



**IOGT Region Øst-Norge**

Torggata 1, 0181 Oslo

Mob: 47 97 34 02

Tlf: 23 21 45 80

marimarthe@iogt.no

[iogt.no/ost](http://iogt.no/ost)

## Kjære IOGT-medlem

I denne sendingen får du litt informasjon om hva som skjer i IOGT og hva du som medlem kan delta på og bidra med.

Jeg håper du har hatt en fin sommer. Selv innledet jeg sommeren sammen med mange IOGTere fra hele landet på en spennende inspirasjonskonferanse i Bergen. I løpet av sommerferien har vi gjennomført en kampanje i sosiale medier knyttet til lanseringen av IOGTs rapport "Parken for alle - alkoholbruk på offentlig plass" i tillegg til vår vanlige Fyll ferien-kampanje, der vi oppfordrer voksne til å droppe alkoholen når de er sammen med barn i sommerferien. Jeg har stått sammen med flinke frivillige på stand i alle regionens tre områder. Og den siste helgen i sommerferien hadde vi stand med fokus på innvandrerforeldre og norsk alkoholkultur (IOGTs Intro-prosjekt) på Mela-festivalen. Tusen takk til alle frivillige som har brukt litt av sommeren på å engasjere seg i IOGT. Sammen forandrer vi alkoholkulturen!

## Håndboken

Vedlagt finner du regionens håndbok, som inneholder kontaktinformasjon og oversikt over tillitsvalgte i IOGT sentralt, regionen og våre områder og avdelinger. Du finner også informasjon om avdelingenes planlagte aktiviteter. Bakerst i boken er en oversikt over de aktivitetsprogrammene og prosjektene IOGT driver, og informasjon om andre organisasjoner vi har en relasjon til.

## Bli frivillig

Du er hjertelig velkommen til å delta på aktiviteter i alle våre avdelinger. Ta gjerne kontakt med våre tillitsvalgte i forkant, for å gi beskjed om at du kommer.

Regionen har også annen aktivitet, som ikke står i håndboken. Bl.a. står vi en del på stand og jobber med ulike kampanjer. Vi trenger alltid flere frivillige. Jeg håper du vil ta kontakt med meg dersom du kan tenke deg å engasjere deg mer, så finner vi sammen ut hva som kan være interessant for deg å være med på.

[iogt.no/frivillig](http://iogt.no/frivillig)

## Regionskonferansen 2018: Ta debatten!

De små debattene i familieselskap eller lunsjen på jobb er vel så viktige som den offentlige debatten som foregår gjennom massemedia. Og nå trenger vi din hjelp for å spre fakta, avkrefte myter og argumentere mot legalisering av cannabis og for en fortsatt restriktiv alkoholkultur og -politikk. Derfor ønsker vi å tilby grunnleggende innføring i både cannabis og legaliseringsdebatten og alkoholkultur og -politikk. Det blir faglig påfyll, praktisk trening i drive forebygging i hverdagen og selvsagt gode diskusjoner og hyggelig sosialt samvær. Årets store konferanse for medlemmer og frivillige i IOGT i Øst-Norge passer for både nye og mer erfarne forebyggere.

[iogt.no/ost/tadebatten](http://iogt.no/ost/tadebatten)



## Besteforeldre forebygger

Forskning viser at foreldre (primært) og andre nære voksne (sekundært) er de faktorene som har absolutt størst innvirkning i arbeidet med å forebygge problemutvikling hos barn og unge. Med prosjektet «Klar for Barnebarn» vil IOGT bygge lokale nettverk der besteforeldre kan få inspirasjon og påfyll i sin viktige rolle.

Vi har ferdig program for et inspirasjonsseminar og tre diskusjonskvelder, og håper å få til aktivitet i Østfold denne høsten. Vi ønsker også å gi dette tilbudet flere steder i regionen der frivillige melder seg  
[iogt.no/barnebarn](http://iogt.no/barnebarn)

## På jakt etter en alkoholfri møteplass for voksne?

Flere medlemmer har nevnt at de ønsker sosiale aktiviteter for voksne i 30-40 årsalderen. Vil du være med å forme et tilbud til denne målgruppen? Den 20. september inviterer vi til idemyldringsmøte? Hva slags aktiviteter ønsker du deg? Når passer det best? Bør det være matservering? Er det interesse for et samarbeid om barnepass? Si din mening på møtet eller send dine innspill til [marimathe@iogt.no](mailto:marimathe@iogt.no).

[iogt.no/ost/ungevoksne](http://iogt.no/ost/ungevoksne)

## Vil du gi flere barn en alkoholfri julefeiring?

Hvit jul er IOGTs største kampanje. Takket være innsatsen til våre mange frivillige, skrev nesten 13 000 personer i fjor under på at de drakk alkoholfritt når de var sammen med barn i julehelgen. Vi er allerede godt igang med planleggingen av årets kampanje. Dersom du nsker å dra igang en stand selv, være kampanjeleder på din egen arbeidsplass, eller sørge for at kampanjen spres i en barnehage eller på en skole du har tilknytning til, er det på tide å melde interesse allerede nå. Kampanjenperioden er fra 1. november til 24. desember, og når kampanjen er igang vil du få invitasjon til å skrive under på kampanjen, være frivillig på en av de planlagte standsene og bidra til å spre budskapet i sosiale medier.

[hvitjul.no/frivillig](http://hvitjul.no/frivillig)

## Valget 2019 – IOGTs råd til partiene

Denne høsten utarbeider partiene lokalt arbeidsprogram for perioden 2019-2023. IOGT er i dialog med lokalpolitikere fra hele landet og forsøker å påvirke i retning av en mer solidarisk ruspolitikk. For at arbeidet skal være mest mulig treffende og relevant ute i kommunene er vi glade for tilbakemeldinger på jobben vi gjør. Vedlagt ligger innspillsbrevet med våre ruspolitiske anbefalinger til partienes arbeidsprogram. Dersom du har innspill eller kommentarer er du velkommen til å sende en epost politisk rådgiver i IOGT, Malin Lenita Vik: [malin.lenita.vik@iogt.no](mailto:malin.lenita.vik@iogt.no)

Vennlig hilsen

Mari Marthe Apenæs

Regionkonsulent for IOGT Region Øst-Norge

[marimathe@iogt.no](mailto:marimathe@iogt.no) - 479 73 402 / 23 21 45 80





REGIONKONFERANSEN 2018:

# TA DEBATTEN!

Debatten som har pågått rundt legalisering av cannabis den siste tiden er nå i ferd med å endre folks holdninger til narkotika. Nå må vi alle sammen bidra der vi kan, med å spre fakta, avkrefte myter og argumentere for rusfrihet. De små samtalene med venner og kjente er vel så viktige som den offentlige debatten som pågår i mediene.

- Tid:** Lørdag 20. oktober kl. 11 - 17. Det blir kaffe og litt å bite i fra kl. 10.30  
**Sted:** Concordiabygget, Skedsmogt 7, Lillestrøm  
**Påmelding:** Begrenset antall plasser. Meld deg på via [iogt.no/paamelding](http://iogt.no/paamelding)



[iogt.no/ost/tadebatten](http://iogt.no/ost/tadebatten)

Tanken bak årets konferanse er at den skal gjøre oss alle istand til å bidra i den alkohol- og narkotikadebatten på det nivået vi er komfortable med. Generalsekretær Hanne Cecilie Widnes vil gi oss en innføring i cannabis og legaliseringsdebatten, og politisk rådgiver Malin Lenita Vik vil oppdatere oss på argumentene i alkoholdebatten. Det blir praktisk trening i hvordan du kan bruke situasjoner i hverdagen til å drive forebygging, i tillegg til informasjon om hvordan du kan bidra til et bedre samfunn som frivillig i IOGT. Sammen forandrer vi alkoholkulturen!

Konferansen er gratis, lunsj og middag er inkludert.

**PÅMELDING: [iogt.no/paamelding](http://iogt.no/paamelding)**



IDEMØTE:



# NYE AKTIVITETER FOR UNGE VOKSNE



## 25-50 ÅR I OSLO OG AKERSHUS

**Tid:** Torsdag 20. september kl. 19.00

**Sted:** Concordiabygget, Skedsmogt 7, Lillestrøm  
Les mer og meld gjerne din interesse på:  
[iogt.no/ost/ungevoksne](http://iogt.no/ost/ungevoksne)

**Hva må til for at du skal ha lyst og mulighet til å delta?**



Sofia Gram-Hallbert og Martin Løvlien er begge småbarnsforeldre i 30-årene, og har akkurat startet opp et JUBA\*-lag på Nedre Romerike. Nå vil de ha en sosial og hyggelig møteplass for voksne IOGTere. Den 20. september kommer de til Lillestrøm for å fortelle om barneaktiviteten og idemyldre sammen med andre voksne rund hvordan vi best kan få til et godt sosialt miljø for unge avholdsfolk i Oslo og Akershus. Tanken er å bruke Concordiabygget\*\* i Lillestrøm som møteplass. Martin og Sofia har mange ideer, men vil gjerne høre dine tanker. Har du ikke mulighet til å komme på møtet, kan du sende dine innspill til [marimathe@iogt.no](mailto:marimathe@iogt.no).



\*JUBA er IOGTs barneorganisasjon. Les mer i håndboka eller på [juba.org](http://juba.org).

\*\* Concordiabygget, ligger sentralt i Lillestrøm og eies av IOGT-avdelingen Concordia. Der finnes både en stor fin møtesal og kjøkken. [iogt.no/concordia](http://iogt.no/concordia)





KLAR FOR  
BARNEBARN

# LÆR MER OM BESTEFORELDREROLLEN

I et samfunn der besteforeldrerollen er i endring er dagens besteforeldre mer engasjerte enn noen gang, og de spiller en viktig rolle som omsorgspersoner for sine barnebarn og støttespillere for foreldrene. Forskning viser at nettopp gode og trygge relasjoner mellom voksne og barn er en av de viktigste faktorene i arbeidet med å forebygge problemutvikling hos de unge. IOGT har derfor startet prosjektet «Klar for barnebarn», der vi setter søkelyset på den positive forskjellen besteforeldre kan utgjøre i sine barnebarns oppvekst. Vi inviterer til foredrag og diskusjonskvelder om ulike temaer knyttet til besteforeldrerollen.

## NETTVERK FOR BESTEFORELDRE I ØSTFOLD

Klar for barnebarn har utarbeidet et ferdig program for et foredrag og tre ulike temakvelder. Dette programmet er testet flere steder i landet, og tilbakemeldingene så langt er veldig gode. Nå ønsker vi å bygge opp et nettverk for besteforeldre i Østfold, og søker medlemmer som selv kan tenke seg å delta, og frivillige som kan tenke seg å bidra i gjennomføringen. Vi ønsker oss kakebakere og stolbærere og ikke minst folk som vil fortelle om aktivitetene til andre. Erfaringsmessig har det vært stor interesse for vårt tilbud, men vi vet at suksess er helt avhengig av at vi har lokale frivillige som vet hvordan vi kan nå ut til målgruppen i den enkelte by.

**Frivillige bes kontakte regionkonsulent, Mari Marthe Katt-Ugle [marimathe@iogt.no](mailto:marimathe@iogt.no) / 47973402**

[www.iogt.no/barnebarn](http://www.iogt.no/barnebarn)







HVIT JUL SØKER FRIVILLIGE:

# GI FLERE BARN EN ALKOHOLFRI JUL



Hvit jul er IOGTs største kampanje. Hvert år bidrar hundrevis av frivillige med å spre budskapet: Barn trives best med edru voksne! I fjor skrev nesten 13 000 mennesker under på at de ville drikke alkoholfritt når de var sammen med barn i julen.



## Kampanje på arbeidsplassen

Bestill materiellpakke for arbeidsplass og spre budskapet blant dine kollegaer.

Du velger selv om du bare vil sende ut en e-post og plassere plakater et sted, om du vil gå en runde og snakke med hver enkelt, eller kanskje legge det frem på et møte eller snakke om det i lunsjen.

Dersom du får de som skriver under til å føre deg opp som verver kan du vinne en fin kose-Peppe.

Pakken består av

- mal for en e-post du sender ut til kollegaer.
- plakater som henges opp på et synlig sted (Plakaten har plastlomme med informasjonsskorte folk kan ta med seg).
- reflekser som du kan dele ut til de som skriver under, eller sette frem i en bolle under plakaten (slik at folk selv kan forsyne seg når de har skrevet under).

[hvitjul.no/arbeidsplass](http://hvitjul.no/arbeidsplass)



## Arrangere stand

Vil du dra igang en stand der du bor? Hvor vi velger å stå avhenger av initiativ fra folk lokalt. Burde vi stå der du bor?

Bli standsansvarlig:

- Finn et fint sted å stå og bestem tidspunkt.
- Lag en avtale med grunneier
- Registrer standen på [hvitjul.no/stand](http://hvitjul.no/stand). Du får materiell, og standen legges ut å nett
- Stå på stand (sammen med andre frivillige).
- Tell opp antall underskrifter og send inn underskrevne kontrakter.

Du får en hvitjul-lue og/eller t-skjorte, reflekser til hele familien og god hjelp fra kontoret.

Vil du være frivillig på en stand andre har dratt igang? Registrer deg på [hvitjul.no/frivillig](http://hvitjul.no/frivillig)

[hvitjul.no/stand](http://hvitjul.no/stand)





# HVA MOTIVERER DEG?

## MEDLEMSUNDERSØKELSEN 2018

Nå trenger vi din hjelp til å gjøre IOGT til en enda bedre organisasjon. Vi ønsker å vite litt mer om hva som gir deg motivasjon til å være med, hvor godt du kjenner til arbeidet vårt og hvordan vi kan forbedre oss slik at vi kan gi deg et bedre tilbud.

Derfor håper vi at du kunne bruke fem minutter på å svare på denne undersøkelsen.

<http://iogt.no/medlem>

Svarfrist: 1.oktober 2018

### Vinn iPad!

**Alle som sender inn svar er med i trekningen av en Ipad.**



Foto: Mathilda Samuelsson

## Har du ikke fått invitasjon?

Invitasjon til å delta i medlemsundersøkelsen er sendt ut på e-post og SMS. Dersom du ikke har mottatt invitasjonen betyr det at vi mangler din e-postadresse eller mobilnummer. Send informasjonen til 47973402 eller [iogt@iogt.no](mailto:iogt@iogt.no) så du ikke går glipp av informasjon fra IOGT i fremtiden.





KAFEGUDSTJENESTE:

# AVHOLDS I 2018; FULLSTENDIG UTDATERT?

**Tid:** Søndag 30. september kl. 16  
**Sted:** Frelsesarmeen, Tempelet korps  
Kommandør T.I.Øgrims plass 4, Oslo

I et samfunn der alkohol får innpass i nær sagt alle sammenhenger, fra idrettsarrangementer via frisørsalonger til fredagspils med jobben, er det å jobbe for rusfrie arenaer eller leve alkoholfrie liv lengre relevant?

Frelsesarmeen har invitert IOGTs generalsekretær, Hanne Cecilie Widnes, til en prat rundt alkoholbruk i vår tid. Dette er et åpent arrangement i regi av Frelsesarmeen, og vi vil gjerne oppfordre IOGT-medlemmer til å ta seg en tur.

Det vil også bli god tid til å prate og diskutere, til å drikke kaffe rundt bordene, og et program med musikalske innslag.





POLITIKK:

# INNSPILL TIL VALGPROGRAM 2019-2023

Vi takker for invitasjon til å bidra med innspill til valgprogrammet og ønsker dere lykke til med programarbeidet!

## Forebygging må prioriteres

Norge har forpliktet seg til WHO's mål om å redusere omfanget av skadelig alkoholbruk med 10 prosent innen 2025. Likevel går utviklingen i motsatt retning. Alkoholkonsumet i Norge er ca. 40 prosent høyere i dag enn for 20 år siden. Dette skyldes en liberalisering og uthuling av alkoholpolitikken.

IOGT mener at alkoholpolitikk først og fremst er folkehelsepolitikk og at forebygging må prioriteres. Skal vi få redusert omfanget av skadelig alkoholbruk, bedre folkehelsen, redusere helseulikheten og gi barn og unge trygge oppvekstvilkår må alkoholregelverket brukes mer effektivt enn i dag.

Det økte alkoholkonsumet får alvorlige konsekvenser for enkeltindivider, tredjepersoner og samfunnet for øvrig. Alkohol er en vesentlig risikofaktor for en rekke sykdommer og tidlig død, der grupper med lavere utdanning og/eller dårlig økonomi er mer utsatt. Alkohol er også indirekte og direkte årsak til sosiale skader og skader for tredjepart som: promillekjøring, fosterskader, hærverk, økt sykefravær og tapt produktivitet.

90 000 barn i Norge lider under foreldrenes alkoholbruk. Vi vet også at åtte av ti voldstilfeller er knyttet til alkoholbruk og at voldsomfanget har økt de siste tiårene – i takt med et økende alkoholkonsum i befolkningen.

Forskning viser at det er en klar sammenheng mellom det totale alkoholforbruket i befolkningen og antallet personer med skadelig høyt forbruk. Derfor anbefales det, også i Folkehelsemeldingen (2014-2015), at tiltak må rettes mot å redusere det alkoholforbruket i befolkningen som helhet.

## Kommunene har en viktig rolle i alkoholpolitikken

Kommunene er sentrale aktører i den norske alkoholpolitikken. Her fastsettes den lokale skjenkepolitikken, antall skjenkebevilling, skjenkekontroll og stengetider. Det er kommunene som gir rett til å selge alkohol i butikkene og det er opp til kommunene om det skal selges alkohol på kultur- og idrettsarrangement. Dette pålegger lokalpolitikkerne et stort ansvar.

Skjenking og salg av alkohol kan gi inntekter og arbeidsplasser, men høyt alkoholkonsum medfører også store sosiale og økonomiske kostnader. IOGT mener derfor at hensynet til befolkningens trygghet og folkehelse må settes foran næringshensyn ved tildeling av skjenkebevillinger.

## Anbefalte programposter i valgprogrammet

### Skjerming av barn og unge

Legge til rette for attraktive, varierte og tilgjengelige rusfrie fritidstilbud for barn og unge under 20 år

- Barn og unge, uavhengig av familieøkonomi, må kunne velge mellom et utvalg av meningsfulle fritidsaktiviteter der det er nulltoleranse for alkoholbruk. Dette er en investering i inkludering, utjevning og hindrer rekruttering til rusmiljøer.

Tilby russpesifikke forebyggingsprogram rettet mot foreldre/foresatte igjennom FAU skoleverket

- Internasjonale og nasjonale studier finner at god relasjon mellom foreldre og barn, og at foreldre samarbeider om grensesetting, er en viktig beskyttelsesfaktor. Kommunen bør derfor sikre at alle foreldre kan delta i forebyggingsprogram som handler spesifikt om rus og foreldrerollen.

Prioritere ressurser til helsestasjoner og skolehelsetjenesten slik at det er tilgjengelig for unge i kommunen

- Gode helsetjenester er viktig for tidlig intervensjon når unge har et begynnende rusproblem eller psykiske lidelser. God rusforebygging forutsetter derfor at det settes av midler til dette.

Barn og unge skal skjermes ved bevilningstildelinger. Boligområder, offentlige steder og kultur-, idretts- og fritidsarenaer der barn samles, skal derfor være alkoholfrie.

- Folkehelseinstituttet anslår at 90000 barn under 18 år har foresatte som har misbrukt alkohol det siste året. Vi har et ansvar for å legge til rette for at barn som opplever utrygghet hjemme skal skjermes fra voksnes alkoholbruk i det offentlige rom
- En opinionsundersøkelse gjennomført for IOGT i 2018 viser at det er et solid flertall i befolkningen (62 prosent) for å opprettholde dagens forbud mot drikking på offentlige steder.

## Skjenkepolitikk

Skjenkestopp på utestedene senest klokka 02.00

- Sammenhengen mellom skjenketider og vold er godt dokumentert i internasjonal og nasjonal forskning. Forskning fra SIRUS viser at en times innskrenking av skjenketiden reduserer volden med 17 prosent på nattetid i helgene.
- 62 prosent av den norske befolkning vil også ha skjenkestopp klokka 02.00 eller tidligere viser en undersøkelse fra Actis i 2015.

Fastsette et «skjenketak» for antall skjenkesteder for å holde kontroll med og begrense antallet skjenkesteder

- I følge Fafos rapport om arbeidsforhold i utelivsbransjen (Trygstad m.fl 2014) har lavere terskel for å få bevilning ført til økt konkurranse og flere useriøse aktører i utelivsbransjen. Skjenketak kan være et virkemiddel for å begrense og få kontroll over skjenkestedene og unngå at sentrum blir utrygg og utrivelig for befolkningen i helgene.

Legge føringer for at det skal være lettere å ta rusfrie valg og drikke alkoholfritt

- 20 prosent av innbyggerne mellom 18 og 35 år har ikke brukt rusmidler det siste året. Mange som ikke drikker opplever også drikkepress og få arenaer uten alkohol. Kommunene må derfor legge til rette for å ta rusfrie valg og rusfri livsstil. Dette kan eksempelvis gjøres ved å prioritere tilskudd til arrangement som er rusfrie og oppmuntre serveringsstedene til å synliggjøre alkoholfri drikke i større grad.

Samkjøre skjenkepolitikken med nabokommuner via et interkommunalt samarbeid

- En samkjøring med nabokommunene om alkoholververings- og salgstider kan gjøre det lettere å innføre en mer restriktiv alkoholpolitikk.

Styrke den ansvarlige alkoholhåndteringen ved å: styrke kvaliteten på skjenkekontrollen, bedre opplæring av kontrollører, bevilningshavere og ansatte ved utsalgssteder, og ved tettere samarbeid med politi, bransjen og kommunen

- Undersøkelser viser at alvorlige brudd på regelverket for skjenking og salg av alkohol er utbredt, men at kontrollene avdekker få slike saker. Derfor burde skjenkekontrollørene kurses grundig i alkoholloven, kontrollmetoder og rapportskrivning og bestå en kunnskapsprøve (Folkehelsemeldingen 2014-2015).
- Ansatte ved skjenkesteder burde også kurses i ansvarlig alkoholhåndtering.
- I tillegg trengs tettere samarbeid mellom bransje, kommunen og politiet med faste og regelmessige møter vil også bidra til bedre dialog om utfordringer og løsninger i utelivet. Dette vil bidra til en mer ansvarlig alkoholhåndtering som også gir mer forutsigbarhet og tryggere vilkår for de seriøse aktørene i utelivsbransjen.

Minst tre årlige kontroller av alle utsalgs- og skjenkesteder, også på de tidspunkt der det er mest sannsynlig at overskjenking/salg til mindreårige finner sted

- Undersøkelser viser at overskjenking er vanlig og at mindreårige får kjøpt alkohol. Juvenes skjenkekontroll fra 2017 viste at mindreårige i 26 prosent av forsøkene fikk kjøpt alkohol i butikk. Skjenkekontrollen må derfor ha bedre rutiner med tilstedeværelse over tid fremfor stikkprøver.

Graverende brudd på alkoholloven, eksempelvis salg til mindreårige, skal sanksjoneres særskilt strengt

- Innføringen av prikkssystemet fra 01.01.2016 fastsetter en norm for sanksjoner ved brudd på alkoholloven, men det er åpning for skjønn ved særlig alvorlige brudd. Regelverket må håndheves bedre og man bør bruke åpningen i sanksjonssystemet til å gi strengere sanksjoner ved særlig graverende brudd.

Kommunene må legge skjenkepolitikken til den komiteen som behandler helsepolitikken

- Skjenkepolitikk er først og fremst folkehelsepolitikk og burde derfor behandles i helsekomiteen i kommunen og ikke ligge innunder næring.

Denne høsten utarbeider partiene lokalt arbeidsprogram for perioden 2019-2023. Dette er innspillsbrevet med IOGTs ruspolitiske anbefalinger til partienes arbeidsprogram. Les mer om IOGTs politiske arbeid på [iogt.no/tryggelokalsamfunn](http://iogt.no/tryggelokalsamfunn)