skader saken at det ofte dreier seg om man tilhører den ene eller den andre "leiren"

- Vi må se i hvilken grad narkotikapolitikken fører til krig, vold, korrupsjon, skjøre stater, umenneskelig behandling av folk med ruslidelser og brudd på menneskerettigheter. I mange land er tilbudet kun strenge fengselsstraffer – ingen behandling. Menneskerettigheter og helse er avgjørende hensyn i narkotikapolitikken. Hun understreker at hun ikke oppfatter seg som liberal når det gjelder narkotikapolitikk, men ser at det også i Norge er noen store dilemmaer knytta til denne politikken.

- Jeg er enig med kommisjonen i at den narkotikapolitikken vi har i verden

i dag ikke fungerer. Men vi ser jo også at det er gjort vesentlige endringer i narkotikapolitikken i Norge innenfor det rammeverket vi har hatt hele tida.

Det hun er litt bekymra for er at vi har gjort endringer uten å ha satt opp ordentlige systemer for å innhente pålitelig kunnskap om hva som er konsekvensene av endringene.

- Når det gjelder heroinassistert behandling har flere eksperter pekt på at det å teste ut andre substitusjonsbehandlingsformer i tillegg til metadon og Subutex, er noe man bør gjøre, og at heroinassistert behandling kan være en av dem.

- Uten skadebegrensning og behandling har man en umenneskelig narkotikapolitikk. Men skadebegrensning handler først og fremst om å ha omsorg for dem som lider og er syke, det er ikke svaret på hvordan en forebygger at ruslidelser oppstår. Et viktig spørsmål er hvordan vi skal avveie de hensynene, i den grad det kan være motsetninger mellom de to gode formålene.

TETT PÅ RUSLIVET

Camilla Stoltenberg har ikke bare faglig kjennskap til rusfeltet og ruslidelser. Hun har hatt det tettere på livet enn de fleste: I 2001 sto Lillesøster Nini fram i offentligheten med rusavhengigheten sin. I 2014 døde hun.

Det har hatt stor innvirkning på henne. Det gjorde et sterkt inntrykk å se hva rusavhengighet og ruslidelser er. Det skremte henne veldig, og hun har blitt mye mer engstelig for rusmidler

enn før.

- Det er vanlig å være sårbar for rusavhengighet - rusmidler er så tilgjengelige. Men jeg har også opplevd at det har vært en forbedring i holdningene når det gjelder å forstå at dette er sykdommer – dette er lidelser. Den frie viljen har stusselige kår hvis du er rusavhengig.

- Du ser på rusavhengighet som sykdom?

- Ja, det gjør jeg. Det betyr ikke at det ikke er avgjørende å bruke egen viljestyrke til å forsøke å komme ut av det. Men jeg har sett folk med enormt sterk viljestyrke og store talenter på andre områder, som ikke har klart å komme seg ut av rusavhengighet. Nini var av dem. Det å se hvor styrt en blir av det og hvor gjennomgripende det er i livet, har gjort sterk inntrykk.

Også på det faglige engasjementet hennes har det hatt innvirkning – det har styrka holdninga hennes til at det gjelder å være medmenneskelig, saksorientert og ikke fordomsfull, forteller hun.

- En skal stille spørsmål – slik jeg ser at mange gjør i den nye debatten om narkotikapolitikk. Nå er det mulig å komme fram med standpunkter som det for bare få år siden nesten var umulig å uttrykke offentlig. Det er bra.

ØNSKER OPPMERKSOMHET PÅ FOREBYGGING

Camilla Stoltenberg kommer ens æren til kontoret sitt på Sagene i Oslo for å snakke med Aksent. Det er fredag

ettermiddag og etter normal arbeidstid for de fleste. Om et par timer skal hun i Operaen der sønnen hennes danser i kveld. Hun vil gjerne "snakke med" medlemmene til IOGT, forteller hun. Hun snakker i det hele tatt gjerne med pressen – av alle slag, store som små, breie som smale.

- Du er en ganske profilert FHI-direktør. Hva slags rolle ønsker du å spille?

- Jeg ønsker å bidra til at forebygging får oppmerksomhet, til at behovet for forskningsbasert kunnskap i folkehelsepolitikken får oppmerksomhet og til at "virker dette?" blir et mer naturlig spørsmål i alt vi gjør. Og så ønsker jeg å bidra til at endringer blir innført slik at vi kan undersøke om de virker eller

ikke. Jeg ønsker også oppmerksomhet om hvordan Folkehelseinstituttet kan bidra til alt dette.

Hun ønsker å nå alle. Ønsker å få folk flest sin oppmerksomhet rundt hvordan vi kan forebygge sykdom. For å forebygge sykdom er ikke alltid så lett - det er i liten grad noe det blir satt av penger til. Det er ikke som sykehus. Derfor må hun ha med seg hele befolkninga.

Ønsker å bidra til at forebygging får oppmerksomhet

- Det handler veldig ofte om de nesten usynlige endringene. Det at alle gjør litt.

Det for eksempel å få alkoholvanene litt endra i befolkninga, kan gjøre store utslag på dødeligheten, sykkeligheten og skadene. Det å bidra til økt bevissthet om og interesse for, forebygging, og det å fremme helse i hele befolkninga, både fysisk og psykisk helse, er et mål for meg.

Og så ønsker hun å bidra til at vi ser Norge i en global sammenheng. At endringer i narkotikapolitikken i Latin-Amerika også er viktig for oss.

Folkehelsedirektøren favner ikke bare Norge. Hun favner hele verden.



Lillesøster Ninnis rusavhengighet // har hatt stor innvirkning på henne, både personlig og faglig. Her med bror Jens Stoltenberg. (Bilde: Ørn E. Borgen, Aftenposten)

AV HANNE CECILIE WIDNES

EN MER SAMLET BEVEGELSE



Leder i IOGT, Hanne Gade //
Ringa, leder i Juvente Maria
Elizabet Aspen og leder i
Juba Ida Braathen.

For 50 eller 100 år siden var IOGT en del av en sterk og kjent bevegelse. Kan vi igjen bli viktig samfunnskraft arbeide tettere og profilere oss samlet?

Enten du var ungdom, barn eller voksen kunne du forrige århundre være med i en organisasjon som bar navnet "godtemplar" i seg. Derfor gjenkjente folk oss når de møtte oss eller deltok i aktivitetene våre. Uansett alder. Mye har skjedd i bevegelsens snart 140 år gamle historie, og både samfunnet, organisasjonene og navn er forandret. IOGT Junior og Norsk Godtemplar Ungdom (NGU) har slått seg sammen med DNT sine barne- og ungdomsorganisasjoner og fått nye og appellerende navn i Juba og Juvente.

ENGASJERER TUSENVIS

I mellomkrigstiden hadde våre organisasjoner til sammen over 100 000 medlemmer. I dag er vi rundt 6000 medlemmer,

men vi involverer, engasjerer og mobiliserer mange tusen mennesker hvert år. IOGT gjør det gjennom Sterk&Klar, Hvit Jul, Enestående Familier, Sammen om Nøden, frivilligsentraler, Solhaug forebyggingscenter, Åsane folkehøyskole, gjennom kulturelle og politiske møter og gjennom utspill i media om ruskultur og politikk. Juvente samler ungdom og har høy medieprofil blant annet gjennom den landsdekkende Skjenkekontrollen der de med testkjøp avslører at det er lett for barn å få kjøpt øl i butikken. Juba har barneaktiviteter, teater og leire og hjelper barn gjennom Trygg Oppvekst.

Også i internasjonale spørsmål er vi aktive og synlige. Vi driver et effektivt bistandsarbeid og internasjonalt rus-

politisk påvirkningsarbeid gjennom organisasjonen FORUT som vi eier sammen. Barn i over 1500 norske barnehager og skoler møter FORUT gjennom barneaksjonen hvert år.

STOR ANERKJENNELSE

Vi opplever stor anerkjennelse for arbeidet vårt. Norske skoler er stolte av å gjennomføre IOGTs og Jubas programmer, og barnehagene opplever det meningsfullt og viktig å være med på barnehageaksjonen vår. Stortingspolitikere jobber for at nettopp Sammen om nøden skal sikres driftstilskudd og Juvente setter politisk dagsorden med å synliggjøre slepphendt ølsalg.



Enten du var med som ungdom, barn eller voksen kunne du i forrige århundre være med i en organisasjon som har "IOGT" i logoen og snakket om seg selv som "godtemplarer"

Vi kan ha mye å vinne på at våre fire organisasjoner blir en mer samlet bevegelse.

DETTE ER SAKEN: IOGT i Norge leter etter et nytt navn som beskriver dagens organisasjon og som peker fremover. **FORUT Norge** vurderes som felles navn på vårt nasjonalt og internasjonalt arbeid. **FORUT** er en bistandsorganisasjon som eies og styres av IOGT, Juvente og Juba. Det er igangsatt en prosess for å styrke IOGT, Juba, Juvente og Forut som bevegelse

LITE KJENT

Likevel er det sjeldent at folk vet at det er den samme bevegelsen de møter på alle arenaene. Derfor vet også alt for få om den brede kompetansen vår bevegelse representerer på rusfeltet både nasjonalt og internasjonalt. Vi har gode eksempler på organisasjonsfamilier som profilerer alt arbeidet under samme navn. Som Røde Kors og Blå Kors. Vår svenske søsterorganisasjon profilerer seg samlet som "IOGT-NTO-rørelsen" og er kjent under samme navn både i det nasjonale og internasjonale arbeidet.

IOGT jobber nå systematisk med å synliggjøre oss gjennom alle våre aktiviteter. Medlemmer, frivillige, støttespillere og givere vil gjenkjenne IOGT i møte med alle våre aktiviteter. Alle skal ha samme grafiske uttrykk og like logoer der IOGT er synlig.

FORUT-BEVEGELSEN?

Nå har Juba, IOGT og Juvente igangsatt en utredning for finne ut om det er fordeler å hente for alle organisasjonene i bevegelsen ved at vi samarbeider tettere. "Det nedsettes det komite bestående av leder og generalsekretær fra hver av de fire organisasjonene. Komiteens mandat er å utrede utfordringer, muligheter og konsekvenser ved at IOGT endrer navn,

med særlig fokus på navn knyttet til Forut (Norge el.) og at vi som bevegelse benevner oss som Forutbevegelsen", heter det i et vedtak som alle de tre organisasjonene har sluttet opp om.

NYTT NAVN PÅ IOGT

Hva dette ender med er åpent. Utgangspunktet er at IOGT er på jakt etter et nytt navn som på en bedre måte beskriver vårt samfunnsoppdrag og peker fremover. I denne prosessen har "Forut Norge" kommet opp som et alternativ. Fordi det er godt innarbeidet og fremtidsrettet navn som assosieres med forebygging, og fordi det kan være en fordel å synliggjøre vårt nasjonale og internasjonale arbeid under samme navn. Det ligger også en mulighet for at alle de tre eierorganisasjonene kan benevnes å tilhøre "Forut-bevegelsen", selv om Juvente og Juba beholder sine navn. Samtidig som IOGT også vurderer andre navn har alle Foruts tre eierorganisasjoner vedtatt å utrede konsekvensene ved at vi bruker Forut-navnet til å omfatte en større del av virksomheten. Det viktigste med denne prosessen er likevel muligheten for at vi igjen kan fremstå som en bevegelse: "Vi mener det er ønskelig å komme tilbake til en situasjon med en større grad av bevegelses-tenkning for å styrke ideologi

og ideutvikling samt å øke synlighet og gjennomslagsvevne," heter det i grunnlagsdokumentet de tre organisasjonene nå jobber ut fra.

MANGE UTFORDRINGER

Organisasjonene er enige om at det er skjær i sjøen, slik det samme grunnlagsdokumentet beskriver: "Vi ser at dette ikke er enkelt, og at det er flere utfordringer med en mer samlet tankegang. Omdømmet til en organisasjon vil i sterkere grad påvirke de andre organisasjonene. Vi må se på hvilke utfordringer som ligger i forskjellene mellom organisasjonen. Vil det å være en ungdomsorganisasjon (som Juvente) lide under av å være koplet sammen med en organisasjon med mange gamle medlemmer (som IOGT)? Vil det å drive informasjonsarbeid om Nord-Sør-spørsmål (som FORUT) eller drive innsamlings tiltak til det samme, lide under av å være koplet sammen med organisasjoner som har en forpliktelse for medlemmer at de ikke drikker alkohol? Organisasjonsegoisme, merarbeid og det at Juba og Juvente har en "moderorganisasjon" til er andre utfordringer. Samtidig burde det være mye å hente ved mer effektiv bruk av ressurser, sterkere synlighet for alle og bedre rekruttering og bruk av felles nettverk."

GOD FOREBYGGING GIR BEDRE INTEGRERING

Flyktninger, asylsøkere og integrering.

Det går ikke en dag uten at mediebildet preges av debatter og uenigheter om hvordan vi skal møte og håndtere utfordringer knyttet til dette.

AV JAN TORE EVENSEN

Da vi startet opp prosjektet Intro i 2014, var det for å drive forebyggingsarbeid rettet mot målgruppen nyankomne innvandrere, forteller prosjektleder Mirjeta Emini.

ENKLERE INTEGRERING

- Rusforebygging i seg selv er viktig og nødvendig, men vi oppdaget fort at forebygging kan brukes som et verktøy for å skape samhold mellom mennesker og gjøre integreringsprosessen litt enklere. Litt forenklet kan vi si at integrering handler både om at vi må gjøre en jobb for å integrere de som kommer hit med at de som kommer hit samtidig gjør en innsats for å bli integrert. IOGTs bidrag til forenkle denne integrasjonsprosessen er blant annet Intro.

ALKOHOLKULTUR ET HINDER

- Vi vet at norsk alkoholkultur antas å være et hinder for integrering, sier Emini. - Hvis man kommer fra et samfunn eller miljø der alkohol ikke er vanlig, vil man kvie seg for å bli med på fest der flaskene fort dukker opp på bordet og majoriteten av festdeltakerne er godt brisne tidlig på kvelden. Man dropper kanskje lønningpilsen fordi man føler man ikke har noe der å gjøre siden man ikke drikker alkohol. Kanskje man til og med legger begrensninger på hva man

tillater at barna blir med på av fritidsaktiviteter, fordi man er redd for at de vil komme i kontakt med alkohol.

STARTET I 2014

Siden starten i 2014 har Mirjeta vært ute i seks kommuner og møtt innvandrere. - Med Intro kommer vi inn introduksjonsprogrammene i ulike kommuner. Vi snakker om norsk alkoholkultur og alkoholpolitikk, hvorfor foreldreengasjement er viktig, og hvordan man som voksen kan og bør engasjere seg i lokalsamfunnet. Vi oppklarer og retter opp misforståelser som "alle nordmenn drikker", "nordmenn drikker mye", eller "de synes det er greit at ungdom drikker". Konklusjonen blir fort at vi alle vil det samme for barna våre – vi vil at de skal ha en trygg oppvekst og bli gode og trygge voksne. Dette er ikke så forskjellig fra hvordan vi tenker i andre forebyggingsprogrammet som vi driver, som Sterk&Klar.

GODE TILBAKEMELDINGER

Mirjeta forteller at erfaringene fra møtene er svært gode. -Det som går igjen hver eneste gang vi besøker en gruppe, er hvordan elevene forlater rommet med et stort smil om munnen og en lettelse over å endelig forstå en del "norske" fenomener som blant annet dugnad, forel-

dremøter og foreldreengasjement. Vår alkoholpolitikk imponerer, og når vi forteller at dette handler om politikk – "Og hvem velger politikere? Jo, vi og dere" – er vi også plutselig innom demokratiet som styringssystem og mulighetene for å påvirke.

Mange kommer fra land der en stemme lagt i valgurnen bare er et spill for galleriet.

Etter foredragene har hun også opplevd flere rørende møter. -Det kommer som regel flere elever opp for å takke og håndhilse. Vi har til og med opplevd en mor som i tårer kom for å takke og gi en klem – vi tok opp et tema som til nå hadde skapt mye hodebry for henne og vært en kilde til konflikt mellom henne og tenåringsdatteren.

VIKTIG INTEGRERINGSARBEID

Det er ingen tvil om at IOGT i Norge med dette prosjektet driver viktig forebyggings- og integreringsarbeid, mener Emini. Helsedirektoratet har hittil støttet prosjektet, og i skrivende stund er søknaden for 2016 til behandling. - Vi er ønsket velkommen tilbake på steder vi har besøkt tidligere år, og det er helt klar at Intro påvirker elever og lærer på en positiv måte.

- Vi gleder oss til å ta fatt på nye oppdrag, avslutter Emini.

Alkoholavgifter

Alkohol er dyrt

"Delen om dialog og kontakt, kommunikasjon mellom voksne og barn synliggjorde på en god måte at samtale er bedre enn rein kontroll og forbud. Fikk inntrykk av at mange fikk noe å tenke på der, for forbud er ofte den "enkleste" løsningen når man er redd for det nye og ofte skremmende i et nytt land med en annen kultur.(...) I dagene etterpå tok jeg opp temaet i gruppene jeg har, B1 og B2, og responsen fra deltakerne var meget god".

Dette er et utdrag fra en tilbakemelding fra en av lærerne ved Kongsberg norsksenter.

Prosjektleder i Intro //
Mirjeta Emini

MYTER OG FAKTA OM CANNABIS



Den politiske debatten om ruspolitikk ligner ikke de vanlige politiske debattene. Her er bruken av roper og negative merkelapper på meningsmotstandere steget opp fra kommentarfeltet til kronikkplass. **Diskusjonen fortjener bedre.** En debatt om ruspolitikk bør baseres på forskning og fakta, ikke ønsketenkning og myter.

AV MINA GERHARDSEN, GENERALSEKRETÆR I ACTIS

Vi møter sterke meninger og påstander om hva som er virkelighet og fakta i den ruspolitiske debatten. Noe er rett, noe er feil og noe vet vi rett og slett ikke nok om til å trekke bastante konklusjoner. Mer forskning vil alltid være ønskelig. Men vi har nå kunnskap som gir et godt grunnlag for å utforme en narkotikapolitikk tilpasset norske forhold, som er følgende:

1. Vi har lavere ungdomsbruk enn de fleste. Når vi sammenligner bruk blant norske ungdommer med snittet for Europa, ligger det langt lavere enn resten, med 5 prosent mot 17 prosent (ESPAD 2011). Ungdataundersøkelsen viser en klar nedgang i cannabisbruk blant norsk ungdom siden slutten av 1990-tallet, da 12 prosent oppga å ha prøvd.

2. Cannabisbruk er ikke vanlig. Å røyke cannabis er ikke noe "alle gjør". I Norge oppgir 4,2 prosent i aldersgruppen 16-64 år at de har brukt cannabis det siste året, og 1,7 prosent oppgir at de har brukt cannabis siste måned. Litt mer enn én av fem (20,9 prosent) sier at de har brukt eller prøvd stoffet en eller annen gang i livet (Sirus 2015). De fleste som har prøvd, prøver én til to ganger, og så blir det med det. Noen miljøer skiller seg ut, som ungdomsmiljøene i Asker og Bærum, der 23 prosent av elevene ved videregående har brukt siste år, mot 9 prosent ellers i landet (Ungdata 2014).

3. Nordmenn ønsker et fortsatt forbud. I en undersøkelse gjennomført av Sentio Research på oppdrag fra Actis støtter 83 prosent et forbud, mens kun 12 prosent ønsker å legalisere cannabis. Dette samsvarer med resultatet fra

lignende meningsmålinger. Forbudet har flere formål: det begrenser tilgjengelighet, det gir en mulighet til å gripe inn tidlig mot begynnende rusproblemer, som gjennom de nye ungdomsreaksjonene, og det bidrar til holdninger. I samme undersøkelse spurte vi om folk trodde flere ville bruke cannabis dersom det var lovlig. Hele 84 prosent svarte ja på dette. Lovene påvirker både våre holdninger og handlinger og har derfor betydning.

Vi kan gjerne se til andre land for å lære. Det er aldri skadelig å høre hva andre mener og gjør. Men vi må utforme vår ruspolitikk ut fra vår kontekst, der ungdomsbruken er lav og den allmenne bruken også svært begrenset. Det er viktig å være føre var her og ta vare på det som faktisk er positivt og forsterke det vi gjør som virker, som våre nye, alternative reaksjoner på rusbruk.

Argumentene mot cannabis var på et tidspunkt for dårlig forankret i forskning og realiteter. Budskapet om "fra hasj til helvete" stemte ikke med inntrykket folk hadde. Kanskje fordi man tok i for hardt da, har motbølgen gått for langt den andre veien, med et skapt inntrykk av at cannabis er nærmest harmløst. Vi trenger et mer balansert perspektiv:

1. Det går bra med de fleste. På samme måte som med alkohol er det et fåtall som utvikler avhengighet. De fleste som prøver cannabis får ikke varige skader. Blant annet fordi de aller fleste prøver noen få ganger, og så aldri mer. I likhet med alkohol påvirkes risikoen av hyppighet og styrke. Jørgen Bramness, forsker ved Seraf, anslår at av unge som



SATSING PÅ FLERE FORELDRE MED I STERK&KLAR

AV HANNE CECILIE WIDNES

Hvert år møtes formidlere i Sterk&Klar til en erfaringsutveksling. I år skjedde den på Sola strandhotell utenfor Stavanger. Spesielt i år var at prosjektet står foran store endringer med ny prosjektleder, endring i måten vi rekrutterer formidlere på og revideringen av innholdet.

27 SKOLER

Sterk&Klar har i dag samarbeid med 27 norske ungdomsskoler. Der treffer vi foreldrene gjennom fire møter med forelesninger og samtaler om foreldrene som rollemodeller, omsorgspersoner og grensesettere. Målsetningen er å hindre at ungdommene kommer for tidlig i kontakt med alkohol og andre rusmidler. I to av møtene har vi satt av tid til at foreldrene kan diskutere, bli kjent og finne frem til noen felles kjøreregler og grenser. Sterk&Klar har vært evaluert av Bergensklinikkene som dokumenterer at barn av foreldre som har deltatt i Sterk&Klar debutterer senere, drikker mindre og sjeldnere og har bedre forhold til foreldrene enn kontrollgruppen som ikke har deltatt i programmet.

Utbredelsen av programmet har i dag vært begrenset av at vi har hatt relativt

Omsorgsfulle og tydelige foreldre gir god rusforebygging i ungdomsmiljøene. Nå legger LOGT om prosjektet Sterk&Klar slik at vi kan nå enda flere skoler.

få gode forelesere som kan holde foreldremøter. I tillegg har honoraret til hovedforeleseren vært kostbare. Det er store begrensninger i hvor mye de enkelte skolene og kommunene er villige til å betale for å delta i Sterk og Klar. Det gir liten økonomisk bærekraft og begrenser muligheten for spredning. Vi vil derfor bygge videre på de gode erfaringene vi har med rekruttering av dyktige folk som kan gå inn i formidlingskorpset. Vi vil også vurdere om ikke dette programmet i større grad kan brukes som et nyttig verktøy for SLT-konsulenter, helsesøstre, lærere etc. som disse kan benytte innenfor egen arbeidstid.

INVOLVERE MER

Vi vil også i enda større grad involvere foreldrene og legge til rette for erfaringsutveksling, nettverk og dialog. Derfor setter vi av tid til samtale i grupper i alle fire møtene.

Sterk&Klar har i alle år gjennomgått revisjoner og forandringer for å være oppdatert nyeste forskning og på samfunnsutviklingen. I denne runden gjør vi en helhetlig gjennomgang av programmet for å oppdatere tematikken opp mot de utfordringene foreldrene opplever som relevante på de enkelte trinnene. Sterk&Klar har hele veien hatt et sterkt fokus på psykisk helse og alkoholforebygging. Vi ser at det også er behov for å tematisere narkotika og spilling/sosiale medier.

NY FAGLIG RÅDGIVER

Arne Klyve har blitt ny faglig rådgiver i Sterk&Klar. Han er samfunnsviter og pedagog, og arbeider som seniorrådgiver i rusfeltet i Bergensklinikkene og ved kompetansesenter for læringsmiljø (BKL). Klyve har ledet flere nasjonale og internasjonale forebyggingsprogrammer og har et sterkt engasjement for å fokusere på foreldre og foresatte som de viktigste forebyggerne. Han er også forfatter og har nettopp gitt ut boken "Sinte, unge, villfarne menn. Vårt medansvar".

Debutalderen i Norge for spritdrikking er cirka 15 år. På tross av aldersgrense og Vinmonopol.

prøver cannabis mer enn fem ganger, blir 17 prosent avhengige. Dagens cannabis har et mye høyere innhold av virkestoffet THC enn før, noe som sannsynligvis øker risikoen ved bruk målt mot tidligere versjoner. Legalisering har ikke ført til svakere cannabis. Noen av områdene med mest potente utgaver av stoffet er Colorado og Nederland, som jo har lovlig eller delvis lovlig salg av cannabis.

2. Biologisk sårbarhet er ofte ukjent. Både norsk og internasjonal forskning, som forskningsmiljøet ved Haukeland sykehus, har dokumentert cannabis som utløsende faktor for psykose – og for langtidsversjonen av dette – schizofreni. En studie fra Storbritannia (Di Forti et al) viste for eksempel at de som brukte såkalt "skunk" (en type cannabis med høyt THC-innhold) daglig, hadde fem ganger så høy risiko for psykose som de som ikke brukte cannabis. Vi vet sjelden hvem som har den genetiske disposisjonen for psykose og dermed hvem som tar en større risiko ved å prøve cannabis. Det er et særlig mål å redusere bruk blant ungdom fordi unge, uferdige hjerner er særlig sårbare. Enkelte studier tyder også på at hyppig cannabisbruk kan føre til permanente endringer i hjernen og reduksjon i IQ.

3. Sosial sårbarhet påvirker. Én av tre elever på videregående skole fullfører ikke på normert tid. Vi har brukt tiår og milliarder av kroner på tiltak her, uten noen bedring. Internasjonal forskning viser klar sammenheng mellom cannabisbruk og risiko for frafall i skolen, i tillegg til reduserte skole- og studiere-

sultater, selv når man kontrollerer for en lang rekke bakgrunnsvariabler (Silins 2015). En aktuell rapport viser at cannabis er en faktor i halvparten av frafallsakene i Danmark (Simonsen 2014). Dette bør også være et tema i vår debatt om frafall. Forskningen viser oss at unge som allerede har utfordringer, som vanskelig hjemmesituasjon, psykiske problemer eller andre faktorer, også er mer utsatt for å få problemer med cannabis.

Dette bør være et sterkt argument for en ruspolitikk som tar hensyn til de sårbare. I den politiske diskusjonen er det ulike syn på om cannabis bør være forbudt eller ikke, men de aller fleste er enige om at det er et mål å hindre at ungdom bruker cannabis. Tilhengerne av cannabislegalisering har derfor brukt som argument at aldersgrenser og kontroll skal forhindre bruk blant mindreårige. Dette er nå prøvd ut i Colorado i USA med lisensierte utvalg og aldersgrense på 21 år. To år etter at Colorado legaliserte cannabis, topper delstaten statistikken over cannabisbruk i USA. Mer enn 20 prosent av barn og unge i alderen 12-17 år oppgir at de har brukt stoffet siste år, og én av åtte ungdommer har brukt stoffet siste måned. Dette tallet er høyere enn i noen annen delstat. Det viser den første nasjonale kartleggingen som er gjennomført etter legaliseringen. Erfaringene så langt tyder på at fjerningen av forbudet har ført til økt bruk – også blant barn og unge under 21 år.

Sammenlikner vi med sprit i Norge er ikke dette resultatet så overraskende. Debutalderen i Norge for spritdrikking

er cirka 15 år, på tross av aldersgrense og Vinmonopol. Høy generell tilgjengelighet gir også økt tilgjengelighet for barn og unge. Erfaringen fra Colorado tyder på at aldersgrensene ikke ser ut til å kunne veie opp for den økte tilgjengeligheten. Vi ser økt bruk i alle aldersgrupper, på ti år har Colorado gått fra 14. til 1. plass i USA når det gjelder cannabisbruk. Samtidig er Colorado blant delstatene med høyest forbruk av alkohol og andre illegale stoffer. Legaliseringen ser altså ikke ut til å demme opp for andre rusmidler, men øker bruken av cannabis. Nasjonalt har USA doblet cannabisbruken på ti år, og andelen som får problemer med stoffet øker samtidig.

Målet for ruspolitikken må være å forebygge og begrense skade på enkeltpersoner og felleskap. Det vi vet fra rusforskningen er at andelen som bruker, påvirker andelen som får problemer. Det gjelder alkohol, og det gjelder etter alt å dømme også cannabis. En ruspolitikk som vil begrense antallet som får problemer, må ha som mål å begrense den generelle bruken. Å satse på en ruspolitikk for de "vellykkede rusbrukerne" vil få store konsekvenser for de sårbare og for samfunnet vårt.

Mina Gerhardsen er generalsekretær i Actis – Rusfeltets samarbeidsorgan.



Sterk&Klar-formidlere i medvind. // Fra h. Håvard Høyland, Odd-Magne Koppen, Anne-Therese Buer, Elna Nilsen og Cecilie Widnes. Foran: Mirjeta Emini og Roy Henning Aaenestad.

HVORFOR ER HVORFOR VIKTIG?

Det vi ikke forstå, kan vi heller ikke søke å endre. Forebygging av alkoholbruk handler om å forstå det å drikke alkohol. Hvorfor atferden etableres og utvikles; hva er **forutsetningene** for atferden.

AV KJETIL VESTERAAS, GENERALSEKRETÆR I JUVENTE



DET Å DRIKKE ER MENINGSFULLT

Det å drikke handler i stor grad om hvilke symboler man omgir seg med. Symboler handler om hvordan man ønsker å framstå overfor omverdenen. Mennesker er heller ikke bare rasjonelle vesener som forfølger gjennomtenkte mål på en planmessig måte. Mange av oss trenger et slags "lekerom" i livet, i en eller annen form. Dersom alkoholbruk er knyttet til dette "lekerommet", så nytter det ikke å argumentere fra "møterommet".

Alkoholbruk handler i liten grad om det fysiologiske ("å drikke er sunt"), eller om atferd ("å drikke er en bra ting å gjøre"), eller om etikk ("det er riktig å drikke"). Likevel vil det ofte være fokus på akkurat slike mekanismer for forebyggingstiltak; "dette gjør alkohol med kroppen din", "pass på deg selv på

julebordet", eller "det å drikke er galt". Ingenting av dette er nødvendigvis feil i seg selv, men dersom man skal påvirke atferd på en måte som er motstandsdyktig trenger man å etablere mening i det å la være å drikke. Vi kan ikke be mennesker om å oppgi noe meningsfullt uten å ha noe annet å tilby. Da må man fokusere på det meningsbærende i det å drikke (eller det å la være), samt fokus på det estetiske; hva slags symboler som viser hvem du er.

Et eksempel; en 16 år gammel gutt er på fest. Han ønsker egentlig ikke å drikke alkohol, og har bare smakt en

gang tidligere. I løpet av festen kommer den peneste jenta i klassen bort til ham, selv om hun nesten aldri har snakket med ham før. Hun gir ham en øl. Plutselig blir det å drikke noe som har enorm betydning. Argumentasjon knyttet til fysiologisk effekt, akutt forhøyet skaderisiko, alkohollov, etikk e.l. vil neppe ha stor effekt. Og opplevelsen av positiv oppmerksomhet varer mye lenger enn rusen.

Alkoholbruk har også en symbolikk som er større enn slike enkeltsituasjoner. I sosiologien snakker man om såkalte "neo-tribes", eller "ny-stammer"; sosiale interessefelleskap som f.eks. ulike subkulturer (f.eks. hip-hop'ere, goth'ere, hipstere eller miljøer knyttet til spesifikke aktiviteter). I slike fellesskap trenger man såkalte identitetsmarkører for å vise at man tilhører. Alkohol vil i mange

miljøer være en slik identitetsmarkør. Da handler det ikke primært om å drikke alkohol generelt, men hvilken type alkohol som drikkes i hvilke settinger. Selv et miljø som preges av høy grad av fyll vil ha sine regler om hvordan man blir full. Jeg vil anta at det å komme med en paraplydrink på en bygdefest vil kunne bryte med noen slike regler. På samme måte vil det å drikke øl av flasken i en mottakelse på en ambassade kunne bryte med regler for den settingen.

EN "SYMBOLSK" HISTORIE

Utfordringen for avholdsstandpunktet er at vi i stor grad mangler disse symbolene på vellykkethet, modenhet osv. Vi har i liten grad etablert egne identitetsmarkører, utover fellesskapet i det å la være. Det kan være lett å tenke at vi klarer oss uten. Følgende historie kan likevel vise noe av potensialet som ligger i å se på symbolikken rundt alkoholbruk: Champagnemerket Cristal, fra produsenten Louis Roederer, ble fra sent nittitalt førstevalget til hip-hop'ere og rappere. Hip-hop-kulturen ble fylt opp av referanser til denne champagnen, som ble symbolet på å være vellykket og rik. Mange artister brukte navnet i tekster, og som en del av sin offentlige fremtreden. I 2006 ble daglig leder hos Louis Roederer, Frederic Rouzaud, intervjuet i The Economist. I intervjuet kom han med uttalelser hvor han fram-

sto som kritisk til hip-hop-kulturens interesse for Cristal-champagnen, og antydte at dette kunne skade merkevaren Cristal. Dette ble i hip-hop-miljøet oppfattet som en nedvurdering av hip-hop-kulturen. Den anerkjente rapperen Jay-Z gikk offentlig ut og uttalte at han aldri ville drikke Cristal, promotere det eller servere det på noen av sine utesteder. Resultatet var at Cristal mistet sin kulturelle betydning, ikke minst fordi en person som Jay-Z, med definisjonsmakt i dette miljøet, gikk ut og forkastet Cristal. Resultatet var at salget falt betydelig. Så sent som i 2009 falt salget fortsatt med 15 %. Champagnen var fortsatt den samme, og hip-hop-kulturen var fortsatt den samme. Koblingen mellom kulturen og symbolet var derimot endret. Og dette hadde stor betydning for bruken.

SYMBOLIKKEN I SYNLIGE AVHOLDSFOLK

Utfordringen til avholdsbevegelsen er altså å ta kontroll på egne symboler, og å gi dem et innhold som kan formidles utover de som deler atferden, altså andre avholdsfolk. Og som må være "salgbart". Dette vil gjøre det mye lettere å synliggjøre avhold som noe mer enn bare et stort "nei" til det andre mennesker finner meningsfylt. Det er nøkkelen til å etablere mening i det å la være. I det ligger muligheten til å gjøre avhold ikke et mål i seg selv, men et symbol som kan

knyttes til noe annet. Det ville gi både avholdsstandpunktet og rustematikken en framdrift og en tyngde som avholdsbevegelsen i seg selv antakeligvis aldri vil kunne få til på egen hånd. Det skjedde i forrige århundre da arbeiderbevegelsen tok avholdsstandpunktet til seg som del av sin kamp for bedre levekår. I vår tid kan spørsmålet være hva som skulle få miljøforkjempere, folk opptatt av kropp og helse, hip-hopere eller aktivister på ulike områder til å ta til seg avholdet. Det krever imidlertid at vi gir slipp på "eneretten" til vårt viktigste symbol, nemlig atferden vår. Samtidig må vi ta kontroll og bruke det viktigste vi har; engasjementet, og bruker det til å fylle symbolet med synlig innhold. Det blir helt nødvendig dersom vi skal finne andre engasjerte mennesker, selv om de er engasjert på helt andre områder.



ØLBILDE TIL BESVÆR

AV JAN TORE EVENSEN



Er å legge ut et bilde av deg selv på Facebook hvor du drikker ett glass øl å utfordre alkoholnormen og alkoholkulturen, eller er det å spille på lag med den?

Oscar Jalkevik, medlem i sentralstyret i vår søskenorganisasjon IOGT-NTO, ble beskyldt og hyllet for begge deler etter et restaurant-besøk i fjor. – Jeg hadde selvsagt håpet på en reaksjon når jeg la ut bildet, forteller han. – Men snarere mer i stil med “Oj, drikker Oscar øl?. Han er jo nykterist. Ja, nettopp, ja det finnes jo alkoholfritt øl. Jeg hadde vel forstått at noen skulle være negative, men ikke så mye som det ble. Noen reaksjoner kan jeg til en viss del forstå, fremfor alt blant de medlemmer som har ett alkoholmisbruk bak seg.

GAMMEL DISKUSJON

Temaet hvordan man bør forholde seg til alkoholkulturen rundt seg er ikke ny i IOGT. I “Håndbok for Losjer” i IOGT fra begynnelsen av 1900-tallet gis det tips til hvordan medlemmer bør forholde seg i selskap når det skal skjenkes vin. – “Jeg vil ikke nekte å skjenke i glasset, men jeg håper at frøkenen lar giften stå” foreslås som et svar. Som forfatteren sier gjelder det å markere sitt standpunkt på den minst støtende, men kanskje derfor mest virksomme måte.... Skåling var innenfor, men oppfordring til å drikke skulle man helst forsøke å unngå. Når man arbeider med alkoholkultur ser man raskt at dette handler om mer enn å drikke eller ikke drikke alkohol. Drikkingen er omgitt av et knippe ritualer som gjennom tiden har gitt noen IOGT-ere hodebry i hvorvidt man skulle være med på ritualene og eller lage helt egne ritualer.

– Når jeg legger opp det her bildet på min private Facebook så vet alle at det er alkoholfritt, da får det den effekten som jeg håpet på, sier Jalkevik. – Om jeg drik-

ker alkoholfritt, men alle rundt meg tror det er vanlig øl, da har det ingen effekt, men bidrar heller til å styrke alkoholnormen.

DET VIKTIGE ER IKKE HVORDAN DU DRIKKER

En rask undersøkelse blant IOGTere i Norge viser at Jalkevik stort sett får bred støtte. Selv om ikke alle ville lagt ut bilder av at de drikker øl på Facebook forstår de hensikten. Noen er opptatt av at det er grenser for hvor sosialt utskudd man skal gjøre seg til, men at det viktigste er å vise at det faktisk ikke er så stor forskjell å ikke drikke. – Det er lettere å reformere enn å revolusjonere, sier Svein Sæterdal, leder i IOGT Lambertseter. – Det viktige er ikke hvordan du drikker, men hva du drikker. Å avstå fra å skåle med kollegaer og venner i festlig lag er en konfrontasjonslinje som virker sosialt ekskluderende og en opptreden som neppe tjener verken gleden eller edruskapen, sier han, som også kunne ha sprutet champagne på konkurrentene og drikke fruktchampagne (som Bjørndalen) om han hadde hatt sjansen.

TRIST AT BARN LÆRER SEG RUTINENE SÅ UNGE

Liv Karin Slåttebrekk Stenberg, tidligere styremedlem i IOGT og IOGT International følger kotymen når hun er i “dannet” selskap ved å skåle og holde vinglasset om hun er så heldig at de har alkoholfritt vin. – Jeg ønsker meg bedre tilbud av alkoholfri vin på restauranter, sier hun. – Er dritt lei eplemost og annen juice. For meg er det en viktigere sak enn om vi avholdsfolk skal bygge opp under dagens drikkekultur ved å bli med på en skål, eller ta initiativet til en for den saks skyld.

Samtidig er hun ikke helt komfortabel med at sønnen på 5 år har lært at man skal

Er å legge ut et bilde av deg selv på Facebook hvor du drikker ett glass øl å utfordre alkoholnormen og alkoholkulturen, eller er det å spille på lag med den?



TENKER PÅ AT JEG KAN MISFORSTÅS

– Når det gjelder å poste bilder av drikke av alkoholfritt øl, er jeg personlig litt forsiktig med det, sier Maria Elizabet Aspen, leder i Juvente. – Det er ikke fordi jeg synes det er noe galt i å drikke alkoholfritt øl, og i utgangspunktet bør det være like greit å poste et bilde av at man drikker alkoholfritt øl, som et bilde av at man drikker en brus. Imidlertid er jeg leder av en ungdomsorganisasjon, og derfor er det mange ungdommer som følger meg i sosiale medier. Noen har kanskje ikke tilstrekkelig kunnskap om forskjellene på alkoholfritt og alkoholholdig øl, eller så har de en bakgrunn som gjør at synet av øl gir negative assosiasjoner – alkoholfritt eller ei. Jeg må ta hensyn til at ungdommene ikke er like sikre i sine standpunkter som det jeg er, og derfor velger jeg å ikke legge ut bilder som kan misforstås. – Jeg synes også det er viktig at noen utfordrer normen, og prøver derfor så godt jeg kan å være en som viser at det går an å gjøre akkurat de samme tingene som alle andre, uten å drikke alkohol. Samtidig mener jeg det er veldig viktig å respektere at ikke alle orker å ta den kampen, og jeg har full forståelse for at det finnes de som ikke ønsker å stå i bresjen for kampen mot alkohol i alle sammenhenger.

Generalsekretær i IOGT, Cecilie Widnes, sier at spørsmålet om hvorvidt man skal skåle eller ikke neppe er det viktigste spørsmålet vi kan jobbe med i organisasjonen. Men at det er viktig å ha en pågående debatt om alkoholkulturen og hvordan den påvirker oss alle, både folk som drikker og folk som ikke drikker. – Dette er noe som var viktig for IOGT tidligere, og som vi må ta med oss inn i vår tid. Har vi kanskje ikke de samme svarene vi har som vi hadde på 20- og 30-tallet, men IOGT skal være med på å sette en dagsorden også på dette.

skåle med glasset. – Hvor han har lært dette vet jeg ikke, men vi kan vel skylde på lek i barnehagen. Jeg synes det er trist at barn på 4-5 år er så omgitt av alkohol at de har lært seg disse rutinene og tar dem med inn i leken.

Det siste er også Unni Kristiansen, som driver barnarbeid i Juba-avdelingen på Bryn, opptatt av. – Det er ikke lett for barn å forstå at det er forskjell på glass med alkohol og glass med alkoholfritt. Så jeg ville ikke lagt ut bilde av meg selv på facebook der jeg drikker alkoholfritt øl eller ser ut som jeg skåler eller lignende.

– Vi vet at alkoholbruk i stor grad er kollektiv atferd, sier Eivind Jahren, også tidligere styremedlem i IOGT. – Dermed blir det “drikketemperaturen” i fellesskapet og ikke den enkeltes tørst som avgjør hvor stort konsumet blir ved det enkelte drikketilfelle. Skålingen bidrar til å høyne drikketemperaturen, og er sånn sett en driver for økt alkoholbruk. Derfor unngår han å skåle, men ser at det ikke nødvendigvis passer for alle.

LIKER FINE, BLANKE GLASS

Karin Vilming, medlem i IOGT Concordia på Lillestrøm liker dårlig når kelneren bytter ut glasset med et som ser enklere ut etter at hun har bestilt drikke. – Jeg liker fine, blanke glass med stett – det gir høytid og stemning. Riktig glass fremhever smaken – det gjelder også alkoholfrie drikker. Jeg ville ikke ha lagt ut bilde av meg selv på Facebook med alkoholfritt drikke dersom det ikke var tydelig at det var alkoholfritt. Men hvis det er tydelig synes jeg det er flott – da er det et ledd i det å fremme alkoholfrie alternativer. Mange føler ubehag ved å bli spurt om hvorfor de ikke drikker, men jeg synes det er mer ubehagelig å ikke bli spurt eller få anledning til å si hvorfor. Uansett hvordan man føler dette, er det lurt å være forberedt på et greit svar.



Claudia Fahlke, professor i psykologi ved universitetet i Göteborg.

AV EVA EKEROTH, ACCENT



Rusen er det som lokker og som får mennesker til å drikke alkohol eller bruke narkotika. Det er også rusen som fører til **avhengigheten.**

DERFOR LOKKER RUSEN

Hjernens belønningssystem i kombinasjon med lysten til å teste grenser og gjøre saker sammen med andre, er forklaringen til hvorfor rusen lokker. Dette i følge Claudia Fahlke, professor i psykologi ved universitetet i Göteborg.

VIL NÅ ET ANNET NIVÅ

- Mennesker har alltid forsøkt å nå ett annet nivå med ulike midler. Det finnes det dokumentasjon på langt tilbake. Til og med det lille barnet har behov for å oppleve sterke følelser, f.eks gjennom å snurre på en huske eller bli kastet opp i luften. Å kjenne den lille gleden over den korte tilstanden, under kontrollerte former, oppleves som positivt. Om det ikke går over tilstrekkelig fort nok blir det derimot ubehagelig.

Lyst og belønning er sterkt koplet til vårt overlevelsesinstinkt, men det er ikke hele forklaringen.

- Utover det finnes det en stor psykologisk faktor. Viljen til å teste noe nytt og strekke grenser er sentralt for at vi skal overleve. Det må vi gjøre for å vite hva som er bra for oss, eller ikke. Men beruselsen er også ett rituale som styrker båndene mellom de som deltar. Følelsen av å inngå i en sammenheng oppleves som positiv. Vi er sosiale vesener, sier Claudia Fahlke.

LIKER RUSEN

Selv rotter og aper liker rusen, forteller hun. Lar man rotter velge mellom vann og en svak alkoholløsning ser man at en gruppe velger å bare drikke alkoholblandingen. Noen drikker på andre siden aldri alkohol, mens majoriteten velger å drikke både vann og alkohol. Av dem som velger å drikke begge er det noen som alltid driver halvparten av hver, mens andre drikker alkohol annenhver dag og lar

være de andre dagene. Det tyder på at det er individuelle forskjeller på hva man foretrekker og hvordan man opplever beruselsen.

- Noen får en sterkere belønning enn andre. Andre reagerer med et sterkt ubehag fysisk på alkohol. Det er genetisk. Mange asiater har ett slikt gen. Personer som har et sterkt kontrollbehov synes ofte også at beruselsen er ubehagelig.

SØKER TIL RUSMIDLER

På forskningsnivå har man ikke kunnet vise at ulike personligheter dras til ulike typer rusmidler.

- Men på individnivå har både jeg og andre sett det. Personer som er utagerende søker seg ofte til rusmidler som virker mer dempende og motsatt. Personer med en psykose-problematikk brukere oftere cannabis siden det delvis demper noen av deres symptomer, sier hun

Noe annet som lokker er at beruselsen løfter individet ut av det daglige - den vanlige sammenhengen.

- Man snakker om en parantes-oppførsel. Det er "her og nå" som gjelder, man får en pause - time-out - fra sitt vanlige liv. Det blir litt mer avslappet og ikke like seriøst. Skulle noe skje, f.eks at man gjør eller sier noe dumt, så skylder man gjerne på rusen, sier Claudia Fahlke.

ØKTE KRAV

Behovet av parantesen er noe hun tror kan ha økt i takt med at alt større krav stilles på oss.

- Økte krav i samfunnet kan gjøre den mer attraktiv. I dag rekker det f.eks ikke å være en bra skribent. Du må også se bra ut og være en god taler.

De assosiasjonene til fest som alkohol gir tror hun også spiller en rolle. Hun er urolig over at alkohol har blitt så sentralt.

- Det har blitt slik at det er alkohol vi skal belønne oss med hele tiden - etter jobben, teater, åpninger av utstillinger, når noen slutter eller når vi har prestert noe ekstra bra. Da skal det drikkes alkohol. Det er en urovekkende utvikling. Grensene flyttes gradvis og å gå ut og drikke etter jobben en hverdag er helt akseptert. Det kommer til å lede til at flere får problemer.

FORVENTNINGER

En del av rusopplevelsen handler også om forventninger, mener Claudia Fahlke.

- Det finnes helt klart en placeboeffekt. I studier har man kunnet vise at dopaminaktiviteten øker bare av at du forventer deg noe. Men jeg har vanskelig for å tro at man skal kunne kjenne seg beruset om man ikke har vært det før. Den positive opplevelsen varer ikke spesielt lenge.

- Etter ett eller maks to glass avtar den. Å fortsette å drikke gjør ikke at den første følelsen holder seg.

Og systemet sløves. Alt større mengder trengs for å bli beruset. Etter hvert får man ikke den positive følelsen i det hele tatt; personen har blitt avhengig og drikker for å ikke føle seg dårlig.

HVORDAN KAN MAN ERSTATTE RUSEN?

- Lysten til å kjenne et kick og føle seg bra har vi jo. Den får best utløp sammen med andre. Vi trenger noe som gjør det lettere å nærme seg hverandre. Det kan være aktiviteter vi har sammen og som gjør at vi styrker fellesskapet. I foreninger der man finner ett fellesskap ser man mindre av alkohol. Det er ikke så vanlig at man drikker på frimerkeklubbens møter, sier Claudia Fahlke.

Først publisert i IOGT - NTO sitt medlemsblad Accent

NYTT ÅR – nye muligheter

Når vi runder et nytt år har man forsetter og ønsker for det nye året. Mine nyttårsønsker i år er å bedre livsvilkåra for våre medmennesker i Nepal. Det kan vi gjøre ved å støtte **FORUT!**



Hanne Ringdal //

Jeg var så heldig å få være med til Nepal på seinhøsten 2015. I 5 dager var generalsekretær i FORUT, Morten Lønstad og jeg i det jordskjelvrammede Dolakhadistriktet. Der har CWIN, Tuki og FORUT hatt hjelpearbeid i 8 landsbyer gjennom flere år. Befolkningen har fått bedret sine livsvilkår ved praktisk bistand til et forbedret landbruk, helsevesen, skoler og «folkeopplysning». Kvinner og barn har fått styrket sine rettigheter og muligheter. Og så kom jordskjelvet

Nepal er et av verdens fattigste land og ødeleggelsene som ble forårsaket av jordskjelvet 12. mai 2015 satte dem i en enda verre situasjon. 99% av alle hus ble ødelagt og folk bor fremdeles i telt og primitive bølgeblikkhus. Mangel på mat, rent vann, strøm, WC, veier og varme hus gjør hverdagen vanskelig. Folk er redd for nye skjelv. Livsgrunnlaget er for mange ødelagt da mange ikke tør reise tilbake til India på jobb og det fører til dårligere økonomi, depresjoner, maktesløshet og frykt.

Morten og jeg gikk fra landsby til landsby sammen med medarbeidere fra våre samarbeidsorganisasjoner CWIN og Tuki. Dere lesere av Aksent og FORUT-faddere kjenne vår bistandsorganisasjon FORUT godt. FORUT har også gitt ut et temanummer om Nepal som beskriver situasjonen etter jordskjelvet på en god måte. Hvordan våre ressurser satte i gang hjelpearbeidet raskt og at de pengene som Utenriksdepartementet, IOGT og FORUT-faddere bidro med, var av største betydning for å redde liv og starte gjenoppbyggingen i de hardt rammede områdene.

Jeg har lyst til å presentere en av våre fantastiske medarbeidere Sony Khadka. Hun gjør en veldig god jobb i flere av landsbyene og står utrettelig på for sitt folk. Sony er 23 år - ei velutdannet, engasjert og nydelig jente som fyller stillingen som sosialarbeider på en god måte. Hun er født og oppvokst i Kopachagu og selv om hennes søsken bor i Katmandu, ønsker hun å bo og arbeide i høylandet. Hun kommer fra en familie som har vært høyt respektert i samfunnet gjennom flere generasjoner. Hennes far var engasjert i Tuki og moren var sosialarbeider. Foreldrenes engasjement har hun ført videre i sin gjerning. Hun gikk sammen med oss og forserte de bratteste fjellskrenter som

ei fjellgeit. Hun pratet og lo og var en god bidragsyter til at vi fikk kontakt med lokalbefolkningen. Sony fortalte meg om hvilken «revolusjon» som hadde foregått de siste 5-6 årene fra å være et veldig mannsdominert samfunn til å få større likestilling blant kvinner og menn. Dette som en følge av det utviklingsarbeidet FORUT driver. Sony fortalte at det for noen år siden var helt utenkelig at kvinnene skulle delta i møter og være med å ta avgjørelser som berørte lokalsamfunnet, kvinner og barns rettigheter osv. Ved å ha sosialarbeidere, helsearbeidere og å drive et godt opplysningsarbeid hvor folk ser at det gjør en forskjell, er det med på å endre kjønnsrollemønsteret. Selv følte hun seg likestilt og vel i gruppa av mannfolk i CWIN og Tuki.

Sony går fra landsby til landsby og er igangsetter og oppfølger av sosiale tiltak. Kvinner kan nå eie land, de kan styre sin egen økonomi og jenter har muligheter for utdanning og eget yrke. Kvinner og menn kan jobbe sammen, håndhilse og ta del i felles samfunnsutvikling. Det er igangsatt helsestasjoner for gravide hvor også familieplanlegging er et tema. Vi fikk delta i et slikt møte i Alampu og det var en god stemning. Som sykepleier så jeg med interesse på opplysningsmateriale og temaene disse møtene hadde. Det hadde bare vært en hjemmefødsel det siste året og kvinnene følte de ble godt ivaretatt på helsestasjonen. Hun beskrev maktesløsheten og fortvilelsen som rådet rett etter jordskjelvet og kunne ikke skjønne hvor hun fikk styrken fra til å ta fatt på oppbyggingen igjen. Det at CWIN, Tuki og FORUT hadde et godt nettverk og gjorde en god jobb på forhånd, gjorde at man kom raskt i gang og at samarbeidet fungerte godt i en krisesituasjon også.

Sony har drømmer for framtida! Hun ønsker videre utdanning for å bli «profesjonell» sosialarbeider og å bli bedre i engelsk. Hun har et stort engasjement for sine medmennesker og har tro på et bedre liv for folket sitt. La oss hjelpe henne med å få denne drømmen virkeliggjort! Det er mitt nyttårsønske!



Nedgang i alkoholutløste dødsfall

Antallet alkoholutløste dødsfall gikk ned fra 2013 til 2014. 320 dødsfall ble registrert, av disse var 260 menn og 80 kvinner. Dette er en langvarig trend de siste 20 årene, ned fra 450 i 1996. Hvis vi ser i forhold til folketallet, som har økt kraftig siden midten av 90-tallet, betyr det en markant nedgang i alkoholutløst dødelighet, melder Folkehelseinstituttet. Den vanligste dødsårsaken var avhengighet (mental lidelse og atferdsforstyrrelse) med 48 prosent, deretter kronisk lever sykdom (34 prosent). Forgiftning sto for 8 prosent.

I følge forsker Ellen Amundsen ved Avdeling for rusmiddel-forskning så kan mye av forklaringen ligge i tidligere trender i totalkonsumet. Alkoholutløste dødsfall er som oftest knyttet til svært høyt alkoholinntak over flere tiår, og siden det var en nedgang i totalkonsumet fra 1980 til 1993 kan dette være en av flere forklaringer på den nedadgående trenden etter 2000. Amundsen peker også på nedgang i obduksjoner som kan påvise alkoholutløste dødsfall.

Tallene gir imidlertid ikke noe bilde av den totale dødeligheten grunnet alkohol. Definisjonen omfatter i hovedsak sykdommer knyttet til langvarig og høyt alkoholinntak. Dvs at trafikulykker, drukning, vold og hvor alkohol kan være en medvirkende faktor er ikke tatt med. Hans Olav Fekjær gjorde en beretning for noen år siden hvor han kom frem til årlige dødsfall som skyldes alkohol i Norge lå på mellom 100 og 1400. Da er sykdommer som kreft, ulykker, selvmord og drap inkludert.

(Kilde: Folkehelseinstituttet: Rusmiddelutløste dødsfall i Norge i 2014)

Oppgang i narkotikautløste dødsfall

Mens alkoholtallene pekte nedover peker narkotikatalle oppover. 266 dødsfall ble registrert i 2014. Dette er det høyeste siden 2009 og snur trenden de siste årene. Andelen over 44 år og andelen under 35 år har blitt redusert både for menn og kvinner. Det viser sansynligvis at mange av dødsfallene skjer hos eldre rusavhengige som har et langt misbruk og et hardt liv bak seg. Av de 266 dødsfallene var 218 registrert som overdoser, 33 selvmord og 15 dødsfall hvor avhengighet står som dødsårsak. Dette er rundt det samme som de siste årene.

Det har vært mye snakk om de høye overdosetallene i Norge, og Norge ligger høyt sammenlignet med mange europeiske land. En vesentlig andel av overdosene skyldes imidlertid stoffer som også blir legalt forskrevet av lege. Av overdosene så er 86 prosent knyttet til bruk av opioider, hvorav heroin (34 prosent), morfin/kodein og andre halvsyntetiske opioater (25 prosent), metadon (16 prosent) og syntetiske opioider (12 prosent). Fra 2009 til 2012 ble dødsfall med heroinbruk som utløsende dødsårsak halvert, men økte igjen i 2013 og 2014.

Folkehelseinstituttet vil ikke peke på en spesifikk årsak som grunn til økningen i år. Renheten i heroinbeslagene har økt i både 2013 og 2014. Dette kan ha bidratt til økt dødsrisiko. Redusert almenntilstand, sykdommer og svekkelser ofte knyttet til aldring har betydning. Det samme har om det har vært endringer i hvor mange som inntar narkotika på en risikofyllt måte.

(Kilde: Folkehelseinstituttet: Rusmiddelutløste dødsfall i Norge i 2014)

Som foreldre, som ungdommer

Ønsker man å redusere drikking, og særlig skadelig drikking, blant ungdommer har en vei å gå vært å peke på foreldres alkoholbruk. Skal det ha noen funksjon må det også være en sammenheng mellom de to. I en artikkel i siste nummer av rusforsknings-tidsskriftet Addiction konkluderes det med at det faktisk kan være en slik sammenheng, selv om man trenger mer forskning for å kunne si med sikkerhet hvorvidt det er en kausal sammenheng eller ikke. Den norske forskeren Ingeborg Rossow har sammen med tre andre alkoholforskere gått gjennom 21 studier som har sett på forholdet mellom drikking blant ungdommer og drikking blant foreldre. Nitten av disse konkluderte, i varierende grad, at det var en slik sammenheng. Men bare fire av studiene oppfylte noen av forskernes kriterier for at de skulle si noe om den kausale sammenhengen. Forskerne fant at ingen av studiene hadde en design som var god nok til å finne en slik sammenheng, og de manglet også en klar teori i bunn. Ingen av de 21 studiene kunne derfor sies å ha en sterk kapasitet for kausale tolkninger.

Av de fire som kom best ut av undersøkelsen konkluderte alle med at hvordan foreldre drakk vil kunne forutsi hvilke drikke-mønster som ungdommene deres vil ha. For å si noe mer sikkert er det imidlertid behov for mer forskning. Dette vil også gi en bedre forståelse av den byrden som alkohol sin skade på tredjeperson er og hvordan man skal kunne forebygge alkoholproblemer som går fra generasjon til generasjon.

Colorado på topp i marihuanabruk

Colorado sammen med Washington er de eneste statene i USA som har legalisert marihuana. De første utsalgsstedene åpnet i 2014, og selv om det ennå er tidlig viser de første dataene en økning i bruken. I USA som helhet steg marihuanabruk siste måned med et halvt prosentpoeng fra 2013 til 2014 fra 7,4 prosent til 7,9 prosent. I Colorado var økningen 2,2 prosentpoeng fra 12,7 til 14,9 prosent. Staten ligger dermed på topp i USA, og bruken har også økt i alle aldersgrupper. Colorado fortsetter dermed en trend man har sett over flere år. Tallet begynte å øke for alvor når medisinsk cannabis ble legalisert i 2008. Frem til og med 2008 var det rundt 6000 pasienter på medisinsk cannabis. Fra og med 2009 økte tallet dramatisk, og nå er det rundt 120.000. Samtidig har det skjedd en sterk økning i antallet butikker som omsetter marihuana.

Undersøkelsen viser også at 12,5 prosent av 12-17 åringer i staten oppga at de hadde brukt marihuana den siste måneden, noe som også er høyest i landet. Gjennomsnittet i USA som helhet er 7,2 prosent. Aldersgrensen for bruk er satt til 21 år, og dette viser at den altså ikke holdes. Undersøkelsen viser også at staten har ett høyt bruk også av alkohol og andre illegale stoffer. De når en femteplass på alkoholbruk siste måned og en sjetteplass i andelen som har drukket seg full siste måned.

(Kilde: Actis: Ølt marihuanabruk med legalisering)





KONTAKT IOGT:

Henvendelser vedrørende medlemskap, adresse-endringer mv. sendes til adressen over, eller på telefon til 23 21 45 80.



IOGT LEDEREN

Rett etter at du får dette bladet skal også årets kontingentfaktura være i postkassen din. Ida Braathen, som er vår administrasjonssekretær, ser frem til å oppdatere medlemsregisteret, og Houda Zammali som styrer økonomien har kontroll med at pengene kommer inn. Kontingenten er viktig for oss. Det er frie midler som vi kan bruke på godt forebyggende arbeid i skolen, integrering og lavterskeltilbud for tyngre misbrukere og helgeaktiviteter for familier.

Som en ekstra gulrot trekker vi ut to av dere som betaler kontingenten før 1. april 2016 som vinnere av 15 L eplemost.