

AKSENT



ET MAGASIN FRA IOGT I NORGE - NR 3 - 2017 //

VELTILPASSEDE UNGDOMMER

- NYE TALL BEKREFTER TRENDEN

MARIT HERMANSEN, PRESIDENT I LEGEFORENINGEN:

- STÅR SKULDER VED SKULDER MED ACTIS OM
EN RESTRIKTIV ALKOHOLPOLITIKK

NYE ANSATTE I IOGT

SOSIALSJEF OG INTRO-PROSJEKTLEDER





LEDEREN //

LEGG EN PLAN FOR Å NED ALKOHOLSKADENE!

Det skadelige forbruket av alkohol skal ned med 10 % innen 2025. Det vedtok Stortinget i forrige periode. Det er en viktig og nødvendig målsetning. Alt for mange liv blir ødelagt av alkoholrelaterte skader, vold og omsorgssvikt.

HÅRETE MÅLSETNING

Det er også en uhyre hårete målsetning. Programmene som flertallet av partiene gikk til valg på, gir alt for få løfter om å jobbe for en mer solidarisk alkoholpolitikk. Regjeringspartiene lover tvert imot et større frislipp på flere områder. I verste fall kan vi oppleve at eksempelvis Vinmonopolet, skjenketider, alkoholfrie parker og strender står på spill.

TOTALFORBRUKET MÅ NED

Vi har solid forskning som dokumenterer at skal vi få ned antallet stordrikkere og omfanget av skader og ulykker knyttet til alkohol, så må totalforbruket ned. Alle må drikke mindre. Da må vi ha politikere som er villige til å prioritere god folkehelsepolitikk. Det handler blant annet om å gjøre alkohol mindre tilgjengelig og relativt dyr. Det er derfor vi har Vinmonopol og begrensninger til skjenke- og salgstider.

NASJONAL ALKOHOLSTRATEGI

Gjennom Actis, vår paraplyorganisasjon på rusfeltet, har vi spilt inn til den nye regjeringen at vi nå trenger en nasjonal alkoholstrategi for å nå målet om å redusere alkoholskadene. Det er ingen vits i gode målsetninger dersom Storting og regjering ikke legger en gjennomtenkt og kunnskapsbasert plan om hvordan vi skal få et tryggere samfunn. Og deretter velger å følge planen med en mer ansvarlig ruspolitikk.

Hanne Cecilie Widnes
Generalsekretær IOGT



Ida Braaten, leder i Juba, har ansvaret for buttons-maskinen //

Møtes på Mela

For tredje gang deltok IOGT med stand på Mela-festivalen i Oslo. Mela-festivalen arrangeres hvert år og er som de sier om seg selv en "urban festival for utøvende kunst og kulturuttrykk fra hele verden."

Ordet "mela" er sanskrit, og betyr "når man møtes" eller "å møtes". For IOGT er det en god anledning til å gjøre oss synlige i Oslo og treffe viktige målgrupper for oss.

I år lå fokuset vårt på å informere om Intro-prosjektet. Drikkepress kan være med på å hindre integrering, og IOGT arbeider for at de restriktive holdningene i mange innvandrermiljøer til alkohol får støtte, også fra storsamfunnet.

Vår nye prosjektleder David Aguium snakket med folk, og fikk nye kontakter. Et nytt medlem ble det også i løpet av helgen.

Standen hadde vi sammen med Juba som lagde buttons og ballongdyr. Og som i fjor hadde vi også med en fotoboks, som var med på å skape mye folk rundt standen vår.



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 //
ANNONSESALG: Kåre Nesheim, tlf 952 74 241 // REDAKSJON: IOGTs sentralkontor //
GRAFISK PRODUKSJON: Poppcorn design - poppcorn.no // TRYKK: Haugesund Bok & Offset - hbo.no //

ISSN 1890-2553

KONGESOMMER!

I løpet av sommeren har det vært mange leire og aktiviteter rundt om i landet. Men det største er nok Kongesommer på Karmøy, som ikke nøyde seg med en uke, men har hatt aktiviteter for barn som er hjemme om sommeren i hele juli. Det er 10. året på rad at IOGTs frivilligsentral i Skudneshavn har dette tilbudet, og det som begynte med 30 barn for ti år siden har nå vokst til flere hundre. Her er det aktiviteter alt fra sirkus og akrobatikk til sykkelskole, padling og bading.

Leder for frivilligsentralen Brit Turid Valhammer har vært primus motor for tiltaket helt siden starten. Hun sier til Karmøyfolk at hun er opptatt av barna har godt av å komme seg ut som sommeren. At de skal ha det kjekt. - Dette gir nye opplevelser, sier hun til avisen. - Her får barna teste ut forskjellige ting. Og mange finner ut hva fritidsaktiviteter de vil begynne å til hausten. Det vere seg klatring, sirkus eller andre kjekke ting.

Det som er sikkert er at Kongesommer kommer på nytt neste sommer.



Test av sykler var et av tilbudene under kongesommer. //



MINISTER PÅ BESØK

Asker- og Røykengruppa i Enestående familier hadde fint besøk av barne- og likestillingsminister Solveig Horne i sommer. Ministeren har lenge kjent til Enestående familier og hatt lyst til å se nærmere på prosjektet, og hun ble ønsket velkommen

av prosjektleder Trude Sletteberg. Med seg hjem fikk hun og staben hennes både informasjon om aktivitetene og hun fikk i praksis se hva det betyr for de som er med.

Juba på leir

Barneorganisasjonen vår, Juba, har også hatt leire i sommer. Først en mest for barna på Gjøvik, og så aktivitetsleir for hele familien i Trøndelag. Stort sett med sol, og med leirbål, bading, lek, læring, hesteridning, fotballturnering og mye annet. Og ikke minst Jubilade - Jubas egen "olympiade" med grener du ikke finner i noen annen olympiade. Hestegruppa var en av årets mest populære aktiviteter.



Et par uker senere var tid for aktivitetsleir i Trøndelag. Det var en herlig uke for hele familien i Skogn. Blant annet ble det bygget ballongborg, de dro på utflykt til steder i nærområdet og fylte ellers dagene med masse variert aktivitet. Å designe og lage egne perlearmbånd var noe av det en kunne velge under overskriften "perler for svin". Og siden man tross alt var i Trøndelag var det siste kveld bartefest, selvsagt!

VIL PÅVIRKE NORSK ALKOHOLPOLITIKK

- Vi står skulder ved skulder med Actis - rusfeltets samarbeidsorgan, om en restriktiv alkoholpolitikk. Vi tror dette er den beste veien for å forebygge skadene ved alkoholbruk, sier Legeforeningens

Marit Hermansen.

AV SIDSEL SKOTLAND

1. Drikk mindre alkohol, og vær mer bevisst på alternative drikker

2. Lær deg å takke nei, og respekter andres nei.

Disse to rådene kom Legeforeningen med for 10 år sia i en rapport om rus og alkohol. De står godt ennå, mener president Marit Hermansen.

Alkohol skader kroppen på mange vis og flere krefttyper synes å være forbundet med alkoholbruk. Særlig sammenhengen mellom brystkreft og mage-tarmkreft av alle slag er godt dokumentert. - Det finnes ingen kjente terskelverdier for inntak av alkohol og risiko for kreft. Det er det totale inntaket som betyr noe, så rådet er altså å drikke lite, oppfordrer legepresidenten.

ANDRE PERIODE I PRESIDENTSTOLEN

Hermansen er spesialist i allmenntilleggsmedisin. Fra 1996 til 2011 var hun kommuneoverlege og legevaktsjef i Grue kommune i Solør, men hun kom til verden i Brumunddal - for 53 år sia. Det var kjærligheten som brakte henne til Solør der hun fortsatt bor sammen med mannen sin på gården der han hadde odel. De tre barna har flytta ut. I mai i år ble hun valgt til sin andre periode som president for Den Norske Legeforening. Hele sitt liv har hun vært en engasjert person med interesse for politikk og debatt. Helt siden barneskolen har hun hatt tillitsverv av ulike slag, men det var i 2011 det tok helt over. Da ble hun leder i Norsk forening for allmenntilleggsmedisin, et verv som utgjorde 80 prosent stilling og resulterte i ukependling Oslo/Grue. Hun fortsatte som legevaktsjef.

- Det er bra for meg å pendle. Jeg trives i viraken her, men trenger roen i Solør. Det er en perfekt veksling. Jeg liker det konkrete og praktiske arbeidet, og korn dyrking er en virksomhet som tillater at vi har jobber utafor gården begge to.

MENER MYE

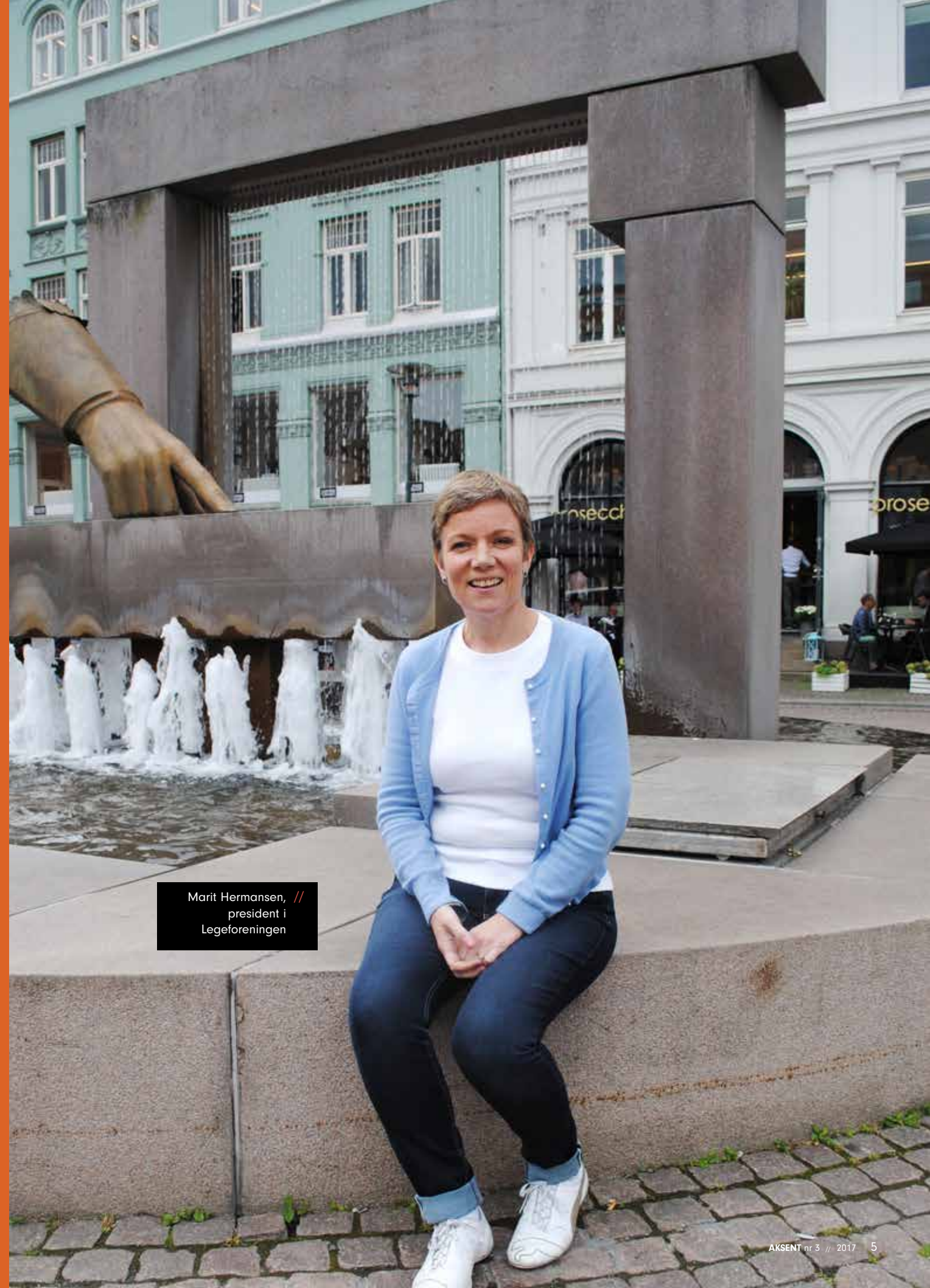
Presidentvervet i Legeforeningen utgjør 100 prosent stilling så ukependlinga fortsatte. - Hvis du mener mye og har en retning er dette vervet tingen! Fra denne posisjonen kan en i stor grad påvirke norsk helsevesen, forteller hun. Legeforeningen vil også gjerne påvirke norsk alkoholpolitikk, og Hermansen mener organisasjonen spiller ei viktig rolle når det gjelder folkehelse og forebygging av alkoholskader.

- Vi står skulder ved skulder med Actis om en restriktiv alkoholpolitikk. Vi tror at dette er den beste veien for å forebygge skadene ved alkoholbruk. Vi stiller i høringer på Stortinget ved aktuelle saker, for eksempel da taxfreeordninga var oppe, og da alkoholpolitisk strategi var tema. Primært ønsker vi at taxfreeordninga skal avvikes, subsidiært bli overlatt til Vinmonopolet, og vi mener det var feil å åpne opp for å bytte sigarettkvote mot alkoholkvote. Jeg får helt vondt når jeg ser folk komme ut av taxfree'n med poser de knapt kan bære.

EGNE RETNINGSLINJER

Videre forteller Hermansen at Oslo legeforening samarbeider med Akan kompetansesenter, NHO reiseliv og bedriftshelsetjenesten ved Skanska Norge for å bedre det alkoholfrie tilbudet på serveringssteder. Og Legeforeningen har retningslinjer for alkoholserving ment for egne arrangementer. Der blir det oppfordra til ikke å servere alkohol på møter - kun til fest - og der det

>>



Marit Hermansen, //
president i
Legeforeningen

blir servert alkohol skal det alltid også bli presentert smakfulle alternativer. De skal serveres på samme måte og samtidig som det alkoholholdige.

- Dette er veldig smarte og riktige retningslinjer. Og viktig i lojalitet både til dem som har problemer og ikke bør drikke, og til dem som synes den aggressive alkoholeksponeringa vi har i samfunnet nå er en plage.

FASTLEGEN ER VIKTIG

Men det er ikke bare legenes forening som spiller ei rolle - også hver enkelt lege bidrar og skal bidra, og særlig fastlegene spiller ei viktig rolle i det alkoholforebyggende arbeidet, mener Hermansen.

- I Norge har befolkninga høy helsepersonell. Det er et godt utgangspunkt. Legen kommer ofte inn i de kritiske fasene i folks liv. Det gjelder å bruke de gylne øyeblikkene for samtale om alkohol og rusmidler. Dessuten møter du som fastlege pasienter over lang tid og får mange anledninger til gripe fatt i problematisk rusmiddelbruk.

- Men det viser seg jo at fastlegene i liten grad kartlegger pasientenes alkoholbruk regelmessig. Det på tross av at dette lenge har vært anbefalt av helsemyndighetene. Hvorfor er dette så vanskelig?

- Vi er ikke flinke nok. Men i fjor la lege og forsker Torgeir Gilje Lid fram en doktoravhandling som handler om akkurat dette.

TIMING ER VIKTIG

Denne avhandlinga konkluderer med at fastlegen bør snakke oftere med pasientene sine om alkohol, men at dette fun-

gerer best for både pasient og lege når samtalen tar utgangspunkt i pasientens konkrete helseproblemer. Dette synes som en bedre strategi enn regelmessig kartlegging av alkoholbruk, og vil dermed bedre kunne forebygge negative helseeffekter.

Legeforeningen har bidratt til finansieringa av dette doktorgradsarbeidet, kan Hermansen fortelle, og organisasjonen holder også kurs i motiverende intervju for medlemmene sine.

- Noen ganger skåner vi kanskje pasienten for mye av redsel for å plassere skyld. Men denne type skåning hjelper ikke pasienten ut av overforbruket eller misbruket.

Hun ser også at det ved akutte situasjoner, der alkohol har utløst sykehusinnleggelse eller legevaktbesøk, er for dårlig kommunikasjonen mellom akuttlegen og fastlegen.

- Her kunne vi benytta anledninga bedre. Det er for fragmentert.

- HVORFOR ER DET LETTERE FOR LEGEN Å TA OPP RØYKING MED PASIENTENE?

- Nja ... Det er hull her også, mange synes heller ikke at det er så enkelt. Men ja, røyking er nok mer kartlagt enn alkohol. Det er muligens fordi det er mindre skambelagt å være avhengig av røyk enn alkohol. I tillegg har vi en kultur hvor alkohol har blitt en integrert del i mye av det vi gjør - fra hverdag til fest. Da kan det være vanskelig å ikke mestre dette. Høyaktuelt nå er studentenes fadderuker - her er det viktig at det også helt naturlig er aktiviteter uten alkohol for alle.

LOMMEBOKA SKAL IKKE AVGJØRE

Da Marit Hermansen ble gjenvalgt i mai, skjedde det ved akklamasjon. Det var en god følelse må hun medgi - hun opplevde det som en stor anerkjennelse av den jobben hun til da hadde gjort og et godt signal om tillit. Hun mener sjøl at en president bør sitte lenger enn to år for å få gjort en god jobb, men om hun ønsker seg enda to etter denne perioden kan hun ikke svare på. Uansett kan ikke en president i Legeforeningen sitte mer enn i seks år. Hun er stolt av organisasjonen sin som dagen før vi hadde denne samtalen fikk sitt medlem nummer 34 000. Det er 97 prosent av hele den yrkesaktive legestanden, og en unik høy organisasjonsgrad nå når organisasjonsgraden ellers i samfunnet er på vei ned.

- HADDE DU NOEN SLAGS PROGRAMERKLÆRING DA DU TOK PÅ DEG DETTE VERVET?

- Ja. Å jobbe for en sterk offentlig finansiert helsetjeneste. Jeg er veldig i mot den todelinga som vi nå ser begynner å komme - hvor lommeboka blir avgjørende for hvor gode helsetjenester du får. Helsevesenet må gi like muligheter for fattig og rik.

Hun er også opptatt av rekruttering til fastlegeordninga. Stadig færre vil bli fastlege og hun og staben hennes prøver å analysere hvorfor.

- Mye ligger nok i at fastlegene stadig får nye oppgaver uten påfølgende ressurser. Dette er et problem også i sentrale strøk. Hvis fastlegeordninga rakner er det mye annet i helsevesenet som også rakner, advarer Marit Hermansen. Også viktige bidrag i forebygginga av alkoholskader.

Promenaden AS

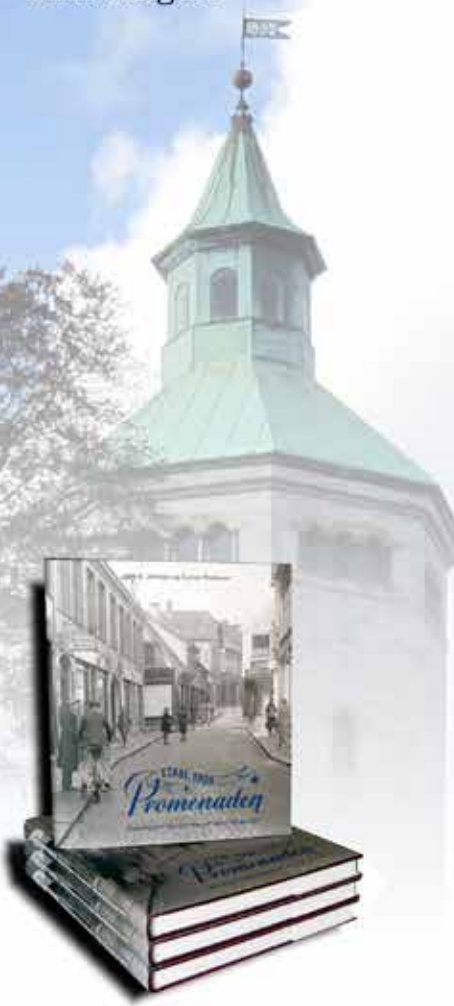
Promenaden AS ble etablert i 1909 og drev restaurant i Kirkegaten 20 i Stavanger.

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.

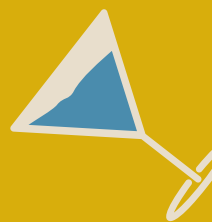
Selskapet har gitt ut flere bøker om avholdsbevegelsens virksomhet i Stavanger.



Selskapets medarbeidere i restaurantlokalet tidlig på nittenhundretallet



IOGT IKKE KLAR



Forslaget om å endre IOGTs navn fikk ikke flertall på landsmøtet, men ellers gikk de fleste forslagene gjennom fra landsstyret.

AV JAN TORE EVENSEN

Mest spenning på sommerens landsmøte var knyttet til forslaget. Men etter en lang debatt var det klart at forslaget om å endre navn på IOGT ikke gikk gjennom. Med stort flertall valgte landsmøtet å beholde IOGT-navnet, og ikke følge landsstyret sitt forslag om å endre organisasjonens navn til Klar. 22 delegater stemte til slutt for navneendringen, mens 60 stemte mot. Landsmøtet oppfordret imidlertid det nyvalgte landsstyret om å utrede måter å benytte eventuelle "etternavn" på i fremtidig kommunikasjon.

KLAR IKKE NOE KLARERE

Mens landsstyret sine argumenter for navneendring gikk på behovet for å få et navn som kommuniserer bedre og knytter seg til hva vi er i dag, gikk argumentene mot på at man ikke følte at Klar var noe klarere navn for organisasjonen og at man risikerte for mye ved å gå bort fra IOGT-navnet. Flere pekte også på den prosessen som nå skjer internasjonalt rundt en eventuell endring av IOGT International sitt navn, og ønsket å se hva resultatet av dette ble.

HVA BLE VEDTATT PÅ LANDSMØTET?

- Landsstyret ble vedtatt avviklet, og IOGT skal i stedet ha et sentralstyre med 7 medlemmer og 2 varamedlemmer. samt representanter for Juventé, Juba og de ansatte. Samtidig ble det vedtaksfestet av man to ganger i året skal ha

- For å utløse medlemsrettigheter må kontingenten være betalt for inneværende år (eller for i fjor før betalingsfristen utløper.)
- Medlemmer meldes ut om de ikke betaler kontingenten i løpet av året (mot etter to år tidligere)



Landsstyret // følger med på debatten.

I tillegg til landsstyret sitt forslag Klar - solidaritet og forebygging kom det også flere forslag på alternative undertekster og ønske om at bokstavene i Klar burde stå for noe.

FORSLAG VEDTATT

Bortsett fra navneendingsforslaget gikk landsstyret sine forslag stort sett igjennom med unntak om endring av bestemmelser om bevilgninger og om utviklingsfondet som ble utsatt til neste landsmøte.

Også arbeidsplanen gikk enstemmig igjennom. Hovedmålsetningene for den neste perioden ble dermed å jobbe for at

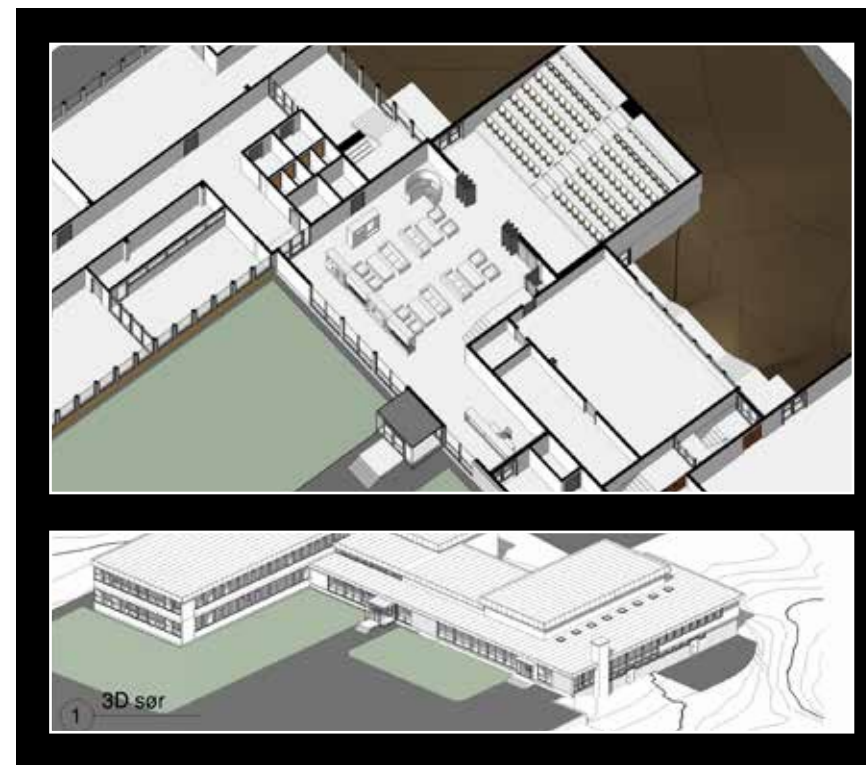
- Voksne er bevisst sin funksjon som rollemodell og sinemuligheter til å påvirke barn og unges forhold til rusmidler.
- Det skal være enkelt og attraktivt å ta rusfrie valg.
- Lokalpolitikere har kunnskap om effektive rusforebyggende virkemidler for å redusere forbruk og skader, og prioriterer å bruke disse.

- Barn og unge anerkjennes som rusfrie sone
- Det lave forbruket av rusmidler blant ungdom med ikke-vestlig innvandrerbakgrunn opprettholdes
- Barn og unge i sårbare situasjoner får nødvendig hjelp og støtte
- Vi får flere stemmer i debatten, både på sosiale media og i lokalpressen

- Overdragelse av bruksrett eller langvarig utlån av eiendom behandles på samme måte som salg. Dvs at saken skal godkjennes av sentralstyret.

SATSER PÅ FOLKEHØGSKOLEN

IOGT skal fortsatte drive **Åsane folkehøgskole**, og anlegget står foran en omfattende oppgradering. Det vedtok landsmøtet i sommer.



Nytt auditorium skal bygges // på skolen, med plass til 150.

DEL AV IOGT-VIRKSOMHETEN

IOGT har drevet folkehøgskolen siden 1966. Opprinnelig var det en stor del av personalet og elevene knyttet til IOGT, og det var aktiv IOGT-virksomhet på skolen. Etter hvert har det blitt mindre av dette, men det er gjort mye for å benytte skoleanlegget til andre former for IOGT-virksomhet og man har arbeidet for å tenke skolens linjer inn i IOGT-arbeidet generelt. De siste årene har det bl.a vært et omfattende samarbeid mellom vår bistandsorganisasjon FORUT og skolen om den globale linjen. Elever og lærere reiser regelmessig for å få kontakt med FORUT-prosjekter, og de bidrar aktivt til pengeinnsamling bl.a ved en årlig "Løp for India"-aksjon. Styret ser muligheten for å utvikle dette videre og få mer kontakt med IOGT-miljøer i andre land som Polen, Sri Lanka og Italia. Musikk, sang og drama er en annen side ved skolevirksomheten som viderefører IOGTs kulturengasjement.

MÅ SIKRE FINANSERING

Arbeidet med å konkretisere utbyggingsplanene fortsetter nå og en forutsetning for å kunne gjennomføre de er også en forsvarlig finansiering. Deler av utbyggingen kan man få økt statstilskudd til, og noe kan også gjennomføres over skolens drift. Men det må også tilføres midler utenfra, særlig når vi kommer til rehabilitering av internater. I vedtaket ble det derfor sagt av oppgradering av anlegget må gjøres over skolens drift eller ved omdisponering av midler i IOGT lokalt og sentralt.

AV JAN TORE EVENSEN

En av de store sakene under årets landsmøte var fremtiden for Åsane folkehøgskole etter at møtet for to år siden ba om en utredning om saken. Konklusjonen ble at skolen fortsatt skal eies av IOGT, og at det er ønskelig med en full rehabilitering av skolen.

Samtidig ble det vedtatt å utrede eierstrukturen på skolen med tanke på et eget AS. Siden skolen skal drives samtidig som man gjør oppgraderingen er målsetningen at alt skal være ferdig i 2024, men arbeidet med hovedbygningene skal stå klart i 2020.

BYGGET FOR FÆRRE ELEVER

Styreleder Helge Kolstad la vekt på at skolen de siste årene har gått godt med fullt belegg. Samtidig er det en utfordring

dring med rundt 100 elever på en skole hvor mange av salene er bygget for mindre. Både kjøkken og spisesal er for små, og skolens styre ønsker derfor å utvide salen, samtidig som det bygges en ny elevstue. I tillegg skal det bygges en ny samlingssal med kapasitet til 150 i stedet for det auditoriet som nå brukes.

FLERE ENKELTROM

Skolen har internater i syv paviljonger. Bygningsmiljøet er verneverdig. Styret ønsker å få internat som har minst 30 enkeltrom med plass til 110 elever. Hvert rom må ha eget bad og toalett i stedet for som nå hvor dette ligger i tilknytning til rommene ute på gangen. Alle internatene skal stå ferdig i 2025.

Foruten dette må det gjøres nødvendig rehabilitering av gulv og vinduer og utskifting av fyringsanlegget.

DET NYE SENTRALSTYRET

Ny leder og flere nye styremedlemmer
ble valgt på landsmøtet.



LEDER // Nils Johan Garnes

Nils Johan Garnes er 36 år og bor i Vinje, etter at han i flere år har bodd i London og Brussel. Han har utdanning fra høyskolen i Oslo og utviklingsstudier på School of African and Oriental Studies.

Han ble medlem i Juvente på midten av 90-tallet etter å ha vært deltaker i Handling Mot Rusgift-prosjektet, og har sittet både i kretsstyret og i Juvente sitt Forbundsstyre. Siden jobbet han som prosjektleder for Fristil, som var Juvente sitt største forebyggingsprosjekt, og fikk der en god og solid innføring

på forebyggingsfeltet i Norge. Etter dette har han jobbet med europeisk alkoholpolitikk i Brussel for the European Alcohol Policy Alliance (Eurocare), og deretter i London for Institute of Alcohol Studies. Han har vært nestleder i IOGT i to perioder, og tidligere engasjert i Oslo som medlem og gjorde der en innsats for å lage aktiviteter for unge voksne. Han sier selv at han også har gode minner fra sin første tid som medlem, der han ble godt tatt i mot av gjengen i Rechabs Minde. Han var på flere møter, og satte pris på den inkluderende stemningen og omsorgen for andre medlemmer vist av alle der.



NESTLEDER // Pål Christian Roland

Pål Christian Roland er 50 år og bor i Oslo/Sandefjord.

Han har hatt en rekke politiske verv i Oslo kommune, herunder medlem av kontrollutvalg. Har også hatt flere tillitsverv og lederverv i Kristelig Folkeparti, KrfU, LNU, Den norske kirke m.v. I dag er han direktør i Helse Sør-Øst RHF. Har tidligere vært adm.direktør i Legemiddelindustriforeningen

og politisk rådgiver i Helsedepartementet i Bondevik II-regjeringen. Han har en cand. mag i informatikk, er siviløkonom og en Master in Health Administration.

I IOGT-sammenheng er han leder av styret i Området Oslo og Akershus. Han vil gjennom innsats i sentralstyret bidra til at IOGT fortsetter å fremstå som en viktig og relevant aktør på forebyggingsfeltet.



STYREMEDLEM // Elisabeth Fjørtoft

Elisabeth Fjørtoft er 44 år og opprinnelig fra Fjørtofta på Sunnmøre, men bor i dag i Eidsvoll.

Hun har vært redaktør i Juvente sitt medlemsblad Motiv, og satt i den sammenheng også i Juvente sitt forbundsstyre. Hun har også sittet i styret til Juba og i den europeiske para-

plyorganisasjonen EGTYF (nå ACTIVE). Hun har tidligere jobbet som journalist og som kommunikasjonsrådgiver i Actis. I dag jobber hun som kommunikasjonsrådgiver i Kulturdepartementet.

Av interesser nevner hun litteratur, musikk og generell samfunnsinteresse.



STYREMEDLEM // Trond Aasland

Trond Aasland er 61 år og bor på Notodden.

Han har tidligere jobbet i Norsk Hydro, men i dag er han seniorrådgiver ved Norsk Industrierarbeidermuseum. Satt i NGU sitt forbundsstyre på 70-tallet, og har hatt og har flere verv i IOGT – nasjonalt, regionalt og

lokalt. Foruten å i dag være medlem i sentralstyre sitter han også lokalt i IOGT Blefjell og i IOGT Sør-Norge.

Interesser: Politikk, lokalhistorie, friluftsliv, litteratur, været.



STYREMEDLEM // Sofia Gram-Hallbert

Sofia Gram-Hallbert er 34 år og bor i Rælingen, men opprinnelig fra Lerum i Sverige.

Hun kommer fra en familie hvor mange har vært medlemmer i IOGT-bevegelsen i flere generasjoner, og har vært aktiv i IOGT-NTO gjennom Junis og Ungdommens Nykterhetsforbund. Hun satt i landsstyret i UNF fra 2005-2007 og har jobbet med flere juniorgrupper og ungdomsarrangement i

Sverige og Norge. Har også tidligere vært nestleder i Juba og vara til sentralstyret i IOGT i Norge.

Hun er utdannet faglærer i formgivning, kunst og håndverk. Jobber på Bredtveit kvinnefengsel der hun lærer de innsatte kunst-håndverk i en arbeidsbedrift. Brenner for likestilling og barns rettigheter om å få vokse opp i et trygt miljø.



STYREMEDLEM // Ørnulf Thorbjørnsen

Ørnulf Thorbjørnsen er 59 år, og bor i Bodø. Oppvokst i Fredrikstad i en aktiv IOGT-familie. Gift og har 3 voksne barn. Han er utdannet økonom og arbeider som innkjøps-sjef ved Nordlandssykehuset. Glad i litteratur, musikk og teater.

Han er opptatt av at IOGT skal ha en tydelig stemme i ruspolitikken og være en motvekt mot økende liberalisering. Vi er en liten organisasjon med en stor oppgave, sier han, derfor er det viktig at vi er synlig, aktuell og relevant.



STYREMEDLEM // Eivind Jahren

Eivind Jahren er 59 år og bor i Kopervik, men er opprinnelig fra Halden.

Han jobber som kommunikasjonsrådgiver og beredskapskoordinator i Karmøy kommunes enhet for plan og strategi. Har gjort det meste i organisasjonssammenheng: Instruktør i NGU, medlem i teater- og musikk-gruppa

KOLON, leder for kurssenteret på Åsane, journalist og redaktør i avisen FOLKET, generalsekretær i IOGT, styremedlem på stort sett alle nivåer i NGU, Juba, IOGT og FORUT samt en del andre som ikke lenger eksisterer (ES, AL...). Han var også redaktør for IOGTs medlemsblad i 28 år, og har også tidligere sittet i styret for IOGT.



1. VARAMEDLEM // Per Arne Lillebø

Per-Arne Lillebø er 68 år og fra Gursken på Sunnmøre.

Han har arbeidet 45 år i staten, de siste 25 år som trygdesjef. I IOGT har han vært aktiv i over 50 år med ulike verv i organisasjonen. De siste 8 årene medlem av IOGT

sitt regionstyre i Midt-Norge, for tiden leder. Han har også i mange år vært aktiv i ruspolitiske organisasjoner, og sittet i styre for Actis Møre og Romsdal. Gjennom 50 år også vært med i utgivning og produksjon av bladet Syskenbandet. Han har også mye erfaring i lokal- og fylkespolitikken.



2. VARAMEDLEM // Hanne Gade Ringdal

Hanne Gade Ringdal er 62 år, bosatt Ringdal i Larvik. Medlem av IOGT Larvik siden hun begynte i barnelosjen som 7-åring. Var leder av IOGT fra 2013 til 2017. Aktiv på alle nivåer ved å være med å drive JUBA Sandefjord og IOGT Larvik, jobber som frivillige på Sammen-senteret i Sandefjord og trives på stand med Hvit Jul og verving. Har jobbet som seksjonsleder (avdelingssykepleier) siden 1980 og har bred ledererfaring / formell

kompetanse innen sykehus. Pensjonerte seg (nesten helt) fra høsten 2016 for å kunne jobbe mer frivillig med IOGT, Hedrum Historielag og annet sosialt engasjement. Er opptatt av barns oppvekstvilkår og i det ligger å redusere alkoholkonsumet, påvirke til å få flere alkoholfrie arenaer og styrke det sosiale nettverket for grupper som er utsatt. Er stolt FORUT-fadder siden 1982 og ser at arbeidet som gjøres sammen med samarbeid-organisasjoner gjør en stor forskjell.

ØNSKER INKLUDERENDE MILJØER I IOGT

IOGT har vedtatt retningslinjer for å sikre at IOGT-arrangementer skal være rusfrie, og at frivillige og ansatte er klar over organisasjonens kjerneverdier.

AV JAN TORE EVENSEN

- Det er viktig at våre arrangementer er helt rusfrie, sier generalsekretær i IOGT, Hanne Cecilie Widnes. - Vi skal ha et inkluderende miljø, samtidig som vi har en ambisjon om å engasjere flest mulig, enten de er medlemmer eller ikke medlemmer. I prosjektene våre har vi flere som ikke er medlemmer. Disse gjør en kjempejobb, men det har gjort det nødvendig å sette opp noen retningslinjer for hvordan vi vil ha det.

VIKTIG MED FORUTSIGBARHET

Sentralstyret vedtok rett før sommeren retningslinjer for alle tillitsvalgte, frivillige, ledere og ansatte i IOGT. Dette gjelder ikke bare de som har verv i lokale avdelinger eller andre organisasjonsledd, men også ledere for lokale Enestående familier-grupper, formidlere i Sterk&Klar, styrerepresentanter på Åsane folkehøgskole og medhjelpere på Sammen-sentra blant andre. - For oss er det viktig å være forutsigbare, sier Widnes. - Vi har ikke hatt store problemer med dette, men fra der nesten alle som gjorde en innsats i en IOGT-aktivitet også var medlemmer engasjerer vi i dag en bredere gruppe. Vi ønsker å være føre var og få ned på papir hva som gjelder. Da blir det også enklere for våre ledere rundt om i aktivitetene å vise til om det skulle oppstå situasjoner.

ENGASJERER MANGE FRIVILLIGE

Et av prosjektene som engasjerer mange frivillige er Enestående familier. De har fra starten vært opptatt av å gi en god informasjon om IOGTs verdigrunnlag.



IOGT har mange frivillige // i sine aktiviteter. Her fra Sammen-senteret i Kristiansand.

I kontrakten alle ledere må underskrive står det at "Jeg er klar over min rolle som forbilde, og framsnakker ikke bruk av alkohol og andre rusmidler, heller ikke i sosiale medier".

- Vi forsøker å få dette frem på ulike måter, forteller prosjektleder Trude Sletteberg. - På lederkursene må lederne bryne seg på et par caser knyttet til situasjoner man kan komme opp i. Det kan f.eks være hva slags konsekvenser det har at deltakerne på akti-

vitetene ser på lederen som en IOGT-er. Eller hva man svarer om en av deltakerne i Enestående Familier ringer en lørdag og inviterer deg med på byen. Diskusjonene fører alltid til stort engasjement når det gjelder bevisstgjøring blant ferske ledere, forteller Sletteberg.

IKKE HATT STORE UTFORDRINGER

Også Mirjeta Emini, prosjektleder i Sterk&Klar, er godt fornøyd med retningslinjene som er laget. - Vi har ikke

hatt store utfordringer, sier hun. - Det har vært noen enkeltepisoder som i middager etter seminarer. Men de har blitt ordnet opp i der og da. Nå som vi får disse retningslinjene blir vi kvitt det som kunne bli betraktet som gråsoner.

Samtidig mener hun det er viktig å forklare hvorfor vi har disse reglene. - Det som er klart og tydelig for oss trenger ikke å være like klart for en som er helt ny i aktiviteten. Jeg pleier å sammenligne det med å være vegetarianer. Man drar ikke på en vegetarkonferanse, og setter seg ned og spiser kjøtt.

På samme måte er det unaturlig å drikke i våre sammenhenger. Alle formidlere i

hovedkurset gjelder skolens reglement uansett hvor man er, og bruk av rusmidler har null-toleranse. Når det gjelder kulturreiser med seniorer er skolens reglement, for øvrig må vi stole på deltakernes lojalitet til skolen som arrangør. Allerede på åpningsfesten informeres elever og foresatte om skolens verdigrunnlag og om hva IOGT som eier står for. Dette blir det ytterligere informert om for elevene de påfølgende dagene, og siden lagt vekt på i ulike sammenhenger gjennom skoleåret. Alle ansatte forholder seg også lojalt til skolens regler og ideologi i jobbsammenheng og det forventes at man opptrer som gode eksempler for elever og andre. Berentsen mener det er en stor styrke å ha en eierorganisasjon med en klar rusfri profil. - Det er enklere å argumentere for rusfrihet med en slik ideologi i ryggen, sier han og ser ingen spesielle utfordringer med det.

ENDREDE REGLER I FORUT

Vår bistandsorganisasjon FORUT har egne retningslinjer, som ble revidert nylig på grunn av diskusjoner om hvilke regler for alkoholbruk FORUT skulle ha på studieturene de arrangerer. FORUT-styret valgte å ikke legge inn et generelt alkoholforbud, men vedtok et nytt punkt om at alle som betraktes som reiseledere og med-reiseledere må forholde seg til det samme regelverket som ansatte og tillitsvalgte. Det skal også gjennomføres en evaluering av turene, der deltakerne også kan gi sitt syn på FORUTs rusprofil.

- Folk som reiser på tur med FORUT får informasjon om FORUTs policy, forteller generalsekretær i FORUT, Morten Lønstad. - I alle offisielle sammenhenger og i møte med partnerne våre praktiseres en alkoholfri linje. På deltakernes fritid kreves ikke avhold, men det oppfordres om moderat bruk. På studieturene blir deltakerne eksponert for bistandsfaglige utfordring, også rusproblemer som et utviklingshinder, fortsetter Lønstad. - Vår erfaring er at dette budskapet går inn og respekteres, selv om det ikke fører til et personlig avholdsstandpunkt.

FORUT har knyttet til seg flere enkelt-

personer som skal være ambassadører for organisasjonen i ulike sammenhenger. Noen av disse har også hatt oppgaver på turene, sier Lønstad. - De har også blitt ansett som assisterende reiseledere. De er en sammensatt gruppe, og de fleste er ikke avholdsfolk. Deres viktigste rolle er å gi FORUT større troverdighet og status hos nye grupper av givere som i utgangspunktet ikke kjenner oss. De har hatt stor betydning for at antall faddere, og dermed inntektene har økt betraktelig.

Når det gjelder de ansatte i FORUT skal disse avstå fra bruk av alkohol når de representerer FORUT. Dette gjelder hele døgnet når man er på tur, konferanser eller på andre måter representerer FORUT.

RETNINGSLINJER FOR RUSMIDDELBRUK I IOGT OG IOGTs AKTIVITETER, VIRKSOMHETER OG TILTAK

- Ingen ansatte, frivillige, ledere eller tillitsvalgte i IOGT kan være påvirket, eller ha ettervirkning av alkohol eller andre rusmidler i arbeidstiden eller under arrangementer i regi av IOGT.
- Alle arrangementer i regi av IOGT skal være alkoholfrie.
- I situasjoner hvor de ansatte, frivillige eller ledere representerer IOGT eller er på oppdrag eller reise for IOGT, skal det ikke drikkes alkohol.
- Ingen skal oppleve eller tåle drikkepress, og avholdsstandpunktet skal alltid respekteres fullt ut.
- Ansatte, frivillige, ledere og tillitsvalgte i IOGT oppfordres til å utvise ansvar og moderasjon i sin omgang med alkohol på egen fritid og å opptre på en måte som ikke skader IOGTs omdømme.
- Alle som representerer IOGT må opptre lojalt med IOGTs verdier og samfunnsoppdrag
- Ledere i IOGTs aktiviteter og virksomheter har et særlig ansvar for å sikre at dette følges.
- Det forventes at ansatte, frivillige, ledere og tillitsvalgte ikke kjøper alkohol på tax-free når de er på tur i regi av IOGT.



EI EVENTYRLIG REISE OVER NORDSJØEN

Torstein Thorbjørnsen fra Kopervik mønstret på Statsraad Lemkuhl for å dra til Shetland sammen med elevene på Åsane folkehøgskole.

AV TORSTEIN THORBJØRNSEN

Godt å komme i land //
på Shetland for alle
elevene på turen.



Hva gjør en 75 år gammel mann på en seilskute på vei over Nordsjøen til Shetland sammen med 100 ungdommer og noen andre voksne? Det var det nok mange som lurte på da undertegnede gikk om bord i Statsraad Lemkuhl i vakker høstvær den første søndagen i september. Jeg hadde tatt mot utfordringen fra rektor Bjørn på Åsane folkehøgskole om å være med som medseiler på skolens tokt til Shetland.

Det skulle vise seg å bli en storslagen opplevelse. Det var utrolig interessant og lærerikt å oppleve arbeid og rutiner på ei seilskute. Det var klatring i riggen, heising og pakking av seil, stå utkikk, stå til rors, være brannvakt, bøyevakt med mer. Å se skuta gå med full seilføring var en flott opplevelse.

Det å ligge tett sammen i hengekøyer

på banjeren ble en krevende øvelse. Jeg måtte gi opp hengekøya og legge meg på en benk. Men ungdommene så ut til å finne seg vel til rette.

Så fikk vi sterk kuling midt ute i Nordsjøen. Spesielt å oppleve naturkreftene, vinden som ulte i riggen og de frådende bølgene. Fikk oppleve å stå til rors i uværet. Det røynte på gamle bein å stå å spenne imot vind og bevegelser. Med redusert seilføring dansa skuta elegant på bølgene med 10 knops fart.

Men det var mange som ikke hadde det godt i uværet. Sjøsyken bredte om seg, noen la seg på dekk mens andre fant køyene på banjeren og ble der så lenge uværet varte.

Det var derfor godt å gå i land i Lerwick på Shetland i sol og stille vær. Busstur til sørpissen på øya. Vi fikk se et landskap med flate, grønne grasbakker, uten et tre, men med tusenvis av sauer. (Vi så ikke alle disse.) Vakkert med dette åpne landskapet med imponerende, flotte steingarder.

Men så noen ord om ungdommene. De gav meg en like stor opplevelse som alt det andre. Det var fint å se hvordan de samspilte på turen. Rørende å se hvordan de tok vare på hverandre når noen ble sjøsyke eller hvordan de backet hverandre opp når de skulle i riggen. Men det som imponerte meg mest var hvordan de taklet det å leve sammen så



Torstein Thorbjørnsen //
om bord i Statsraad
Lemkuhl.

tett på banjeren. Jeg hørte ikke en irritasjon, ikke et ukvemsord eller noen form for krangling. Alt gikk stille og rolig for seg.

Så fikk vi oppleve konsert med shetlandsk folkemusikk om bord, og det var tydelig at ungdommene satte pris på denne rytmiske musikken. Jubelen stod i taket. Da bandet slo til med reels, ble det dans med stort engasjement. Ungdommene viste en livsglede som rørte meg. Et kor fra skolen kvitterte med flotte shanties. Imponerende hva de hadde øvd inn på et par uker.

Du er tøff du, var det ei jente som sa til meg etter at jeg var kommet ned fra ei økt i riggen den siste kvelden. Å få høre en slik kommentar fra ei ung jente, gjør noe med et gammelt hjerte. Det samme gjelder lignende kommentarer fra andre. Det var fint å oppleve positive, flotte ungdommer, som er raus med gode ord. Det gjør deg glad. Ungdommer fra Åsane folkehøgskole skal ha den største æren for at undertegnede gikk fra borde i Bergen, glad og tilfreds og med en opplevelse for livet.

SpareBank
SR-BANK



Psykiater **Anne Kristine Bergem** skriver om det å sette seg mål som gir mestring og glede.

TANKER PÅ STARTSTREKEN

AV ANNE KRISTINE BERGEM

Nå begynner "alt" igjen - skole, studier, jobb, fritidsaktiviteter.

Mange trives heldigvis på jobb, på studier eller på skolen, og ser fram til å møte kolleger, venner og arbeidsoppgaver, mens andre gruer seg.

Å grue seg til oppstart kan ha mange årsaker. Hvis man ikke har så mange venner, kan man grue seg til å sitte alene i kantina i lunsjen. Hvis man er redd for å mislykkes, kan man grue seg til prøver og tester og til alt presset. Noen gruer seg til travelheten. Til stresset.

Vi har et samfunn hvor det å måle er blitt veldig viktig. Måloppnåelse er bra, får vi høre.

Det er mye som kan sies om det, og jeg er personlig litt skeptisk, særlig til all målingen som foregår i skolen. Vi har også fått en måling av vellykkethet gjennom "likes" i sosiale medier. Antall venner og antall likes blir også noe vi måles på.

Men det går an å tenke seg at noen mål kan være bra. Hvis man setter de rette målene.

La oss helt hypotetisk sett si at jeg skulle finne på å begynne å løpe. Jeg driver ikke med løping, så det er et konstruert eksempel. Men la oss si at jeg ville bli god til å løpe.

Hvis jeg lagde meg et mål som innebar å bli den nye Usain Bolt, sier det seg selv at jeg er dømt til å mislykkes. Da ville jeg hver eneste gang jeg løp, kjenne på mislykkethet. Jeg ville føle at jeg ikke var god nok. Løping ville bli en kontinuerlig påminnelse om min egen begrensning og tilkortkommethet.



Hvis jeg derimot satte meg et mål om å bli litt bedre i morgen enn det jeg var forrige uke, er sjansen stor for at jeg faktisk ville være i stand til å nå målet mitt.

Deretter kunne jeg lagd et nytt mål om å bli enda litt bedre. Og hvis jeg

mot formodning skulle finne ut at jeg likte å løpe - hvem vet, kanskje kunne jeg bli stand til å løpe en etappe på Holmekollstafetten om et år eller to sammen med gode kolleger. Da kunne jeg vært kjempestolt av å ha fullført en kilometer eller to. Eller hvis jeg fant ut

at løping ikke er noen for meg, kunne jeg slutte med det. Dere forstår selvsagt at dette er et bilde som kan brukes på veldig mange områder i livet. Hvis du trenger mål i livet, så finn mål som gir mestring og glede, ikke mål som minner om utilstrekkelighet. Det kan være fint

å strekke seg etter noe og gi seg selv utfordringer. Sånt kan man vokse og utvikle seg på. Men man vokser ikke så mye ved stadige opplevelser av å ikke nå opp eller ikke får til det man ønsker. Det må være en balanse.

Det viktigste når det gjelder hva man gjør er etter min mening likevel ikke målene. Jeg blir stadig mer opptatt av hvordan man trives i prosessen - hvordan man har det i hverdagen mens man er på vei. Lever man livet sitt i tråd med verdiene sine?

Verdier kan være å gjøre sitt for å ta vare på miljøet, det kan være å være en god venn, eller det kan være ønske å gjøre verden til et litt bedre sted. En verdi kan også være personlig utvikling, å ta vare på helsen sin, det kan være å være ærlig og til å stole på eller andre ting.

Når et nytt skoleår begynner, kan det være tiden for å gå gjennom hvilke mål man har for det neste året, men ikke minst hvilke verdier man ønsker å leve i tråd med.

Det er så lett når man er ung å tillegge karakterer og testresultater stor betydning. Å stryke på en eksamen kan oppleves katastrofalt. Selv om karakterer og eksamensresultater selvfølgelig har en viss betydning, kan det være lurt å sette dem inn i en større sammenheng.

Som voksen eller som forelder er det kanskje noe man kan hjelpe ungdommene sine med.

Selv er jeg 48 år. Sånn litt over midt i livet - kanskje. Det vet jeg jo ikke, men forventet levetid for norske kvinner er litt over åtti år.

▼
Anne Kristine Bergem er lege, spesialist i voksenpsykiatri, gruppeterapeut og har en mastergrad i kommunikasjon og ledelse.

Hun har bidratt med faglig kompetanse om temaet psykisk helse for Sterk&Klar.

Når jeg ser tilbake på min skole- og studietid, er det noen ting jeg husker bedre enn andre. Jeg husker lite av egne karakterer, men det viktigste er at jeg husker ingenting av mine venners. Det jeg husker er hvem jeg kunne snakke med hvis jeg hadde det vanskelig. Jeg husker hvem som hjalp meg å flytte. Jeg husker hvem det var hyggelig å være sammen med og jeg husker hvem jeg kunne spørre hvis det var faglige spørsmål jeg lurte på.

Oppfordringen til alle unge som står på startstreken av et nytt skoleår blir derfor å finne balansen. Ha gjerne noen mål som er realistiske og som utfordrer på en god måte. Strekk deg. Men kjenn etter at du lever et liv hvor du er godt forankret i verdiene dine.

Gode voksne er de som kan være samtalepartnere for ungdommer som står på startstreken, de som er gode rollemodeller og viser hva som er viktig i livet.

Gode voksne heier - ikke ved målstreken, men underveis.

Som en god voksen for en ungdom kan man hjelpe ungdommene til å finne ut hvordan de kan være de beste seg selv og hvordan de kan bry seg mer om hvordan andre har det enn om hvilken karakter de får på eksamen.

Budskapet må være:
VIKTIGERE ENN HVA DU VIL BLI, ER HVEM DU VIL VÆRE.



VELTILPASSEDE UNGDOMMER

Årets nasjonale Ungdata-rapport bekrefter tallene fra de siste årene. Norsk ungdom er stort sett veltilpasset og skikkelige.

AV JAN TORE EVENSEN

POSITIV TREND FORTSETTER

De fleste norske ungdommer har det bra. Riktignok viser årets Ungdata-undersøkelse at ungdommer er mindre optimistiske enn et år siden, begår noe flere lovbrudd og gjør mindre leker, men i det store og hele fortsetter den positive trenden vi har sett de siste årene. 83 prosent er fornøyd med foreldrene sine og rundt 90 prosent trives på skolen. Sammenlignet med tidligere ungdomsgenerasjoner beskriver forskerne

bak undersøkelsen dem som "en del skikkeligere" og på mange måter mer veltilpasset. Få er utsatt for vold, og det store flertallet opplever ikke å bli plaget eller mobbet av jevnaldrende. To av tre tror de kommer til å ta høyere utdanning og rundt like mange er nokse sikre på at de kommer til å få et godt og lykkelig liv.

BRUK AV RUSMIDLER ØKER MED ALDER

Bruken av rusmidler øker gjennom tenårene, men ligger fortsatt historisk lavt. Mens 22 prosent av guttene og 25 prosent av jentene i tiende klasse sier at de har vært tydelig beruset siste år, øker dette til 43 prosent og 47 prosent i VG1 og 77 og 76 i VG3. Svært få har drukket så mye som en enhet eller en drink alkohol før de har fylt 14 år. Blant elever på VG2 er det 55 prosent som sier at de har drukket en alkoholenhet før de fylte 17 år. Når det gjelder hasjrøyking har 23 prosent av guttene og 13 prosent av jentene brukt hasj eller marihuana siste år. Dette er noe høyere for guttene enn tidligere,

men ellers har omfanget ikke endret seg mye siden Ungdata-målingene startet i 2010.

BRUKER TALLENE AKTIVT

Årets rapport er den femte i rekken. Tallene for 2016 er basert på data samlet inn 2015-2017, og totalt inngår 288 900 ungdomsskoleelever i analysen av endringer over tid. Svarprosenten er høy, slik at tallene gir et godt bilde av norsk ungdom i dag. "I Sterk&Klar" bruker vi Ungdatatallene aktivt, forteller prosjektleder Mirjeta Emini, de lokale tallene gir oss en god pekepinn på hvordan ungdom har det i de ulike kommunene vi besøker, hvilket betyr at vi kan jobbe enda mer målrettet. Vi finner det oppløftende at de nasjonale tallene viser at båndene mellom ungdom og foreldre er forsterket og at nedgangen i alkoholbruk og røyking blant ungdom fortsetter. Det er samtidig noen utfordringer vi må ta på alvor, som psykiske helseplager. Dette snakker vi blant annet om på vårt foreldretreff på 9. Trinn på høsten. En ungdom som sliter, er en for mye.



FORTSATT HØYE TALL PÅ PSYKISKE PLAGER

Psykiske plager og stress har vært de svarte skyene på himmelien de siste årene, og dette forsterkes i den nye rapporten. Rundt 30 prosent av jentene på videregående skole har et høyt nivå av depressive symptomer, noe som er en økning fra tidligere år. Guttene ligger rundt 10 prosent. Årets undersøkelse viser også at andelen som opplever ensomhet er den høyeste som noen gang er registrert i Ungdata. Opplevelsen av skolestress er høyest i 10. Trinn og på VG3. Bruken av reseptfrie medikamenter er også relativt høyt.

- Det er urovekkende at andelen som rapporterer om bekymringer og depressive symptomer, bare fortsetter å øke, sier Anders Bakken, som leder Ungdatasenteret ved NOVA til forskning.no. Han peker også på trekk som kan tyde på at "skikkelighetstrenden" som har preget ungdomsgenerasjonen har stoppet noe opp. Det er imidlertid for tidlig å si noe hvorvidt dette er et trendbrudd.

SpareBank 1
SR-BANK

DYBDAHL
BETONG- & RIVESERVICE AS

tannhelsehuset
haraldsgaten as

HBO

IOGT
Barnehagen
BLANDINGSGATE 48 8011 HAUGEBYRD
TILF. 82 72 10 44 MAIL: iogt@barnehage.no
www.iogt.barnehage.no

POPPCORN
www.poppcorn.no

6 FAKTA OM OVERDOSER

For mange dør av overdoser i Norge hvert år. I debatten hevdes det at Norge ligger på toppen i Europa i overdosedødsfall. Actis - rusfeltets samarbeidsorgan har nå gjennomgått forskning på feltet, og skrevet et notat om temaet som kan hentes ned på:

<https://www.actis.no/notat/overdosesituasjonen-i-norge>

// HVOR MANGE DØR AV OVERDOSER I NORGE?

I 2015 var det 289 narkotikautløste dødsfall. 221 av disse var overdoser.

// HVA ER EN OVERDOSE

Ved en heroinoverdose mister kroppen signalet om å puste. Personen blir bevisstløs og dersom man ikke får pustehjelp kan offeret dø av oksygenmangel. Overdoser handler sjelden om veldig høye doser eller urent stoff. Overdosen kommer fordi det ble mer enn det kroppen tålte akkurat denne dagen.

// HVEM DØR AV OVERDOSER?

Ellen J Amundsen ved Folkehelseinstituttet har forsket på hva som kjennetegner dem som dør av overdoser. Hun fant tre klare grupper:

- Personer med meget lav sosioøkonomisk status: Hovedsakelig personer 15 - 44 år med bare grunnskole, uten inntektsgivende arbeid. Denne gruppen representerer "gatepopulasjonen" blant narkotikabrukere.
- Uføre. Hovedsakelig eldre (35-64 år), nesten alle med uførepensjon, lavt utdanningsnivå. Dette er personer som kan ha vært i en langvarig misbrukersituasjon, men også personer som har andre sykdommer utover legens forskrivning være dødsårsak.
- Personer i ytterkanten av arbeidsmarkedet. Hovedsakelig 25-54 år, høyere utdanningsnivå enn i de tre andre gruppene.

De fleste forebyggende tiltak med sikte på skadereduksjon er rettet inn mot den første gruppen.

// ER NORGE EN VERSTING PÅ OVERDOSER?

Norge har et høyt antall overdosedødsfall i løpet av året. Antallet dødsfall økte frem til 2001. Fra 2001 til 2003 sank antallet, og har siden vært mer eller mindre stabilt. EMCDDA, som utarbeider den europeiske oversikten advarer imidlertid med å sammenligne overdosedødsfall mellom land.

Noen land har systematisk under-rapportering. Det er ulike rutiner for registrering av overdosedødsfall og ulikheter i andelen som blir obdusert. Selv små endringer i koding og registrering kan påvirke resultatene?

Landene med høy overdosedødelighet, som Norge, har høy obduksjonsrate og forholdsvis komplette data.

// HVILKE STOFFER FORÅRSAKER OVERDOSER?

Det er vanskelig å fastslå hvilket stoff som er utslagsgivende for et narkotikautløst dødsfall. Men det er ikke slik at alle overdoser skyldes stoffer som er illegale. 2014 var 86 prosent av dødsfallene knyttet til opioider. Det er ut fra informasjon i Dødsårsaksregisteret heller ikke mulig å skille mellom dødsfall som skyldes opioider forskrevet av lege, eller som er kjøpt illegalt. Hovedvekten av dødsfallene skyldes heroin, men tendensen avtar med alder på avdøde. Men også LAR-medikamenter, da spesielt metadon er årsak til overdoser. Toksiologiske undersøkelser indikerer at de fleste som dør av metadon ikke var i LAR-behandling. De fleste metadon-relaterte dødsfallene skjer i kombinasjon med andre stoffer.

// HVORFOR LIGGER NORGE RELATIVT HØYT?

Bretteville-Jensen (2011) peker på noen forklaringer

- Definisjonen av overdosedødsfall. I Norge er det generelt færre "konkurrerende" dødsårsaker, som for eksempel HIV/AIDS. Dersom disse formene for narkotikarelaterte dødsfall blir inkludert i statistikken, havner Norge noe lenger ned på lista.
- Skadelig bruksmønster. Det er flere som injiserer heroinen i Norge enn i andre land. Det er forbundet med langt større risiko enn for eksempel røyking.
- "Forsinket epidemi". Økningen i heroinbruk kom senere hit enn til andre land i Europa. Dermed merker vi følgende av denne på et annet tidspunkt enn de øvrige landene.

EN ENER I NORSK MUSIKK OG KULTURLIV

Fredag 7. juli døde Egil Monn-Iversen etter å ha vært syk i mange år. Det triste budskapet kom således ikke som noen overraskelse. Likevel var det rart å ta innover seg at denne ener i norsk musikk- og kulturliv har gått ut av tiden, 89 år gammel.

AV AAGE WIIK

HELE FAMILIEN I IOGT

Det var på 1950 - tallet jeg ble kjent med Egil. Vi hadde en felles plattform gjennom medlemskap i IOGT, han i Oslo, jeg på Lørenskog. Hele familien hans var i losje "Nordlyset" i Oslo. Losjen hadde eget salongorkester, og der tok han sine første steg som arrangør. Han hadde en bror - og faren Rudolf Iversen ønsket nok at guttene skulle bli brukere av klassisk musikk. Arne satset på fiolin og arbeidet som fiolinist i Filharmonisk orkester i mange år. "Planen" til faren var at Egil skulle bli organist - men det ble ikke til annet enn organist i losje "Ungdommens Vel". Egil hadde når vi traff hverandre et veletablert orkester med noen av landets best jazzmusikere. Da jeg spurte om mulighetene for et samarbeid var han spontant positiv til dette. Dette var jo før Fjernsynets tid. Det var lett å samle et stort publikum til arrangementer. I 1951 kunne IOGT feire 100 årsjubileum. Tirsdag 6. november 1951 inviterte Lørenskog Godtemplar Ungdomslag til hyggekveld i kinosalen på Strømmen og i "Framtia"

på Lørenskog. Her ble det et møte med lyrikeren Herman Wildenvey, showstjernen Per Asplin og Egil Monn Iversens orkester med Sølvi Wang som vokalist.

OVERTOK DRIFT AV BYGDØ SJØBAD

I tiden framover kom Egil Monn-Iversen og hans orkester til å sette sitt preg på underholdningslivet på Romerike. Lørdag 8. mars 1952 ble Karusellen arrangert i Den høyere skoles Aula på Lillestrøm som markering av IOGT's 75 årsjubileum i Norge. Det ble mange konserter og arrangementer med dans i distriktet - bl.a. på sommerstevner på den populære Robsrudhaugen i Lørenskog. IOGT i Oslo hadde i 1947 overtatt driften av Bygdø Sjøbad. Det økonomiske resultatet var dårlig. Situasjonen ble drøftet med Egil. Han var villig til å stille opp sommeren 1952 med sitt orkester 4 ganger hver uke. Forfatteren Sverre Gunnar Haga skriver i sin uautoriserte biografi "Gudfaren" (Gyldendal 2008) bl.a. at "sesongen strakk seg fra mai til september og ble en enorm suksess blant det unge publikummet. 25 000 mennesker gjestet stedet gjennom sommeren og bortimot alle var edru. Coca Cola Company elsket jazz. Egil Monn Iversens orkester fikk en liten del av kaka. Inngangsbilletten vekslet mellom to kroner og to kroner og femti øre. Bandet fikk kr. 210.- per. kveld i honorar."

KLIPPEKORT I NRK

Allerede på dette tidspunkt var det nært vennskap mellom Egil Monn-Iversen og og NRK's Erik Diesen.

Til konsertene på Bygdø Sjøbad kom NRK-folk med fullt opptakststyr og gjorde en rekke direktesendinger over radio på fredagskveldene i programposten "Sommerfuglen". Egil Monn-Iversen og hans besetning fikk solid egenreklame helt gratis. Egil Monn-Iversen var sikret klippekort i NRK. Et høydepunkt sommeren 1952 var St Hansaften med nesten 3000 besøkende. Men denne kvelden var også den populære sangkvartetten "The Monn Keys" på programmet med Erik Diesen som konferansier. Suksessen fra 1952 ble gjentatt sommeren 1953.

SHEIKEN

Lørenskog Godtemplar Ungdomslag hadde startet sin teatergruppe "Sheiken" i 1947 uten de helt store resultatene. I 1952 spurte jeg Egil om han kunne tenke seg å overta det musikalske ansvaret for "Sheiken" sammen med sitt orkester. Det var han positiv til. Slik gikk det til at flere av Norges beste jazzmusikere på den tiden vanket i IOGT-lokalet "Framtia" på Lørenskog og spilte til revy. Det startet med revyen "Kjøss Katta". I 1953 ble det "Monn det ?" Av de ca. 30 revyene "Sheiken" satte opp fra 1947 til 1980 ble nok disse to de beste ikke minst takket være flott musikk. Svakheten - om vi kan si det slik - var at publikum strømmet til ikke for å se revyene, men for å høre Egil Monn-Iversens eminente orkester. Vi reiste rundt i Østlandsområdet. Enten det var forestilling med etterfølgende dans i Studentersamfunnet på Ås eller i Drammen Teater var orkestrets honorar det samme - kr. 210.- , - kr. 30.-

til hver musiker + kr. 30.- ekstra til orkesterlederen. Det ble også turneer - til Stavanger og NGU's landsmøte i 1952 og til Nord -Norge i 1953, helt opp til NGU's landsmøte i Tromsø i 1953. Samarbeidet med Egil Monn-Iversens orkester fortsatte utover i 1954. Det er som Sverre Gunnar Haga skriver i sin biografi at "Norges Godtemplar Ungdom hadde aktive lokalforeninger over hele landet. For mange av disse var Egil Monn Iversens orkester den beste måten å trone en lørdagskveld på. Fansen var begeistret. Akershus Arbeiderblad skrev etter en konsert i Lillestrøm Kinoteater i 1951. - Et langtrukket og frydefullt å - å - åh gikk gjennom salen fra de yngre årganger."

RØTTER TIL ARBEIDER- OG AVHOLDSBEVEGELSEN

Så kom dagen i 1954 da Egil kom til meg og meddelte at fra høsten 1954 var han engasjert som kapellmester og orkesterleder på Chat Noir. Han tok med seg orkestret dit. Det ble en sluttstrek for samarbeidet om revyene til "Sheiken". Med dette startet også den egentlige og ganske enestående karrieren til Egil Monn Iversen i norsk musikk- og kulturliv. Han var et arbeidsjernet av de sjeldne. Det er bare imponerende det han klarte å skape på så mange områder - fra revy og musicalteater til å skrive musikken til 60 spillefilmer. I bunnen aner vi hele tiden røtter til arbeider - og avholdsbevegelsen - ikke minst i musikalen "Ungen" etter Oskar Bråthens roman. For meg er det med spesielle følelser jeg tenker tilbake på 1950-årene, de mange samtalene og arrangementene med Egil, - aldri en eneste konflikt. En avtale var en avtale. Et av høydepunktene ble SGU's jubileumskongress (50 år) i Stockholm i 1956. Da stilte Egil med 14 manns storband og sangkvartetten The Monn Keys. I et portrettprogram om Egil Monn-Iversen sa Andreas Diesen det slik: - Det spørres om Norge noen gang får en person som i den grad kommer til å sette sitt preg på musikk- og kulturlivet slik som Egil Monn -versen gjorde.

Vi har så utrolig meget å takke denne mannen for - for det engasjementet han viste og alt det han skapte.



Egil Monn-Iversen // ved pianoet.

Bygdø sjøbad var en populær // møteplass for Oslofolk i årene fra 1950 og utover, da IOGT i samarbeid med NGU drev stedet.

RUSPROBLEMER FORSTERKER SOSIALE ULIKHETER

Grupper med større sårbarhet og færre ressurser rammes også hardere når det gjelder rusproblemer. Sosiale forskjeller både forklarer og forsterker.

AV JAN TORE EVENSEN

SOSIOØKONOMISK STATUS

Sosial ulikhet kan måles på forskjellige måter. I forskningen ser man gjerne på sosioøkonomisk posisjon eller status (SES), vanligvis målt som utdanning, yrke og/eller inntekt. Studiene ser så på forskjellen i helse f.eks mellom høyt og lavt utdannede, mellom høye og lave inntekter eller som en funksjon av flere slike kjennetegn.

Sosiale forskjeller er med på å forklare forbruksnivå og -mønster, men bruk av rusmidler forsterker altså også de sosiale ulikhetene som

ungdom i Oslo vest drikker mer, men har færre alkoholproblemer enn de ungdommene som drikker i Oslo øst. 80 prosent av ungdommene i 10. klasse og første klasse på videregående i de tre rikeste bydelene i Oslo drikker alkohol. Blant deres jevnaldrende i de fattigste bydelene drikker mindre enn halvparten. Men generelt dårligere levekår og et svakere sosialt sikkerhetsnett fører til at alkoholen er farligere for ungdom i Oslo øst. (Selv om totalt sett flere ungdommer har alkoholproblemer i vest fordi så mange flere drikker.) Konklusjonen i den norske undersøkelsen fra 2015 er et av flere eksempler på koplingen mellom alkohol og sosial ulikhet.

finnes. Det finnes studier både innenfor land og mellom land som bekrefter dette. Det er f.eks en klar tendens til at flere drikker og at gjennomsnittsforkonsumet er høyere i rike land enn i fattige land. Det er også godt dokumentert at det finnes en sammenheng mellom høy inntekt og forbruk. De med høye inntekter drikker i gjennomsnitt mer enn de med lave.

GJORDE GJENNOMGANG AV FORSKNINGEN

Helsedirektoratet gjorde i 2016 en gjennomgang av forskning på området, og konkluderte med at:

- Sammenhengen mellom sosioøkonomisk status og det mest skadelige konsumet er komplisert og resultater fra ulike studier spriker. Men det er en tendens til at man i grupper med lavere sosioøkonomisk status finner et drikkemønster med mer fyll og høyt forbruk over en kort periode, mens man blant de med høyere status finner flere som har et høyt forbruk over en lengre periode.
- Mange studier har funnet at alkoholrelatert sykkelighet og alkoholproblemer er vanligere i grupper med lavere sosioøkonomisk status.
- Det er en klar sammenheng mellom alkoholrelatert dødelighet og lav sosioøkonomisk status på tvers av en rekke studier.

En meta-analyse (det vil si en forskningsrapport som går over resultatene fra mange studier på et felt) fra 2014 konkluderte med at lavere sosioøkonomisk status førte til 1,5 – 2 ganger så høy dødelighet for alkoholrelaterte årsaker sammenlignet med andre årsaker. Lav sosioøkonomisk status er generelt assosiert med høyere dødelighet, men denne risikoen er altså spesielt høy når vi ser på de alkoholrelaterte årsaker.

STØRRE SÅRBARHET OG FÆRRE RESSURSER

Noe av forskjellen i helseskader kan forklares med ulike bruksmønstre. Et drikkemønster preget av episoder med høyt forbruk regnes som mer risikofyllt enn et langvarig, jevnt forbruk. (Selv om det siste også fører til sykdommer.) Både den norske gjennomgangen og andre rapporter konkluderer imidlertid med at dette ikke kan være hele forklaringen, men at det også handler om at det blant personer med lavere sosioøkonomisk status er en større sårbarhet og at de har færre ressurser for å møte utfordringene som et høyt forbruk kan føre med seg. I tillegg er det blant denne gruppen en større andel med andre helsefarlige matvaner eller vaner som virker sammen med alkoholforbruket og skaper dårligere helse.

Marginalisering eller stigmatisering av visse grupper kan også ha betydning. Folk med alkoholproblemer blir fort sett på som å være uforutsigbare og farlige, og dette stigmaet har vist seg å være spesielt høyt for gruppen som også har lav sosioøkonomisk status.

IKKE EN ENKEL LØSNING

En konklusjon av sammenhengen mellom sosial ulikhet og alkoholproblemer er at for å gjøre noe med problemene må man først og fremst se på de sosiale forholdene som folk bor under. Boligpolitikk, sosialpolitikk og arbeid for reduserte forskjeller vil også kunne være med å redusere rusproblemene.

Den svenske regjeringsoppnevnte kommisjonen for "jämlig hälsa" som la frem sine forslag i vår skriver i sin sluttrapport at "kontroll över sitt eget liv, tillit till andra, inflytande och delaktighet i samhället är faktorer som samverkar med villkor och möjligheter inom andra centrala områden med konsekvenser för hälsan. En högre grad av kontroll i livet kan uppnås med bättre ekonomiska möjligheter som ger fler handlingsalternativ i olika situationer."



Samtidig har de tradisjonelle virkemidlene vi har for å holde forbruket nede stor betydning. De kontrollpolitiske virkemidlene er effektive. Ettersom lavinntektsgrupper er mer påvirkelig for prisendringer enn høyinntektsgrupper kan man forvente at en prisøkning på alkohol vil føre til større nedgang i alkoholforbruket i lavinntekts- enn i høyinntektsgrupper. Alkoholforskeren Robin Room viser for eksempel til at på grunn av høye avgifter på alkohol var skrumplever tidligere stort sett en sykdom som rammet de med god økonomi i Storbritannia, mens fallet i alkoholprisene har ført til at sykdommen nå i større grad rammer personer med dårligere økonomi. En litteraturgjennomgang Sarah Hill et.al gjorde på tobakkfeltet viste at det særlig var prisvirkemiddelet – høye avgifter – som hadde det største potensialet for å redusere sosioøkonomiske forskjeller i røyking, særlig når man så på inntekt og yrke.

REDDER LIV

En forskningsstudie av University of Sheffield konkluderte med at innføring av minimumspriser på alkohol i Storbritannia ville føre til 860 færre dødsfall og 29 900 færre sykehusinnleggelser knyttet til alkohol per år, og at gruppen rutinearbeidere eller håndverkere som er rundt 41 prosent av befolkningen ville stå for rundt 80 prosent av disse reduksjonene. Da Finland

reduserte alkoholavgiftene i 2004 økte forbruket og omfanget av alkoholrelaterte skader. Økningen i alkoholrelatert dødelighet og økningen i alkoholrelatert sykkelighet ser ut til å ha vært noe større i lavere sosioøkonomiske grupper enn i andre deler.

Helsedirektoratet sin rapport viser til at flere typer av begrensning i tilgjengelighet av alkohol som lørdagsstengning og streik i utsalgssteder (f.eks vinmonopolet) synes å ha hatt større effekt på de mer marginaliserte gruppene med lav sosioøkonomisk status enn i andre deler av befolkning.

HANDLER OM SOLIDARITET

Til slutt handler dette også om hvordan rusvaner smitter. I den nevnte undersøkelsen av ungdommer fra Oslo øst og vest skriver forskerne Willy Pedersen og Andres Bakken i en kronikk at "På vestkanten leker ressurssterke ungdommer med farlige gleder, alkoholen flyter og fest-sigarettene hører med når de setter standard for hva som er "in". Den samme standarden får mer alvorlige konsekvenser blant ungdommer i Oslo øst, og forskerne mener derfor at det ligger et eget ansvar på unge og voksne på Oslo vest for å korrigere en livsstil hvor alkohol og festøyk spiller så stor rolle. Det handler om solidaritet, avslutter forskerne.

ALKOHOLKULTUREN UTFORDRER

To nye ansatte er klare til innsats på IOGT-kontoret denne høsten.

AV JAN TORE EVENSEN

Anne Louise Skoland overtar ansvaret for IOGTs sosiale arbeid etter Odd Kjell Ingvaldsen, og David Aguim som er ny prosjektleder i Intro.

SER FREM TIL Å KOMME UT

- Jeg gleder meg til å komme ut, sier David. - Jeg skal snart på det første foredraget, og har sittet og øvd foran tomme stoler hjemme. "Intro er et prosjekt som retter seg mot innvandrere. Målsetningen er å støtte opp om de restriktive holdningene til rus som ofte finnes i disse miljøene." Opprinnelig kommer han fra Togo, et lite land i Vest-Afrika, men vokste opp i Harstad. I Intro skal David jobbe i 50 prosent mens han studerer til å bli lærer.

Anne Louise ser også frem til å komme rundt, hilse på ansatte og frivillige både på Sammen-sentrene, Møteplassen i Kopervik og Solhaug forebyggings-senter i Levanger. - Jeg er sikker på at det er mange flinke og engasjerte mennesker der ute som jeg ser frem til å bli kjent med og arbeide sammen med, forteller hun. Det hadde hun også i Frelsesarmeen hvor hun har jobbet i ulike posisjoner de siste tjue årene. Sist som leder for Frelsesarmeens fengselsarbeid. - Fra mitt tidligere arbeid tar jeg med meg et engasjement for de utsatte i samfunnet. Et ønske om å kunne være med å bidra til en meningsfull hverdag for de som sliter. Også håper jeg at det jeg har av erfaring og kunnskap gjør at jeg kan tilføre noe til IOGT som organisasjon.

DREV AKTIVITETSSENTER

Før arbeidet i fengslene var hun i mange

år korpssleder i Frelsesarmeen eller pastor i Mandal. Her drev hun og hennes mann blant annet et arbeid ganske likt som IOGTs Sammen-prosjekt hvor de hadde aktivitetssenter og varmestue i byen. Hun har også jobbet som daglig leder i en Fretex-butikk og som sykepleier på frelsesarmeens sykehjem.

David søkte jobben som ny prosjektleder i Intro fordi han syntes jobben så spennende ut, og han ønsket å jobbe med innvandrere og integrering. Gjennom vervet som ungdomsrepresentant i rådet for innvandrersamfunn i Oslo har han sett flere av de utfordringene som prosjektet tar for seg. - Alkohol kan være et hinder for integrering fordi vi alle kommer bort i det, sier han, enten som voksen i arbeidslivet eller som ungdom. - Å bli sosialisert er en viktig del av integreringen. Og om du er ung, er med i en vennegjeng er det ikke like enkelt å si nei når du blir invitert med på fest. Gjennom oppveksten i Harstad har han selv møtt på drikkepress. - Selv om jeg sa ifra at jeg ikke drikker kunne det være en utfordring, slik det er for mange.

ALKOHOLKULTUREN SKAPER STIGMA

Den norske alkoholkulturen er noe de begge kommer tilbake til. Den er en utfordring både for de som ikke ønsker å drikke, og de som har hatt problemer med egen drikking. - Det er jo denne dobbeltheten i at alkohol lovpriser generelt i befolkningen samtidig som det blir et slikt kjempestigma for de som ikke klarer å håndtere alkoholen, mener Anne Louise. - Man blir marginalisert om man ikke takler det.

Noe annet som er felles i jobbene er arbeidet med å organisere frivillige. Fra arbeidet i Frelsesarmeen har Anne Louise mye erfaring med hvordan dette kan gjøres. - Det finnes ikke noe fasitsvar. Ofte trenger vi fagpersonale, men det er også behov for kunnskap utover det. Mye av det som foregår på et aktivitetssenter handler jo om at noen er villig til å sette seg ned og drikke litt kaffe med de som kommer. Og der er frivillige uvurderlige ressurser. Det handler om å kunne anerkjenne hverandres rolle og ressurser, understreker hun. - Vi trenger både den pensjonerte kontomedarbeideren som har et hjerte for de rusavhengige like mye som vi trenger sosionomen eller psykiateren eller sykepleieren.

MÅ BYGGE TILLIT

Folk med minoritetsbakgrunn er underrepresentert i det frivillige arbeidet. David mener at det er viktig å bygge tillitt, samtidig som man gir en opplæring i hvordan det er å drive en organisasjon. - Organisasjonene må bli flinkere til å ta utgangspunkt i interessene til innvandrerbefolkningen, mener han. - Mange kommer fra land hvor ting ikke er så organisert som det er i Norge. Det er en prosess å komme gjennom. Frivilligheten - organisasjonene - som ønsker å samarbeide med innvandrere må ta kontakt og også være litt tålmodige. Vi må inn i miljøene, vi kan ikke sitte og vente på at de skal komme til oss. Begge to vil ha kontorene sine i Torggata i Oslo, men kommer til å reise mye rundt i landet rundt om på de ulike tiltakene og for å holde foredrag.



Anne Louise Skoland //
og David Aguim er
nye på IOGT-kontoret
nå i høst.



VÅRE HYTTER

Vi fortsetter serien med våre hytter fra sist nummer.



ULAHEIM

Ulaheim eies av et andelslag bestående av IOGT-medlemmer. Opprinnelig var det en gammel husmannsplass, som ble kjøpt i 1920 av Godtemplarungdomslaget Ulabrand i Halden. Eiendommen besto da av en boenhet og en låve. Låven ble revet eller ombygget til hytte beregnet for lagsaktivitet. Eiendommen består av 24 mål og ligger i et populært hytteområde utenfor Halden. Eiendommen har strandlinje og vakker utsikt over Singløvfjorden. Takket være noen meget arbeidsvillige og dyktige ildsjeler, så er det satt i gang et særdeles omfattende oppgraderingsarbeid som nå nærmer seg sin ferdigstilling. Begge hyttene har innlagt vann og avløp pluss toalett og dusj. Det er montert nye kjøkkeninnredninger og hyttene fremstår som meget tiltalende. Den hvite hytta "Gamlestua" har ett soverom pluss hems. Den røde hytta har 4 soverom, 3 dobbeltrom og et enkeltrum. Hyttene leies ut. *Kontaktperson for eiendommen er Alfred Isaksen, 981 27 318*



GLOBUSHYTTA

Hytta som eies av IOGT Lørenskog ligger på Sjusjøen i Ringsaker kommune, ca. 18 mil fra Oslo. Den ligger i et skogsterreng med stier/skiløyper opp til snau fjellet. Det er vei helt fram til hytta. Vinterstid er det store løype-nettet flere mil langt. Det er heller ikke så langt til en liten slalåmbakke. Sommerstid er det fint tur- og sykkelterreng i området. Hytta består av to soverom med 7 sengeplasser i familiekøyesenger + seng, stue med åpent kjøkken, toalett og bad med dusjkabinett og vask. Fyring i vedovn, men også el-ovner. Enkel TV med NRK-kanalene. Samlet areal ca. 60 m² + annekst som kaldt lagerrom. Tomta er på ca 1000 m². IOGT-ere betaler 450.- for en helg og 900 for en uke. *Hytteansvarlig er Per Ole Braathen, 952 36 740*



FOTEN

OAØ krets av Juvente eier en tomt ved Foten badebasseng i Onsøy i Fredrikstad. Eiendommen består i dag av ca. 15 dekar tomt, hvorav ca. 4 dekar er en slette som i dag benyttes til fritidsaktiviteter for hyttebeboerne og til avgiftsbelagt parkering på badedager. Her er det også mulig å sette opp campingvogn eller telt. Noen familier har vognen sin der fast, og det er lagt inn strøm slik at det er nok til mange flere campingvogner. Det er også bygget et toalettanlegg med toaletter og en dusj. For langtidsleie betaler medlemmer kr. 4500 og andre kr. 5000.- Det er også mulig med korttidsleie. Eiendommen ligger nær Foten badebasseng, så det er flotte bademuligheter. Badestranda er kåret til en av de beste i landet.

For nærmere informasjon, ta kontakt med eiendomsstyrets leder, Per Janssen, telefon 952 14 571.

SPANANDE OPPGÅVE FRAMOVER

Nils Johan Garnes //
Leder i IOGT Norge

Dette er første Aksent etter Landsmøtet på Åsane 9. - 11. juni, og det er ei takksam oppgave å skulle skrive ei tekst til den første utgåva av Aksent som ny leiar for vår flotte organisasjon. **På Landsmøtet var det godt oppmøte og heile 86 delegatar.** Dette gav eit godt utgangspunkt for mange bra diskusjonar, og saman med resten av Sentralstyret har eg no fått ei spanande oppgave dei neste to åra.

NYTT STYRE - OG NYE REALITETAR?

Landsmøtet valgte eit nytt Sentralstyre for IOGT, som har blitt presentert på andre sider her i Aksent, og det er ei glede å skulle vere leiar for eit veldig godt styre med brei erfaring og kompetanse både frå IOGT og utanfor rørsle. Eg ser fram til ein periode der me har fått ansvar for å halde fram med, samt utvikle, det gode arbeidet IOGT allereie gjer. Då tenkjer eg både på lokalt og regionalt arbeid med utruleg mykje aktivitet og engasjement, og også sentralt med drift av ei stor prosjektrekkje. Alle nivå bidreg og gjer eit innholdsrikt og viktig bidrag for samfunnet me lever i og eg meiner me har veldig stor grunn til å vere stolte av alt som skjer i regi av IOGT!

Som ny styreleiar er eg heldig som kan koma inn som leiar for ein veldreven organisasjon med engasjerte medlemmer og ein profesjonell administrasjon av organisasjonen. Dette gjer oss i stand til å ta fatt i store oppgaver på ein god måte - og store oppgaver kan det bli. Eit nytt Storting kan gi ei ny endring. Eg meiner det er viktig for oss å kjenne til desse endringane, og også la Stortinget og dei folkevalgte kjenne til oss! Eg håpar at me som medlemmer i IOGT kan bruke våre folkevalgte aktivt til å fortelle dei kva me meiner er viktig. Og eg håpar at me alle kan gjere dette og at enkeltmedlemmer og avdelingar tek kontakt med sine representantar for å

introdusere IOGT og kva me gjer. Eg hjelper veldig gjerne til med dette og skriv gjerne til meg så kan me gjere dette saman! Epostadressa mi er nils.johan@iogt.no

SAMBRUK AV MEDLEMMER OG PROSJEKT

Ei anna endring, som me allereie erfarer, er nye former for deltaking og engasjement. IOGT er ein sterk medlemsorganisasjon med lang tradisjon for frivillig arbeid i regi av medlemmer med eit stort ansvar og omtanke for samfunnet. Det er imponerende å tenkje på tiltak og prosjekt som har blitt satt i gang som ein respons på kva ein såg av behov i samfunnet, og eg tenkjer då til dømes på eigedomar langs kysten som var aktive samlingsplassar og sosiale tiltak - og som eg har forstått det var ein respons på det ein såg som behov på det tidspunktet. Dette har gitt store verdier til organisasjonen og det er viktig at me forvalter og tek ansvar for dette som organisasjon. Organisasjonsform og engasjement er i dag kanskje uttrykt på ein annan måte enn det IOGT såg ut som for 70 eller 35 år sidan, og eg meiner at me må både ta vare på denne tradisjonen samtidig som me forstår andre former for engasjement. Me ser til dømes stor oppslutning for aktivitet i enkeltprosjekt som me driv og det er tusenvis av underskrifter for Hvit Jul kvart år. Desse uttrykka for engasjement gir ikkje nødvendigvis umiddel-

bart fleire hender til drift av organisasjonen vår, men det er likevel uttrykk for oppslutning og engasjement for oss og sakene våre. Og meiner det vil vere viktig for oss å verdsette dette engasjementet i seg sjølv, men også å sjå moglegheiter for ei sambruk. Me har allereie i dag døme på korleis engasjerte folk kjem i møte med IOGT gjennom prosjekt eller tiltak og deretter blir aktive medlemmer - og eg håpar me kan bygge opp om dette og fostre dette meir dei neste to åra som kjem. Og sambruket må også gå andre vegen, der me som medlemmer kan delta i prosjekt og sjå nytten av nye former for engasjement. Det har nett blitt arrangert ei kurshelg for vårt nye prosjekt om besteforeldrerolla, og her håpar eg både folk som har vore medlemmer i lang tid og nye engasjerte kan møtes og få eit meningsfylt innhald til dette prosjektet. Eg håpar me på neste Landsmøte kan sjå endå fleire fjes som har blitt engasjert i IOGT ved å møte oss gjennom prosjekt og kampanjer og som i etterkant ser verdien av å skulle engasjere seg også som medlemmer og bidra til det viktige arbeidet me gjer som organisasjon. Utan organisasjonen er det heller ikkje det same grunnlaget for prosjekta våre, og det er vår tradisjon med frivillig engasjement saman med ei god fagleg drift som gjer at me har eit fantastisk utgangspunkt for å drive godt arbeid over heile landet.

Fokus på alkohol ga mindre promillekjøring

Rundt 1,4 millioner amerikanere blir hvert år arrestert for å kjøre bil i beruset tilstand. Som regel får de en straff i form av å miste førerekortet, begrensning av kjøring eller alkohol på bilen. I South Dakota har de imidlertid de siste ti årene fokusert mer på fjerne alkoholen enn å begrense muligheten til å kjøre.

En evaluering som nå er gjennomført av forskere på RAND tyder på at de er inne på noe. Deltakerne i programmet 24/7 Sobriety dømmes bokstavelig talt til avhold, og dette blir gjennomført strengt. Pustepøver gjennomføres hver dag, og brudd på villkårene fører til typsisk 12 til 36 timer i fengsel.

Deltakerne i opplegget var mindre sannsynlig å bli arrestert på nytt både et år, to år og tre år etter første domfellelse. Det betyr at man holdt seg bort fra å kjøre beruset også etter at opplegget var over. Dette i motsetning til alkohollåsen som som regel reduserer promillekjøring kun i den perioden den er prassert i bilen.

Forskerne bak undersøkelsen sier til Washington Post at det er de raske reaksjonene som er avgjørende. Sjansene for en lang fengselsstraff en gang i fremtiden betyr mindre enn sikkerheten for en enkelt natt i fengsel om det er 100 prosent sjanse for at de vil få den med en gang.

(Kilde: Washington Post)

Nedgang i alkoholbruk flater ut

Som i Norge har også ungdoms alkoholbruk blitt redusert under 2000-tallet. Nå kan det imidlertid se ut som om kurven flater mer ut, selv om tallene fortsatt er historisk lave. Forsker på CAN (Centralförbundet för alkohol- og narkotikaforskning), Ulf Guttormsson, sier at det for tidlig å si om det er et temporært brudd i en fortsatt nedgang, eller om det tyder på nye trender. I 2017 oppga elevene i videregående skoler at de drikker 3,1 liter ren alkohol per år, dette er nesten en halvering siden 2004 da tallet var 5,8 liter. For elevene i 9. klasse har alkoholbruken blitt redusert med to tredjedeler og lå på 1,2 liter i både 2016 og 2017. Også når det gjelder storforbruket har det vært en klar nedgang. Rundt 25 prosent av elevene i videregående skoler og 8 prosent av de i niende klasse svarte at de hadde drukket mer enn 25 cl spirt eller motsvarende ved et enkelt tilfelle.

CAN gjennomfører årlige undersøkelser blant elever på videregående og ungdomsskoler.

(Kilde: CAN)

Mye drikking i ungdomstiden påvirker hjernekapasitet

Vi vet at alkohol påvirker hjernen på ulike måter. Nå har forskere sett på hvilken måte ungdoms hjerne endrer seg på når de har drukket mye alkohol. Forskerne tok for seg 38 studier som alle så på konsekvensene av å drikke mye og tett når du er ung. Det handlet om hjerneaktiviteter som hukommelse og læring, sosio-kognitiv utvikling og selvkontroll.

Konklusjonen var at hjernen blir tynnere og mindre på viktige områder som spiller en rolle når det gjelder hukommelse, språk, oppmerksomhet og bevissthet. Studier har bl.a vist at mange fyllekuler leder til en reduksjon i ungdoms evne til å lære nye ord. Professor Anita Cservanka ved ... , som er en av forskerne bak studien sier i en pressemelding at "disse endringene i hjernen, som er et resultat av mye drikking i når man er ungdom eller ung voksen, kan resultere i økt risiko for å utvikle alkoholproblemer senere i livet. Det er derfor viktig å fortsette med å styrke bevisstheten ved binge drinking og få mer forskning på området."

Ingen sikker risiko

Flere land opererer med såkalte retningslinjer for hvor mye alkohol du bør eller kan drikke i løpet av en uke for å unngå skader. Dette har blitt kritisert fra flere hold utfra at det er vanskelig og si med sikkerhet hva som er "sikker drikking". Retningslinjene har også endret seg fra å snakke om "sikker" eller "fornuftig" drikking til å snakke "lav risiko". Når det gjelder kreft har det vist seg at det ikke finnes noe sikkert forbruk av alkohol.

I tidsskriftet Addiction for august har forskere sett på alkoholforbruket i syv europeiske land for å beregne risikoen for død ved ulike nivåer av forbruk. Konklusjonen av denne undersøkelsen er at flere av dagens nasjonale retningslinjer burde revideres nedover i flere land. Forskerne konkluderer med at hvis alle konsumerte alkohol i henhold til de retningslinjene som deres land anbefalte ville man få en risiko for for tidlig død fra 2,5 dødsfall pr. 1000 i Finland og til 44,8 per 1000 i Estland for menn og henholdsvis 2,9 og 35,8 per 1000 for kvinner. De andre landene lå mellom 4 og 6, mens Polen endte opp på 22,6 dødsfall per 1000 innbyggere. Basert på en akseptabel risiko på 1 av 1000 burde retningslinjene ligge på 8-10 g/dag for kvinner og 15-20 g/dag for menn. I Estland og Polen ligger anbefalt drikking på 40 g/dag, mens det for de andre landene i undersøkelsen lå på 20-25. Anbefalingene for kvinner lå stort sett på halvparten. Forskerne understreker at undersøkelsen ikke ser på skader på tredjeperson, men kun tar for seg dødelighet forårsaket av alkoholkonsum.



KONTAKT IOGT:

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



På den årlige samlingen //
møtes alle de frivillige
medarbeidere for å
dele erfaringer.



BLI FRIVILLIG PÅ SAMMEN-SENTER!

IOGT driver 6 aktivitetssentre for rusmisbrukere rundt om i landet - i Haugesund, Kristiansand, Bergen (Laksevåg), Grimstad, Sandefjord og Porsgrunn. På alle sentra er det en ansatt som leder arbeidet, men mye av arbeidet gjøres av frivillige. **Vil du også være med?**

Frivillige på Sammen-sentrene er med på mange sider av sentrenes aktivitet. Som frivillig er du med på å gjøre i stand måltider, er gode samtalepartnere for brukerne, følger med på turer og aktiviteter, og hjelper til med praktisk ting som maling, snekring, rydding etc.

Som frivillig kan du bety en viktig forskjell i andre menneskers liv.

Ta kontakt med ditt lokale Sammen-senter!

KONTAKTINFORMASJON

HAUGESUND sammen.haugesund@iogt.no
KRISTIANSAND sammen.kristiansand@iogt.no
SANDEFJORD sammen.sandefjord@iogt.no

PORSGRUNN sammen.porsgrunn@iogt.no
BERGEN sammen.bergen@iogt.no
GRIMSTAD sammen.grimstad@iogt.no