

Aksent

ET MAGASIN FRA IOGT I NORGE - NR 2 - 2026

IOGT



FORUT

VERDEN KAN FORANDRES

Norsk bistand foran vendepunkt

**MÅ VISE AT
DET NYTTER**

**ØNSKER DJERVE MÅL
FOR HELSEPOLITIKKEN**

Folkehelsepolitisk råd oppnevnt

IOGT KAN BYTTE NAVN TIL MOVENDI

Sentralstyret foreslår endring

ISSN 1890-2553



9 771890 255009



SOMMEREN 2026

For mange handlet denne sommeren om fotball. Men rundt om i IOGT-Norge har det også vært aktivitet av mange slags. Dette er noen minner fra sommeren 2026.



Politisk verksted, Yoga og makrame, teaterleik og konsert med Ola Tennes. Nesten 80 IOGT-ere lot seg inspirere på årets inspirasjonskonferanse i juni på Åsane Folkehøgskole i Bergen.



I sommer har vi alle rodd og opplevd fantastisk idrettsstunder under VM. IOGT-huset i Oslo holdt åpent under alle Norges kamper.



Enestående familier-grupper har hatt ferieturer i hele sommer, både til IOGT og Juventes hytter og til andre sommerland. Både foreldre og barn har fått noen herlige varme dager.



Folkehøgskolen vår heter nå Bergen Folkehøgskole. Det ble feiret nå ved skolestart med varaordfører i Bergen tilstede.



Gjennom Sterk&Klars ungdomskontrakt gjør ungdommene en avtale med foreldrene sine om å holde seg rusfrie gjennom ungdomsskolen. I år var det mange som holdt avtalen, og alle disse ble med i trekningen av en premie på 20 000 kroner. Heiv Reebar Taha ble trukket ut som årets vinner.

Det historiske jubileet – 150 år for fremtiden

Kjære medlemmer, gjør dere klare for en historisk helg: 28.–30. mai 2027 samles vi i Porsgrunn for å feire IOGTs storslåtte 150-års-jubileum! Dette er ikke bare en markering av en spennende historie, men en mulighet til å forme veien videre for å gjøre det lett å ta rusfrie valg.

Vi inviterer til en helg spekket med høydepunkter for alle. Bli inspirert av fagkonferanse om rusfrihet, syng med når vi fyller kulturhuset med populære familieartister. Høydepunktet for mange blir den storslåtte jubileumsfesten, der vi skal feire fellesskapet, historien og alle dere flotte folkene som utgjør organisasjonen vår. Det bli også mulighet for tur på Telemarkskanalen, utforske industrihistorie og Herøya industripark og massevis av andre spennende aktiviteter.

Parallelt med feiringen skal vi holde et viktig landsmøte i Porsgrunns ærverdige rådhus. Her skal vi ta beslutninger som vil prege oss i lang tid fremover. Vi skal blant annet drøfte og ta stilling til et potensielt navnebytte til Movendi – et navn som signaliserer bevegelse og globalt fellesskap.

Enten du brenner for det faglige påfyllet, kulturelle opplevelser eller bare vil oppleve jubileumsstemningen sammen med nye venner: Dette jubileet blir historisk, og vi vil ha med deg!

Sett av 28.–30. mai 2027 i kalenderen i dag, vi sender snart ut program og invitasjoner. Vi gleder oss til å feire, lære og skape historie sammen med deg i Porsgrunn!

Hanne Cecilie Widnes
Generalsekretær IOGT



For noen er sommer også litt arbeid. Flere av hyttene våre er blitt enda litt bedre i løpet av sommeren. Her fra Ulaheim utenfor Halden og Kirkevik på Nesodden.



Organisasjonsbygger Ingrid Dyson var utegående reporter på Øyafestivalen og intervjuet deltakere som danset edrue.



VI MÅ VISE AT DET NYTTER

AV JAN TORE EVENSEN

FORUT har bidratt til å gjøre verden tryggere for barn ved å løfte ruspolitikk og psykisk helse inn i utviklingsarbeidet. Nå står norsk bistand foran et mulig vendepunkt.

Ida Oleanna Hagen
i Malawi.
Foto: Øyvind S Endal



– Vi har bidratt til å styrke rettighetene til barn og kvinner. Vi har vært med på å gjøre alkohol- og ruspolitikk til en del av folkehelsepolitikken, både i det globale sør og internasjonalt. Og vi har bidratt sterkt til at psykisk helse har kommet på dagsordenen i utviklingspolitikken.

Slik oppsummerer generalsekretær Ida Oleanna Hagen de viktigste resultatene av FORUTs arbeid.

– Vi må vise at det vi gjør, faktisk nytter. Det er viktig å fortelle om de

store behovene, men vi må også vise at vi bidrar til løsninger. Vi må få fram at det å bry seg er en del av løsningen. Ingen kan hjelpe alle, men alle kan hjelpe litt.

Spørsmålet om hva som virker, og hvordan Norge kan få mest mulig ut av bistanden, står sentralt i regjeringens Prosjekt Vendepunkt. Prosjektet skal munne ut i en stortingsmelding om norsk utviklingspolitikk våren 2027. Regjeringen har invitert til en bred debatt om hvilke mål, land og temaer Norge skal prioritere.

Et av områdene der FORUTs langsiktige arbeid har satt tydelige spor er i Nepal. Etter jordskjelvene i 2015, begynte FORUTs partner CWIN Nepal, med støtte fra FORUT og norske fagmiljøer, å bygge opp et psykiatrisk tilbud til barn. Det som startet med landets første barnepsykiater i et lite rom ved Kanti barnesykehus i Katmandu, har i løpet av ti år utviklet seg til et bredt, høyt kvalifisert team av fagfolk ved to offentlige sykehus – og utgjør ryggraden i Nepals voksende tilbud for barns psykiske helse. I 2026 inngikk CWIN og nepalske helsemyndigheter en avtale slik at tilbudet innen 2028 blir en fullt integrert del av det offentlige helsevesenet. Betydningen av denne kompetansen ble tydelig igjen under flomkatastrofen i Nepal i august.

CWINs krisetelefon for barn ble gjort døgnåpen, barnepsykiatere og psyko-loger fulgte opp rammede, og det ble lagt planer for psykologisk første-

hjelp og langsiktig psykososial støtte når områdene igjen ble tilgjengelige.

En verden med større behov og mindre penger

Krigen i Ukraina, klimakrisen, nye konflikter, økende gjeldsproblemer og svekket internasjonalt samarbeid har skapt større humanitære behov. Store giverland som USA og Storbritannia har redusert bistanden. Hver fjerde bistandskrone forsvant i 2025.

– Hele verden har endret seg.

Det er større behov enn på lenge og mindre penger enn på lenge. Da ønsker regjeringen å stille spørsmålet: Skal Norge fortsette å gjøre det samme når mange andre gjør mindre? Hvor kan norsk bistand gjøre mest nytte? Det er et viktig bakteppe for Vendepunkt, sier Hagen.

Sammensetningen av den norske bistanden har også endret seg. Ukraina har på få år blitt den største mottakeren. For 2026 er det bevilget 15 milliarder kroner i sivil og humanitær støtte til Ukraina gjennom Nansen-programmet. I tillegg blir 2,9 milliarder til flyktninger og asylsøkere i Norge ført over budsjettet.

Hagen understreker at støtten til Ukraina er nødvendig. Samtidig mener hun at utviklingen viser behovet for en åpen politisk diskusjon om hva norsk bistand skal være.

– Store deler av bistanden har endret innretning uten at vi nødvendigvis har



Ungdom i Zambia
Foto: Ida Oleanna Hagen, FORUT

hatt en tilsvarende bred debatt om hva det betyr for det langsiktige utviklings-samarbeidet.

Tilliten står på spill

Regjeringen har også pekt på økende bistandsskepsis og en internasjonal utvikling der solidaritet, folkerett og multilateralt samarbeid er under press. Debatten om pengebruk i Utenriksdepartementet og støtten til enkelte freds- og dialogaktører har bidratt til spørsmål om kontrollen med norske midler.

Hagen mener det er viktig å skille mellom ulike deler av utenrikspolitikken. Arbeid med fredsprosesser og norsk diplomati er ikke det samme som langsiktig utviklings-samarbeid gjennom sivilsamfunnsorganisasjoner som FORUT.

– Det er forskjellige måter å arbeide på. Debatten om pengebruken i UD rammer ikke nødvendigvis FORUT eller sivilsamfunnsbistanden direkte.

Hun opplever heller ikke at FORUTs givere i stor grad har mistet tilliten som følge av enkeltsakene. Økonomisk usikkerhet, høyere priser og renter betyr trolig mer for folks giverglede.

Likevel forstår hun at folk stiller spørsmål.

– Det er ikke rart at folk blir bekymret. Mange forskjellige formål, aktører og pengestrømmer blir ofte blandet sammen i den offentlige debatten.



Derfor har organisasjonene et ansvar for å forklare forskjellene, dokumentere resultatene og møte uriktige påstander.

– Det har blitt veldig lett å spre usannheter. Påstander kan bli fremført med stor selvsikkerhet uten at de er faktabaserte. Vi må i større grad orke å delta i den diskusjonen og gå i rette med ting som ikke stemmer. Dette er også et demokratisk problem. Dersom vi synes det er krevende i Norge, kan vi bare forestille oss hvordan det er for partnerne våre i land der rommet å ytre seg for sivilsamfunnet er langt mindre.

Kontroll med hver krone

FORUT samarbeider med 17 partnerorganisasjoner i ni land. Avtalene med

partnerne følger normalt den femårige avtaleperioden med Norad. Før avtalene inngås, blir partene enige om mål, delmål og indikatorer. Arbeidet er organisert i fem tematiske programmer: psykisk helse, alkohol og narkotika, barns rettigheter, kvinner og likestilling samt arbeid og inntekt. Det overordnede målet er bedre folkehelse og sterkere sivilsamfunn.

– Vi har et svært detaljert resultatrammeverk. Partnerne rapporterer hvert halvår om hvor langt de har kommet. Det kan være hvor mange skoler som deltar i et program, hvor mange kvinner som har fått tilgang til helsetjenester, eller hvor mange barn som har mottatt hjelp innen psykisk helse. Det kan også

>>





være politiske resultater, som om et land har vedtatt en alkohollov, forteller Hagen.

Ikke alle resultater kan telles. Derfor brukes også kvalitative vurderinger og eksterne evalueringer.

– Vi arbeider evidensbasert. Skal vi utvikle god politikk, må vi ha med forskningsmiljøene. Vi forholder oss hele tiden til en endringsteori om hvordan ting henger sammen. Et eksempel er totalforbruksteorien som vi kjenner fra norsk alkoholpolitikk. Reduserer vi tilgjengeligheten så reduserer vi også forbruket og skadene.

Hver partner har en ansvarlig kontaktperson i FORUT. Det holdes regelmessige møter, og partnerne får normalt besøk minst én gang i året. Økonomiske rapporter leveres før nye midler utbetales.

Partnerorganisasjonenes regnskaper blir revidert lokalt. FORUTs norske revisor gjennomgår deretter organisasjonens samlede regnskap, systemer og dokumentasjonen fra partnerne.

– Partnerne må selv ha systemer som viser hvordan pengene er brukt. Vår oppgave er å kontrollere at systemene fungerer, følge opp rapportene og reagere dersom noe ikke stemmer, forteller Hagen.

Nulltoleranse betyr ikke null risiko

Alle avtalene inneholder bestemmelser om at feil, uregelmessigheter eller mistanke om korrupsjon skal meldes umiddelbart. FORUT har egne vars-

lingskanaler og plikt til å undersøke saker som blir meldt.

– Norad er svært strenge. Det kan være vanskelig å forstå hvor omfattende kravene er dersom man ikke selv arbeider i bistandsbransjen.

Samtidig mener Hagen det er viktig å skille mellom nulltoleranse for å unnlate å reagere og en forventning om at det aldri skal oppstå feil.

– Målet kan ikke være at det aldri skal oppstå en eneste sak. Utviklings-samarbeid skjer ofte i land og situasjoner med høy risiko. Det viktige er at risikoen vurderes, at systemene er gode, og at vi reagerer når noe skjer.

Partnerne skal sitte bak rattet

Et av de mest sentrale begrepene i bistandsdebatten er lokalt ledet utvikling. Tanken er at mennesker og organisasjoner i landene der arbeidet skjer, skal få større innflytelse over prioriteringene, ressursene og gjennomføringen.

Dette er ikke nytt for FORUT.

– Utgangspunktet er at mennesker skal ha makt i egne liv. Det er partnerne i det globale sør som best vet hvor skoen trykker, og som best kan sette mål for sitt arbeid. Når deres mål stemmer overens med våre verdier og prioriteringer, kan vi samarbeide og lære av hverandre.

Hun sammenligner partnerskapet med en biltur.

– Partnerne skal kjøre bilen. Det er veldig lett for oss som sitter ved siden av, å ta tak i rattet og begynne å styre. Men

dersom partnerskapet skal være reelt, kan vi ikke forsøke å overta hele tiden.

Det betyr ikke at FORUT kan gi fra seg alt ansvar. Organisasjonen er avtalepart overfor Norad og skal redegjøre for pengene. Norske myndigheter bestemmer hvilke temaer, land og formål midlene kan brukes til.

– Dilemmaene står i kø. Alle sier at de ønsker mer lokalt ledet utvikling. Spørsmålet er hvordan det skal gjennomføres i praksis, samtidig som kravene til kontroll og norske prioriteringer opprettholdes.

Frykter at de små kan bli presset ut

Hagen mener FORUT i utgangspunktet er godt plassert dersom regjeringen vil satse mer på lokalt ledet utvikling. Organisasjonen har lang erfaring med selvstendige partnere og fungerer allerede som bindeledd mellom Norad og sivilsamfunn i samarbeidslandene.

Samtidig ser hun flere farer. Den første handler om størrelse.

– FORUT vokser jevnt, men sammenlignet med mange andre organisasjoner er vi små. Dersom myndighetene ønsker færre utlysninger, større avtaler og færre avtalepartnere, kan vi havne under streken. Det er ikke nødvendigvis et mål for oss å bli en kjempestor organisasjon, men størrelsen kan bli et teknisk problem dersom forvaltningssystemet tvinger fram færre aktører.

En slik utvikling kan også svekke mangfoldet i norsk solidaritetsarbeid.



Familieprogrammet Happy Family Malawi bekjemper kjønnsbasert vold og rus. Foto: Øyvind S Endal



Partnere på GAPC om alkoholpolitikk i Rio 2026.

Norske bistandsorganisasjoner har historisk vært forankret i ulike bevegelser og samfunnsmiljøer: fagbevegelsen, kirkene, barnerettighetsmiljøer og avholdsbevegelsen.

– Organisasjonene har forskjellige støttespillere, erfaringer og faglige styrker. For FORUT er det viktig at vårt bakland fortsatt mener det er nødvendig å arbeide med globale spørsmål, retten til helse og retten til et godt liv.

Den andre gjelder geografisk konsentrasjon. FORUT har flere langvarige partnerskap i land som ikke nødvendigvis vil bli regnet som strategisk viktige ut fra norske utenriks- eller sikkerhetspolitiske interesser.

– Vi har partnere vi har samarbeidet med lenge, som leverer svært gode resultater. Norad har så langt akseptert at vi fortsetter disse samarbeidene. Om det også vil være mulig i en ny utviklingspolitikk, er et åpent spørsmål.

Hva betyr effektiv bistand?

I Vendepunkt-debatten blir det ofte sagt at bistanden må bli mer effektiv. Hagen mener begrepet kan skjule like mye som det forklarer.

– Effektivitet handler om å nå et mål på best mulig måte og med færrest mulig ressurser. Men først må vi vite hva målet er.

Dersom målet er å redde flest mulig liv på kort sikt, kan vaksiner være et svært kostnadseffektivt virkemiddel. Dersom målet også er at barn skal få et verdig liv, lære på skolen, delta i samfunnet og kunne ta vare på seg selv og andre, kreves det flere og mer langsiktige tiltak.

Det samme gjelder folkehelsearbeid.

Det er mulig å telle hvor mange som blir vaksinert. Det er vanskeligere å måle den langsiktige effekten av å styrke psykiske helsetjenester, forebygge selvmord, redusere vold i nære relasjoner eller få innført en bedre alkoholpolitikk.

– Det betyr ikke at dette arbeidet er mindre viktig eller mindre effektivt. Men resultatkjeden er lengre. Det tar tid før man kan se alle virkningene.

FORUT snakker derfor heller om gode programmer og god bistand enn om «effektiv bistand» som et mål i seg selv.

Ber flere engasjere seg

Hagen håper at Vendepunkt ikke bare blir en prosess for departementer, direktorater og de største bistandsaktørene.

– Vi trenger at flere viser at de bryr seg. Regjeringen må høre at solidaritet og internasjonalt samarbeid fortsatt

FORUT

- FORUT er bistandsorganisasjonen til IOGT, Juvente og Juba. Den ble stiftet i 1981 og har drevet et omfattende arbeid sammen med partnere i land i Asia og Afrika. FORUT kjemper for at barn og kvinner skal få realisert sine rettigheter, og at rusmidler og dårlig psykisk helse ikke skal hindre trygghet og utvikling

- Bistandsarbeidet begynte i 60-årene med NGUs (nå Juvente) prosjekter på Sri Lanka, men IOGT har hatt et internasjonalt perspektiv på arbeidet sitt helt fra stiftelsen i 1877.

- I dag samarbeider FORUT med partnere i Sri Lanka, Nepal, India, Malawi, Sierra Leone og Zambia.

VENDEPUNKT

Prosjekt Vendepunkt er et initiativ fra Utenriksdepartementet som inviterer til bred debatt om fremtidens bistandspolitik. Den skal kunne ut i en stortingsmelding som legges frem våren 2027.

betyr noe for folk og organisasjoner i Norge.

Bistandsorganisasjonene må på sin side være villige til åpenhet, kritikk og endring.

Men Hagen advarer mot å la frykt for feil og kritikk føre til handlingslammelse.

– Alternativet kan ikke være at vi slutter å bry oss. Det vil alltid finnes risiko, dilemmaer og resultater som er vanskelige å måle. Oppgaven vår er å håndtere risikoen, lære av erfaringene og fortsette å arbeide for løsninger. For oss i FORUT er handler det om å gjøre verden tryggere for barn – fordi trygge barn kan forandre verden, avslutter Hagen.

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

FOTO: Hilde Liljedord



Dagfinn Høybråten, tidligere hesleminster, er utnevnt til leder for nytt Folkehelsepolitisk råd.

ØNSKER DJERVE MÅL FOR HELSEPOLITIKKEN

TEKST OG FOTO: SIDSEL SKOTLAND, FRILANSJOURNALIST

Skal man oppnå noe i politikken må en sette djerpe mål – enda litt mer hårete mål enn du egentlig har tro på sjøl mener Dagfinn Høybråten.

Røykelovens far har nå gått løs på nye folkehelseoppgaver.

I vinter ble Dagfinn Høybråten utnevnt til leder for Folkehelsepolitisk råd – ei ekspertgruppe som de to kommende åra skal komme med råd til helseministeren. Det er mye å ta tak i.

Ble trua på livet

– For mange politikere er fornøyd med å oppnå bare litt – fornøyd med bare å ha markert politikk – etterlatt et inntrykk av hva de står for. Men det holder ikke! En må orke å stå løpet ut. Å nå politiske mål er en utholdenhetsprøve, sier Høybråten. Han vet hva han snakker om. På «skuldra» til Tove Strand (Gerhardsen) som i 1988 innførte den

første røykeloven med forbud mot røyking på offentlig sted, fikk Høybråten i 2004 gjennomslag for totalt røykeforbud på barer og restauranter. Det var en kamp. Folkehelsegevinsten viste seg å være enorm, men i begynnelsen var motstanden like enorm. Såpass at han ble trua på livet.

– Det jeg erfarte gjør at jeg har stor respekt for dem som våger å gi seg i kast med saker som ikke bare er populære på kort sikt, forteller han. Men han lærte også at det går bare en holder ut, og at man må bygge kunnskap og bygge på kunnskap som allerede finnes.

Den tidligere Kristelig folkepartilederen satt som helseminister i to perioder: fra 1997 til 2000 og fra 2001 til

2004, og mye har endra seg på folkehelsefronten siden da – både til det bedre og til det verre.

Den dramatiske nedgangen i antall dagligrøykere er vel den største endringa til det bedre. Til det verre trekker han fram den negative utviklinga i mental helse – særlig blant unge, at folk er mindre fysisk aktive enn før og at vi spiser mer fett, sukker og salt, og blir overvektige.

Dette var temaet på rådets aller første møte 13. februar.

Ris bak speilet

Intensjonsavtalen mellom matbransjen og regjeringa som ble inngått i 2016 og som gikk ut i fjor høst, ga ikke de

- Vi må stå vakt om alkoholpolitikken, sier Høybråten.



de ønska resultatene. Vi spiser nå **mindre frukt og grønt** og like mye fett og sukker som før 2016.

Nå ønsker Høybråten tøffere grep overfor matvarebransjen, og vi lurer på om han mener at dette var et eksempel på at frivillige avtaler ikke holder.

– Tja ... Virkningene av en avtale må i allefall være målbar, og avtalen må bli fulgt opp og målt år for år.

Han understreker at en avtale betyr samarbeid og frivillighet, men dersom ikke frivillighet gir resultater, må det komme en reaksjon. Riset bak speilet kan være ny lovgiving. Han håper det kan unngås.

Næringas argument om at kundene sjøl må ønske å ta sunnere valg før de kan gjøre noe, holder ikke, mener han. – Mye her handler om markedsføring. I hvilken retning kundene skal dyttes rår næringa ganske mye over.

Det offentlige må gå foran

Han håper også at det offentlige kan gå foran for å legge til rette for bedre ernæring i de offentlige måltidene: Skolemåltidene må kanskje tilbake, og måltidene som kommunene serverer de eldre må nå opp til de standardene som er anbefalt.

Høybråten er heller ikke fremmed for å legge avgifter på usunn mat. Det bør være dyrt å spise usunt og billig(ere) å spise bra.

Den tidligere helseministeren synes også det kan være en god tanke å involvere barn direkte i mat og matlaging så de får erfare hvor maten kommer fra og delta i tilberedninga. På den måten får de eierskap til maten de skal spise. Da smaker den kanskje bedre også. Ingenting er som en fisk man har fiska og stekt sjøl.

Samfunnet må rett og slett innrettes mot de sunneste virkemidlene, mener han.

En annen, og ganske ny, folkehelseutfordring er skjermbruken og bruken av sosiale medier som de siste ti åra har

eksplovert, og som Høybråten ser som et gedigent eksperiment med unge hjerner.

Myten om at alkohol er sunt lever

Sjøl om nye folkehelseutfordringer har kommet til, vil ikke rådet glemme de «gamle» utfordringene.

– Fortsatt er det stor sosial ulikhet i helse, men nå vet vi mer om hvordan dette henger sammen enn da jeg var helseminister, forteller han, og understreker at dette handler om hele samfunnsstrukturen.

Om lovgivning, arbeidsliv, lokalsamfunn, inntekt – det må tenkes bredt om det skal være mulig å endre på dette.

Vi må heller ikke slappe av når det gjelder tobakk – den kampen er ikke vunnet. Han minner om at tobakk fortsatt er den største enkeltårsaken til sjukdom og tidlig død som vi kan gjøre noe med. Svært mange bruker snus og antallet av og til-røykere øker.

Bruken av rusmidler og alkohol gir også fortsatt store folkehelseutfordringer, og Høybråten påpeker at alkoholbruken blant unge er i ferd med å øke igjen etter flere års nedgang. Og godt voksne og eldre drikker oftere og dermed mer enn tidligere. Det er ei utvikling rådslederen synes det er viktig å følge med på.

– Vi vet det meste om skadene, og myten om at litt alkohol er sunt er knust fra forskernes side. Likevel lever den i beste velgående – særlig blant eldre.

Alkoholpolitikk under press

Når det gjelder dagens alkoholpolitikk, mener han at den, prinsipielt, fortsatt står sterkt, men at den er under press både nasjonalt og internasjonalt. Utvidelsen av skjenketidene under fotball-VM er et godt eksempel.

– Internasjonalt står norsk alkoholpolitikk seg – den gir resultater. Vi må drøfte i rådet hvordan vi skal stå vakt om denne politikken. Men de viktigste grepene er nok å verne om de grepene vi allerede har tatt – spesielt de som handler om tilgjengelighet og pris.

Sjøl er Høybråten avholdsmann.

– Avholdsstandpunktet mitt setter i gang mange interessante diskusjoner, ler han.

– Folk tror det kommer av religion, men for meg handler det om solidaritet.

At alkoholpolitikken må liberaliseres for å beholde legitimitet, som en del hevder, mener han er falsk argumentasjon.

– Det argumentet faller på sin egen urimelighet. Liberaliserer vi så mister vi den positive effekten av å ha en alkoholpolitikk, og da *undergraver* vi legitimiteten. Med den politikken vi har sparer vi samfunnet for det samfunnet ikke vil ha: vold, sjukdom og ulykker. Økt forbruk slår ut på alle disse faktorene.

Alkohol – ei blindson

Norge har slutta seg til WHO-målet om 20 prosent reduksjon i alkoholforbruket innen 2030 sammenlikna med forbruket i 2010. Dette målet er nedfelt i både Nasjonal alkoholstrategi og i Folkehelsemeldinga, og vi lurer på om Høybråten tror vi vil få det til.

– Det er kort tid til 2030 – enda kortere tid enn det var da Folkehelsemeldinga kom i 2023 ..., men jeg tror det kan gå. Jeg tror på en djerv folkehelsepolitikk, men virkemidlene gjør deg upopulær – tåler en ikke det får vi det ikke til.

Sånn han ser det er alkohol ei blindson i dagens folkehelsedebatt på grunn av den sosiale aksepten.

Sånn var det også en gang med røyking. Det var sosialt akseptert i den grad at det ble betrakta som en menneskerett å få røyke hvor man ville, som kos, atspredelse, stressregulering også videre. Men så skjedde det noe med den sosiale aksepten, det ble etablert et sosialt ansvar: folk innså at de som ikke sjøl røyka ble plaga og skada. – Det er viktig å etablere solidarisk ansvar også når det gjelder alkohol. Ved sosial aksept lukker en øynene for de sosiale effektene.

Kan re-oppnevnes for flere år

At det skulle etableres et Folkehelsepolitisk råd ble bebuda i Folkehelsemeldinga som altså kom i 2023. Formålet med rådet er å skape en arena der politisk ledelse, representanter fra ulike samfunnsinteresser som næringsliv, arbeidsliv, frivillig sektor og kommunal sektor kan møtes for å drøfte folkehelsepolitikk. Rådet blir helt sentralt for mye av folkehelsearbeidet i åra framover, understreket statssekretæren i Helse- og omsorgsdepartementet da Aksent snakka med han om dette i 2023. Dermed ble vi litt i stuss da rådet er utnevnt for bare to år. Helse- og omsorgsdepartementet svarer dette i en e-post: «Det er helt vanlig praksis å oppnevne medlemmer av råd for en begrenset periode. Dette gir medlemmene forutsigbarhet for hvor lenge de skal sitte, samtidig som det også legger til rette for jevnlig fornying av rådet. Det er også fullt mulig å bli reoppnevnt. Vi har stor tro på at folkehelsepolitisk råd vil være viktig i mange år framover, selv om rådsmedlemmene i utgangspunktet forplikter seg til å sitte i to år av gangen.»

Forventer å sette spor i politikken

Sånn Høybråten ser det blir rådets viktigste oppgave å bidra til at ansvarlige myndigheter handler på den kunnskapen som finnes. Det skal være med å sette dagsorden, og han forventer at råda de gir blir fulgt – i allefall til en viss grad. Som tidligere helseminister er han innforstått med at politikere har mange hensyn å ta, mens rådet ikke behøver å ta noen hensyn når de lanserer forslag til tiltak.

Men ser han spor av de råda de har gitt i den praktiske politikken i løpet av de to år dette rådet er oppnevnt for, har det vært verd det, mener han.

Mandatet til rådet legger opp til at rådet skal komme tidlig inn i større planer og dokumenter, og vi lurer på hva rådslederen håper å påvirke før politikken «låser seg». – Et eksempel er Helsereformutvalget. Der vil vi være i inngrep tidlig for å gi noen premisser. Vi ønsker å påvirke hvordan helsestrukturene skal sys sammen. Dette er temaet for neste møte.

Rådet skal ha to til fire møter i året og på hvert møte blir det tatt opp flere folkehelse spørsmål.

– Helseministeren kan be oss om å ta opp et bestemt tema, og da gjør vi det. Ellers vil dagsordenen styres av hva som er aktuelt; som rapporter eller tall som nylig er lagt fram. Engasjementet og kompetansen til rådsmedlemmene vil også styre hva vi tar opp i rådet.

De vil også kunne invitere inn andre enn de faste medlemmene av rådet etter hvilke saker som står på dagsorden.

Folkehelse som livsoppdrag

Dagfinn Høybråten er 68 år og hadde nå hatt anledning til å lene seg tilbake og nyte pensjonisttilværelsen med barnebarn og rolige dager på Nesodden der han bor. Men isteden har han altså gått løs på denne ganske store oppgaven – aldeles frivillig. Vi lurer på hvorfor. – Jeg har hatt som livsoppdrag å jobbe med helse, og særlig folkehelse. Da jeg ble utnevnt til helseminister erklærte jeg at jeg ville være folkehelseminister. Så dette er et oppdrag som altså går rett i inn i dette livsoppdraget som han ikke anser som avslutta. Han ble litt overraska da han ble spurt, men brukte ikke så langt tid på å si ja.

– Helseministeren har forventninger til dette rådet, og vi er ikke et utvalg som skal produsere rapporter, vi skal gi innspill til tiltak. Det er et underskudd på handling i norsk politikk. Det vil Dagfinn Høybråten, nok en gang, bidra til å endre på.

MEDLEMMENE AV RÅDET:

Rådsleder **Dagfinn Høybråten**, tidligere helseminister

Rigmor Aasrud, stortingsrepresentant og tidligere parlamentarisk leder, statsråd og statssekretær

Ann Ragnhild Broderstad, faglig leder og overlege ved Senter for samisk helseforskning, UiT Norges arktiske universitet, leder for Saminorundersøkelsen

Geir Arild Espnes, professor ved Senter for helsefremmende forskning, NTNU Ingrid Stenstadvold Ross, generalsekretær i Kreftforeningen

Betül Cokluk, stipendiat ved OsloMet og styremedlem i Folkehelseforeningen

Bettina Fossberg, kommuneoverlege og avdelingsleder i Lillestrøm kommune

Helén Ingrid Andreassen, psykolog i Velferdsetaten, Oslo kommune

Camilla Stoltenberg, direktør i NORCE og tidligere direktør ved Folkehelseinstituttet

Warsame Ali, daglig leder i den ideelle stiftelsen Flexid og tidligere forsker ved Folkehelseinstituttet

Gunn-Elin Bjørneboe, tidligere direktør ved Universitetet i Oslo og assisterende direktør i Helsedirektoratet

Geir Riise, tidligere generalsekretær i Legeforeningen

SYNLIG FYLL PREGER BYLIVET I HELGENE

IOGT har gjennomført en storbyundersøkelse om befolkningens holdninger til fyll i utelivet.



Berusede får mer å drikke

På kvelder og i helger er norske bysentrum fulle av liv: restauranter, barer, konserter, kafeer, arrangementer og folk på vei hjem. Men der det er mye alkohol, blir også beruselsen synlig.

I en storbyundersøkelse gjennomført for IOGT i Oslo, Bergen, Trondheim, Stavanger og Tromsø, svarer over halvparten at de i løpet av det siste året har opplevd at folk som er synlig beruset likevel har fått servert alkohol på et utested. Til sammen svarer 57 prosent at de har opplevd dette én eller flere ganger. 7 prosent sier at de har opplevd det hver gang

de har vært ute, 14 prosent flere ganger, 16 prosent noen ganger og 20 prosent noen få ganger.

Tallene sier ikke at alle opplever dette like ofte, og en del svarer «vet ikke» eller «ikke aktuelt». Men bildet er likevel tydelig: Skjenking til synlig berusede personer er noe mange legger merke til.

I Oslo svarer nesten sju av ti at de har opplevd at synlig berusede personer har fått mer alkohol servert. I Bergen, Trondheim og Tromsø ligger andelen rundt midten av femtitallet. Stavanger ligger lavere, men også der er det en betydelig gruppe som svarer at de har opplevd dette.

Når fylla påvirker byopplevelsen

Undersøkelsen viser samtidig at fyll ikke bare handler om den som drikker. Den påvirker hvordan andre opplever byen.

Nesten tre av ti svarer at høyt beruselsesnivå er et så stort problem at byen blir mindre trivelig i helgene. Omtrent like mange, 32 prosent, mener at høyt beruselsesnivå gjør byen mindre trygg. Det er ikke et flertall, men det er en stor minoritet og er nok til å prege hvordan mange vurderer kvelds- og helgelivet.

Noen holder seg hjemme

Særlig i Stavanger er trygghetsdimensjonen tydelig. Der svarer fire av ti at høyt beruselsesnivå gjør byen mindre trygg i helgene. Også på spørsmålet om fyll gjør at man sjeldnere drar ut på byen, skiller Stavanger seg ut: 30 prosent er enige i påstanden. For alle byene samlet svarer 21 prosent at byen er så preget av fyll i helgene at de sjeldnere drar ut enn de ellers ville gjort.

For IOGT er dette et viktig alkoholpolitisk poeng: Byliv skal ikke bare være for dem som drikker, men også

Mange opplever høyt beruselsesnivå som et problem i norske bysentrum. Samtidig mener et klart flertall at bylivet fortsatt er hyggelig og åpent for alle.

for dem som ønsker å bruke byen uten å møte høyt beruselsesnivå som en stor del av opplevelsen.

Et byliv mange fortsatt liker

Samtidig gir undersøkelsen ikke et entydig mørkt bilde. Det er fortsatt et flertall, 64 prosent, som mener at bylivet er hyggelig og åpent for alle. I Tromsø er andelen høyest, med 68 prosent. Også i Bergen, Stavanger og Trondheim er det klare flertall som opplever byen positivt.

Undersøkelsen har ikke målt om det er en sammenheng mellom hvor mye man drikker og hvordan man opplever bylivet, men det er ikke urimelig å anta at det finnes en sammenheng her.

Ikke mer skjenking, men bedre byliv

Bare 15 prosent mener at byen trenger flere slike salgs- og skjenkesteder. Langt flere – 44 prosent – er uenige. Resten svarer enten «verken eller» eller «vet ikke». Det tyder på at ønsket om mer liv i sentrum ikke uten videre betyr et ønske om mer alkoholsalg.

Tallene viser at mange trives i byen, men også at beruselse har en kostnad. Når synlig berusede personer får fortsette å kjøpe alkohol, når fyll gjør byen mindre trygg, og når noen velger å

holde seg hjemme, er det et tegn på at skjenkepolitikken angår flere enn gjestene inne på utestedene.

IOGT mener at et levende sentrum må være mer enn et marked for alkohol. Det må være et fellesrom – også for dem som ikke drikker, for ungdom, for familier, og for alle som bare vil kunne gå gjennom byen en lørdagskveld uten å kjenne at fylla setter premissene.

Totalkonsummodellen gjelder også for

CANNABIS

AV JAN TORE EVENSEN

En svensk studie tyder på at den samme modellen som lenge har vært sentral i alkoholpolitikken, også kan gjelde for cannabis.

I alkoholpolitikken er totalkonsummodellen et kjent begrep: Når det samlede alkoholforbruket i en befolkning går opp, øker også omfanget av høyt forbruk og alkoholskader. Forebygging kan derfor ikke bare rettes mot dem som allerede har problemer. Den må også handle om befolkningens samlede forbruk.

Gjelder også for cannabisbruk blant ungdom

Nå viser en ny svensk forskningsartikkel at det samme mønsteret ser ut til å gjelde for cannabisbruk blant ungdom.

Studien er publisert i det vitenskapelige tidsskriftet *Addiction* og er skrevet av Thor Norström, professor emeritus ved Institutet för social forskning ved Stockholms universitet, og Håkan Leifman, forsker ved Karolinska instituttet. Forskerne har brukt data fra nasjonale skoleundersøkelser fra 1990 – 2023. Til sammen bygger studien på svar fra over 250 000 ungdommer.

Spørsmålet forskerne stilte var enkelt, men viktig: Endrer cannabisbruk seg først og fremst blant dem som bruker mest, eller skjer endringene bredere – på tvers av hele gruppen av brukere?

Stabil fordeling

Forskerne fant at fordelingen av cannabisbruk mellom gruppene var stabil over tid. Det betyr at når den gjennomsnittlige bruken gikk opp eller ned, endrer forbruksmønsteret likt blant gruppene. Ifølge pressemeldingen fra Stockholms universitet viser dette at endringer i gjennomsnittlig cannabisbruk blant unge «återspeglas i hela gruppen – från de som använder sällan till dem som använder ofta».

Det er et funn med tydelige alkoholpolitiske paralleller. Totalkonsum-modellen bygger nettopp på at høyt forbruk hos noen ikke kan forstås isolert fra det samlede forbruket i befolkningen. Dersom gjennomsnittet øker, blir det også flere i risikozonen.

I den svenske cannabisstudien fant forskerne at perioder med høyere gjennomsnittlig bruk også hang sammen med en større andel ungdommer som brukte cannabis svært ofte. En økning i gjennomsnittlig bruk på ett prosentpoeng var forbundet med en økning på 1,79 prosentpoeng i andelen brukere som brukte cannabis ofte blant 9.-klassinger, og 1,77 prosentpoeng blant elever i andre klasse på videregående.

– Økninger i gjennomsnittlig bruk drives ikke bare av en liten gruppe storforbrukere, men av bredere endringer i atferden blant brukere generelt, sier Thor Norström i omtalen fra Stockholms universitet.

Må se hva som påvirker ungdomsgruppen som helhet

Dersom cannabis følger samme kollektive mønster som alkohol, blir det langt viktigere å se på hva som påvirker ungdomsgruppen som helhet.

Når cannabis blir mer normalisert, når risikoen oppfattes som lavere, eller når tilgjengeligheten øker, kan det påvirke alle brukergrupper samtidig. Håkan Leifman sier i pressemeldingen at resultatene tyder på at ungdoms cannabisbruk preges av kollektive endringer der nettverk, normer og samfunnsklima spiller en viktig rolle.

Samtidig er forskerne forsiktige med å trekke for brede konklusjoner. Studien handler om svenske ungdommer, ikke voksne, og den måler hvor ofte cannabis er brukt – ikke hvor mye THC som er inntatt, eller styrken på produktene. Forskerne skriver også at materialet bygger på selvrapporterte skoleundersøkelser, noe som alltid kan innebære usikkerhet.

Likevel er hovedfunnet klart: Cannabisbruk blant ungdom ser ut til å følge et befolkningsmønster som ligner det man lenge har sett for alkohol. Små endringer i gjennomsnittlig bruk kan få betydning for hvor mange som ender i mer risikofylte bruksmønstre.





- En av tingene jeg liker med IOGT er at det er mennesker med forskjellige erfaringer, sier Morten Kårvand.
FOTO: ERLEND DAAE

FRA TROMMESLAGER TIL STYRELEDER

Morten Kårvand har vært medlem av IOGT siden 2024. Reisen fra medlem til leder for Nordland fylkeslag har gått fort.

AV INGRID K. DYSON

En reise med mål og mening

Morten er ikkedd skjorte og virker glad og tilfreds. Til vanlig hjelper Morten i en bruktbutikk, og går på skole for å ta opp fag.

«Jeg har måttet ha en kurs, et mål å strebe etter. Da var det naturlig at erfaringskonsulent ble det langsiktige målet – eller kortsiktige, nå som jeg snart er ferdig med skolen.»

Morten skal ta to fag til på høsten, før han tar turen til Trondheim for å studere til å bli erfaringskonsulent.

«Det er lurt å sjekke om hodet fortsatt virker, og det har jeg egentlig fått bekreftet gjennom skolen.»

Fra scenen til ingenting

Morten var trommeslager for bandet Ada Vada fra han var 17-26 år gammel. De solgte plater i Nederland, Tyskland og Japan, og var oppvarmingsband for det norske rock/metal-bandet Seigmen.

«Etter det tok rusen overhånd. Jeg hadde vært utpå før jeg begynte i bandet, men jeg sluttet med rus da jeg var 18, og det gikk bra i flere år. Jeg fikk to barn. Men så begynte alkoholen å ta mer og mer plass mot slutten av 20-årene. Til slutt begynte jeg med stoff igjen. Jeg kommer aldri til å bli slik jeg var før. Men jeg må jo være glad for at jeg overlevde.»

Veien ut

Jeg spør Morten om det var da han ble alvorlig syk at han ville ut av rusen.

«Nei, jeg ville ut av rusen hele tiden. Jeg har hatt mange forsøk på å slutte og mange institusjonsopphold bak meg, sikkert nærmere tjue. Jeg gav meg aldri. Det synes jeg er viktig å nevne: du tar med deg noe fra hvert forsøk. Litt her og litt der, til slutt har du nok til å klare å slutte. Plutselig sitter det.»

For Morten var det dog ikke plutselig. Han føler det tok årevis. Først da han fikk ADHD-medisiner, klarte han å tenke at han kunne slutte. I starten var Morten koblet opp mot prosjektet *Housing First*. Dette er et amerikansk

konsept hvor man tenker mer helhetlig rundt brukeren med fokus på bolig og jobb.

«Det var veldig bra. Jeg var med dem på universitetet og holdt foredrag. Kanskje lå det i kortene at jeg skulle bli erfaringskonsulent der. Men det skar seg med økonomien til Bodø kommune, så prosjektet ble lagt ned. Jeg fikk veldig god hjelp derifra. Etter det skulle jeg klare meg selv.»

Det vanskeligste for mennesker er ikke å bli rusfrie, men å forbli rusfrie, mener Morten. Det synes han er viktig at de som skal hjelpe mennesker med rusproblematikk, forstår.

«Det må være riktig medisin for riktig diagnose. Det må være individuelt, for alle mennesker er forskjellige.»

Familie og ansvar

På papiret ser Mortens barndom fin ut. Det var ingen synlige utfordringer, men det var hendelser som la mye ansvar på ham som barn. Selv om han i dag ikke bærer nag, forstår han at det var alvorlig for et barn.

«Det er veldig lett å gjøre feil som forelder, selv om man ikke mener det.»

Morten har to døtre og to barnebarn. Siden han fikk barn som 20-åring, ble han bestefar allerede som 43-åring.

«Man kan vel si at jeg har tatt ansvaret ved å ikke være til stede i barnas liv. Jeg har kun kontakt med den yngste datteren min nå. Det har tatt tid å få treffe henne. Slike ting tar tid. Jeg håper søsteren hennes med tiden også vil møte meg. Jeg forstår fullt ut at de er avventende.»

IOGT og nye muligheter

Morten ble kjent med IOGT da han ble invitert på et møte i Bodø/Salten. Der traff han styreleder i IOGT i Norge, Ørnulf Thorbjørnsen.

«Det var som om han hadde troen på meg, og det forstod jeg ikke. Men jeg fortsatte å komme. Ørnulf foreslo at jeg burde ta turen til Bergen på årsmøte/konferanse, og det gjorde jeg. Nå er dette det tredje året jeg er der.»

Nå er IOGT i endring, og IOGT søkte styreleder for fylkeslaget i Nord. Da var det en ydmyk Morten som stilte seg til disposisjon.

«Jeg ville være med på å skape en endring. Det var mye fordi jeg ville prøve å få med nye folk inn. Det er en gammel gjennomsnittsalder i IOGT. Nye må inn, og da må vi forandre oss, for tiden har forandret seg, og ikke minst rusbildet. Sånn sett tror jeg at jeg kan være med på å gjøre en forskjell. Sammen med andre, selvfølgelig.»

Morten mener IOGT må bruke mer digitale møteplasser. I Nordlandsgruppa er det også mye snakk om verving.

«Fokuset må være å verve nok folk, så dukker det plutselig opp noen som vil være mer aktive. Det er vanskelig hvis vi skal gå etter en spesiell type personer.»

Mangfoldet i IOGT

IOGT består av mennesker med erfaring fra rus, og av de som har vært avhold i generasjoner. Alle disse menneskene skal samarbeide om aktiviteter og politisk arbeid.

«Det er jo det som er kjempebra. En av tingene jeg liker med IOGT, er at det er mennesker med forskjellige erfaringer. De som har levd et rolig liv, og at man er sammen med helt andre folk enn jeg ville vært sammen med før. Når det er folk med forskjellige erfaringer, blir samarbeidet mye bedre.»

Hva er du mest stolt av?

«Det er en ganske lang liste over hva jeg ikke er fornøyd med. Men jeg er stolt av ungene mine. At jeg har sluttet å ruse meg.»



Styreleder Ørnulf Thorbjørnsen mener at å bytte navn vil gjøre tydelig at vi er en del av en verdensomspennende bevegelse.

IOGT KAN BLI MOVENDI

Sentralstyret går for at IOGT skifter navn til Movendi Norge. Dersom landsmøtet er enig vil vi igjen hete det samme som vår internasjonale paraplyorganisasjon.

AV JAN TORE EVENSEN

I 2027 fyller IOGT i Norge 150 år. Det kan også bli året da organisasjonen skriver navn.

På landsmøtet i 2025 ble det vedtatt at IOGT skulle få «et nytt og fremtidsrettet navn». Et navnevalg har nå levert sin rapport, og anbefalingen er tydelig: IOGT Norge bør endre navn til Movendi Norge. På sitt møte i mai vedtok sentralstyret å følge innstillingen, og kommer til å komme med forslag om dette til landsmøtet i 2027.

Glad for vedtaket

Leder i IOGT, Ørnulf Thorbjørnsen, er glad for innstillingen. – Dette har jo vært oppe tidligere, men det har vært vanskelig å finne et nytt navn som alle kunne samle seg bak.

Han mener det nå er en ny situasjon siden både den internasjonale organisasjonen og også vår søsterorganisasjon i Sverige, IOGT-NTO, har byttet

navn til Movendi. – Vi er nesten alene i verden med å bruke IOGT-navnet. Å bytte navn vil være å tydeliggjøre at vi er en del av en verdensomspennende bevegelse, på samme måte som man har gjort i Sverige.

Thorbjørnsen synes selv det vil være rart å endre. – Det er jo naturlig at det er noe man må venne seg litt til. Men tilbakemeldingene, ikke minst fra de som er mye ute og møter mennesker på stand er klar. Det er en utfordring at vi har et navn som ser ut som en forkortelse, men ikke er det, og som blir en ekstra terskel å komme over når man snakker med nye mennesker. Googler man kommer man på ord som godtemplar, som ikke er så enkelt å forklare.

Viktig at man endret navn internasjonalt

I 2027 fyller IOGT 150 år. Den første losjen som heter Første Norske, ble starten på en norsk gren av en internasjonal bevegelse. IOGT var aldri bare en lokal eller nasjonal organisasjon. Den var

del av et større fellesskap, med røtter i en internasjonal orden og en global idé. – Det å hete Movendi er egentlig bare å følge opp den tradisjonen, mener Thorbjørnsen.

I høringen blant medlemmer peker også flere på at Movendi gir en tydeligere tilhørighet til en internasjonal organisasjonsfamilie. Én skriver at navnet «følger tråden med Movendi International». En annen mener at «Movendi International, Movendi Sverige og Movendi Norge» gir en gjenkjennelses-effekt.

Et navn som må forklares

Utvalget beskriver navnet som moderne, særpreget og visuelt sterkt. Det er kort, unikt, fungerer på tvers av språk og er godt egnet til grafisk profilering. Det gir også gode digitale forutsetninger: Ordet er såpass særegent at søketreff trolig blir rene, uten forveksling med mange andre aktører.

Men utvalget er også tydelig på at det er noen svakheter: Movendi betyr ikke

«rusfri», «avhold», «forebygging» eller «ruspolitikk». Navnet må bygges opp. Det må fylles med innhold.

– Navnet signaliserer at vi er en bevegelse og at vi ønsker handling og endring. Det er et godt utgangspunkt for en organisasjon som ønsker å være synlig i samfunnsdebatten, sier Thorbjørnsen. – Samtidig krever det en bevisst kommunikasjonsjobb. Den som møter navnet Movendi for første gang, vil ikke nødvendigvis vite at det handler om rusforebygging, alkoholpolitikk, trygge oppvekstmiljøer og rusfrie fellesskap.

Dette er også en av innvendingene i høringen. Noen mener Movendi sier for lite. En skriver at navnet «kan like gjerne være et dataspill». En annen mener det er krevende å introdusere et navn der folk først spør: «Hva er det? Et flyttebyrå?»

Medlemmene er delt – men flertallet peker mot Movendi

Som del av prosessen ble alle medlemmer invitert til å gi høringssvar. Svarprosenten ble lav. Om lag fem prosent av medlemmene svarte. Utvalget understreker derfor at høringen ikke er så representativ som man kunne ønske.

Likevel er bildet blant dem som svarte tydelig: 150 medlemmer deltok i høringen. Av disse mente 91 personer at Movendi Norge er det beste navnet. Det tilsvarer 60,6 prosent. 31 personer svarte IOGT eller vet ikke. Fem ønsket Klar. 23 kom med andre forslag, blant annet Avholds Norge, Rusfri Norge, Solid, Stødig, Edru Norge, Rusfri Sammen, Forebyggerne og Sober.

Utvalget mener ingen av de andre forslagene fikk så stor oppslutning at de naturlig bør løftes fram som et alternativ til Movendi.

Noen mener også at et navnebytte vil bli dyrt. Thorbjørnsen er ikke enig i dette.

– Det vil sikkert koste noe. Men mye måtte vi ha gjort uansett. Vi ser at undersøkelser at det er altfor få som kjenner til oss. Brosjyrer reviderer vi kontinuerlig, og mye av kommunikasjonen i dag er elektronisk og ingen stor sak å endre. Det er svært få skilt som vi eventuelt måtte ta ned.

Thorbjørnsen ser heller ikke at det er noe stort problem at noen skilt blir stående. – IOGT som navn vil alltid være en del av vår historie og vår tradisjon. Vi skal være stolte av historien vår, men vi må alltid finne måter å kommunisere på som passer i dagen virkelighet.

Ikke første gang

Dette er ikke første gang IOGT diskuterer navn.

I 2017 gjennomførte organisasjonen en egen navneprosess. Da ble «Klar» fremmet som forslag til nytt navn, men forslaget fikk ikke nødvendig flertall på landsmøtet.

Rapporten legger ikke bare fram et navneforslag. Den peker også på hva som må til dersom navnet faktisk skal tas i bruk.

Utvalget anbefaler at dagens grafiske profil videreutvikles med utgangspunkt i Movendi Internationals profil. Mye av IOGTs eksisterende visuelle uttrykk bygger allerede på elementer derfra, blant annet globen som grafisk symbol. Det kan gjøre overgangen både enklere og mer kostnadseffektiv.

Jubileumsåret som vendepunkt

Forslaget gjør jubileumsåret enda viktigere. IOGT skal markere 150 år som norsk folkebevegelse. Samtidig kan organisasjonen komme til å vedta et navn som knytter den tettere til en internasjonal Movendi-familie.

– Det kan oppleves som et brudd, sier Thorbjørnsen. Men det kan også forstås som en fortsettelse. IOGT-

navnet rommer losjer, faner, hus, sanger, kampanjer, politiske kamper, barne- og ungdomsarbeid, internasjonalt engasjement og generasjoner av medlemmer som har valgt et rusfritt fellesskap.

Movendi-navnet skal også ha dette i seg, men også en annen ambisjon: å bevege, påvirke og sette noe i gang – i en tid der rusfeltet, frivilligheten og organisasjonslivet ser annerledes ut enn før.

– Dersom landsmøtet vedtar navneendringen, blir oppgaven å gjøre de to fortellingene til én: en 150 år gammel bevegelse som fortsatt vil være i bevegelse, avslutter han.

FAKTA

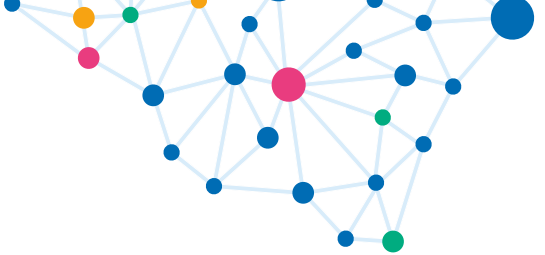
Movendi er latin, og kommer fra verbet *movere* = å bevege, flytte, sette i gang, påvirke.

Det brukes særlig i faste uttrykk i klassisk og juridisk latin, for eksempel: *causa movendi* = «grunn til bevegelse / årsak til handling».

Alene er *movendi* ikke et fullstendig substantiv, men en grammatisk form som peker mot bevegelse, handling, drivkraft og endring.

MOVENDI
INTERNATIONAL

movendi



ETTER RUSEN

AV HANNE KARINE SPARRE

Rusdebatten handler ofte om politikk, rettigheter og legalisering. Langt sjeldnere handler den om det som skjer etterpå – om relasjoner, avhengighet og konsekvenser som gradvis bygger seg opp over tid. Og da mangler vi også helheten, sier han.

Det som kommer etterpå

– Det er klart rus også kan oppleves positivt. For meg begynte det som moro og gøy. Det er ikke det jeg prøver å advare mot.

Han stopper opp et øyeblikk før han fortsetter:

– Men det kommer alltid med noen konsekvenser, og de kommer enten du vil eller ikke. Du kan ikke velge dem bort. Spørsmålet er bare hvor store de blir. Hvor omfattende de blir i livet ditt. Og du vet ikke nødvendigvis hvordan dette kommer til å ramme deg.

– Det finnes en del av rusdebatten vi nesten aldri snakker om. Ikke om stoffene. Ikke om politikken. Men om følgene. Om det som skjer med mennesker over tid. Om handlingene, relasjonene og mønstrene som gradvis endrer liv.

– Vi snakker om rettigheter, valg og frihet. Men vi snakker lite om hva rus faktisk gjør med mennesker, åpner Raveen videre.

Når han snakker om rus, gjør han det ikke som teoretiker. Han snakker ut fra egne erfaringer. Fra mennesker han har veiledet og fulgt tett gjennom flere år. Familier han har stått sammen, med når situasjonen har begynt å rakne.

– Det er ikke nødvendigvis selve rusen folk har vanskelig for å forstå. Mange forstår rus. Det som er vanskeligere å forstå, er utviklingen mot avhengighet, sier Raveen.

Han beskriver mennesker som gradvis flytter egne grenser og havner i situasjoner de aldri trodde de skulle havne i.

– Folk tenker ofte veldig rasjonelt rundt rus. Som om mennesker bare tar bevisste valg hele tiden. Men det er ikke så enkelt.

For Raveen handler ikke om å moralisere.

– Men hvis vi ikke er ærlige om konsekvensene, så blir også rusdebatten for enkel.

Det folk ikke ser

Gjennom flere år har han veiledet mennesker som har mistet kontrollen over rusen, og familiene som står rundt. Raveen beskriver et mønster som han kjenner igjen, men som også gjentar seg, uavhengig av bakgrunn.

– Det er lett å tro at dette gjelder «noen andre». Men det gjør ikke det. Det er familier fra alle lag av samfunnet, sier han.

Han forteller om foreldre som gjentatte ganger forsøker å forstå hva som skjer med barnet deres. Om mennesker som lover å slutte – og mener det der og da – men som likevel ender opp tilbake i de samme mønstrene.

– Mange utenfor tenker: «Nå må det jo være nok». Men det er ikke sånn dette fungerer.

Raveen er samtidig opptatt av å være presis når han beskriver rus.

– Det finnes ikke én type rusproblem. Ulike stoffer virker forskjellig. Ulike mennesker søker ulike ting. Han peker blant annet på forskjeller mellom yngre og voksne brukere. Hos voksne menn handler det ofte om fart, seksualitet, prestasjon og risikovilje.

– Hos yngre ser jeg oftere at det handler om gaming, isolasjon og tilhørighet inn i andre miljøer. Men også risikovilje og seksuell adferd.

Samtidig mener Raveen at mye av den offentlige samtalen blir for enkel når den fremstiller rusbruk som enten eller.

– Mange unge bytter ikke ut alkohol med cannabis. De bruker begge deler. Og alt for ofte mer enn det. Alkohol,

Ronny René Raveen mener viktige sider ved rus ofte forsvinner i den offentlige debatten.

cannabis, kokain. Det kombineres. Selv om det nå virker som det nye motebegrepet er at «de aller fleste unge bruker ikke narkotika». Men hvor mange er disse «aller fleste» – og hvor mange er for mye?

Ikke bare flukt

Rus blir ofte forklart som flukt eller selvmedisinering. Som et forsøk på å dempe smerte eller vanskelige følelser. Raveen mener virkeligheten er mer sammensatt. Ikke alle ruser seg fordi de flykter fra noe. Mange søker noe i rusen.

Han mener det er viktig å tørre å si det høyt.

– Rus oppleves positivt. Det er soleklart. Hadde det ikke vært for konsekvensene, så hadde det vært fantastisk.

– Hvis det bare handlet om lidelse, så hadde folk sluttet, sier han. Samtidig peker Raveen på at konsekvensene over tid ofte blir omfattende. – Relasjoner brytes ned. Økonomi forsvinner. Liv snevres inn.

Han beskriver hvordan mennesker gradvis kan vikle seg inn i et liv som blir stadig vanskeligere å komme ut av. Mange ender med å måtte flykte fra konsekvensene rusen selv har skapt.

Raveen er også opptatt av at sykdomsbegrepet alene ikke forklarer alt. Sykdomsmodellen forklarer noe. Men ikke alt. Og noen ganger blir det også for enkelt å bare skyve alt over på sykdom. Han mener spørsmålene er mer kompliserte enn som så.

– Hva kommer først? Når begynner rusen å skape sine egne problemer? Når blir livet rundt rusen det som driver alt videre? Når starter sykdommen – før under eller etter? Jeg er ikke ute etter å utfordre sykdomsbegrepet – men behandlingen av sykdommen har også noen utfordringer når det behandles med mer av det samme som sykdommen skyldes. Dette er liksom ikke lov til å si høyt – og det er et problem. Det er denne mangelen på ærlighet jeg er

- Vi snakker lite om hva rus faktisk gjør med mennesker, sier Ronny Rene Raveen.

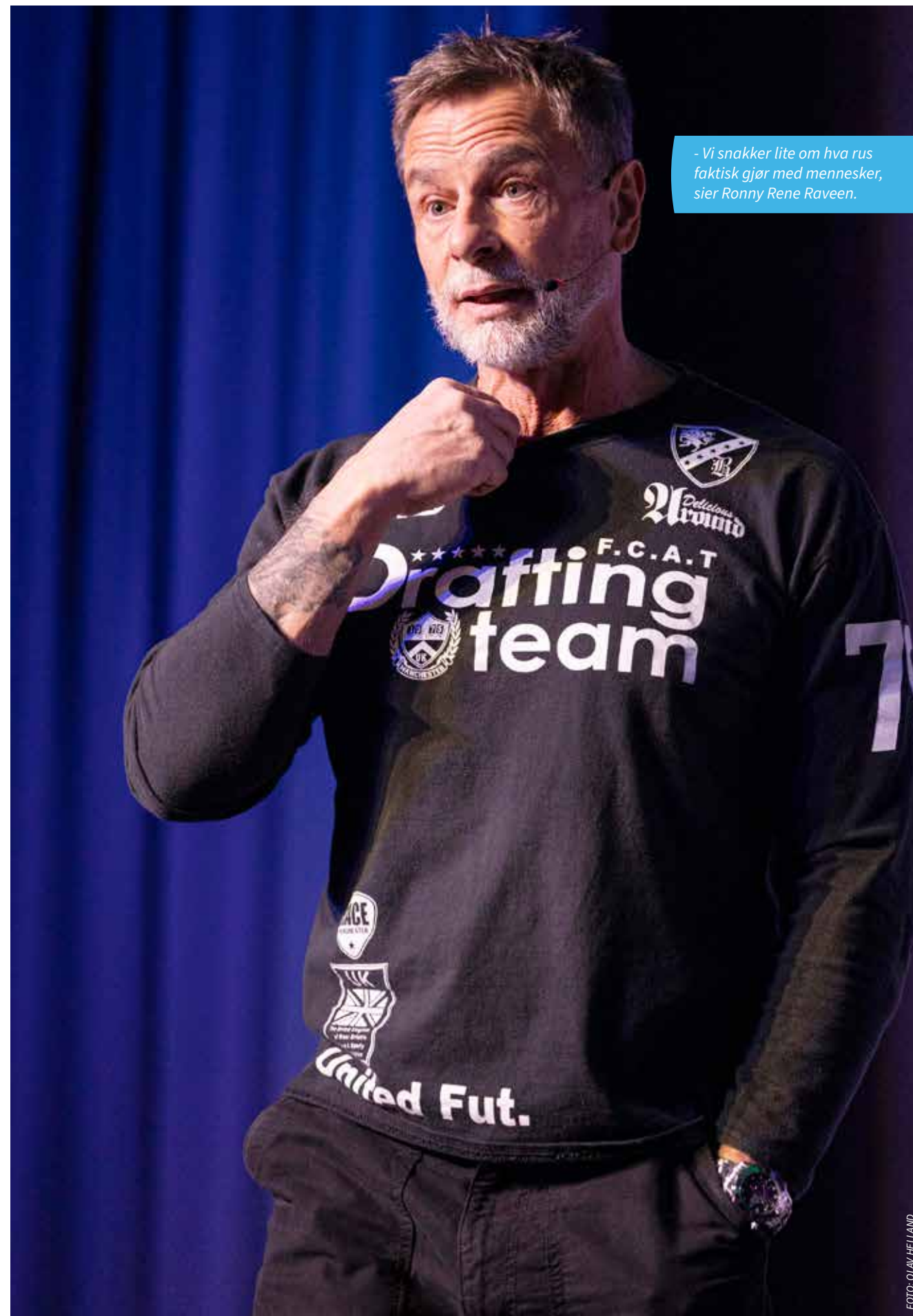


FOTO: OLAV HELLAND

ute etter – fordi i siste instans er det brukerne, de avhengige som lider under denne mangelen på ærlighet.

Samtidig understreker han at dette ikke handler om å plassere skyld. – Jeg prøver ikke å henge ut mennesker. Jeg prøver å beskrive mekanismer jeg har sett mange ganger og som jeg også kjenner fra meg selv.

Når konsekvensene kommer

Raveen erfarer at mange undervurderer hvordan konsekvensene av rus gradvis bygger seg opp.

– Konsekvensene kommer uansett. Bare på ulike nivåer, avhengig av hvordan du ruser deg. Tid, sted, mengde og setting spiller inn. Men de kommer, sier han. Ofte avhenger dette er tilgjengelighet og kontekst. Det kan være løfter du ikke holder. Søndagsturen du lovet barnet ditt. Utryggheten du skaper for andre. De stadige tilbakefallene – foreldre som sitter igjen knust og skuffet. Ting som bygger seg opp over tid.



FOTO: OLAV HELLAND

- Mennesker må tørre å være sannfædige, først og fremst mot seg selv, sier Raveen

– Skammen kommer fordi man gjør noe enda en gang, som man ikke ville. Ikke bare at man ruser seg, men at man søker tilbake til det rusen gir, og som gir skam.

Han forteller om unge gutter som bruker opp penger, mister kontroll og blir sittende igjen med sterk uro når rusen er over.

– Så må foreldrene hente dem. Så kommer angsten. Og så begynner det på nytt.

Raveen mener dette også er en grunn til at mange skjuler problemene lenge.

«Da har ikke ord noen verdi»

Når samtalen beveger seg over på foreldre, blir tonen mer direkte.

– Det barna dine ser, er det du gjør. Ikke det du sier, sier han og legger til at han erfarer at mange foreldre undervurderer egen rolle. – Vi liker å tro at vi kan snakke oss ut av ting. Men det holder ikke.

Samtidig peker han på noe han mener er en større utfordring. En generasjon voksne som er redde for å være voksne. En tilbakeholdenhet når det gjelder å sette grenser. Som om det ligger en frykt der, for å være tydelige. Redde for å bli avvist. Redde for å gjøre feil.

Konsekvensen, mener han, er at viktige signaler uteblir. Hvis rusproblemet først har utviklet seg, mener han situasjonen endrer seg grunnleggende.

– Da har ikke ord noe verdi.

Det han mener, er at forklaringer og løfter mister betydning. Ikke se på hva barnet sier. Se på hva det gjør. Han understreker at dette ikke handler om ondskap. Barn lyver ikke fordi de er onde. De lyver fordi du som voksen lar barnet ditt slippe unna med det – og fordi ønsker å ruse seg. Noe som er vanskelig å ta inn over seg.

– Men det er nødvendig hvis du skal forstå hva du står i, mener han. For i møte med rus, mener Raveen at foreldre til slutt står overfor et grunnleggende valg. Hva er viktigst for deg?

Han formulerer det slik: Er det viktigst at barnet ditt slutter å ruse seg? Eller er det viktigst at du føler at du har kontroll?

Raveen mener mange velger det siste – uten å være klar over det. Kontroll kan være en illusjon. Det føles trygge. Problemet, sier han, er at det ofte opprettholder situasjonen. Hvor den ene veien gir en sjanse for endring. Den andre gjør det ikke.

Hvis noe skal endres, mener han det ikke bare handler om den som ruser seg.

– Foreldre må også endre seg.

Det innebærer blant annet å møte barnet som en voksen, sette tydelige grenser og tåle konsekvenser.

Han vender tilbake til det samme poenget: Vi må tørre å snakke om det som er ubehagelig.

Ikke for å skremme, men for å forstå. Hvis vi ikke gjør det, så hjelper vi ikke.

Rus bryr seg ikke om ideologi

Når økende kokainbruk omtales, møtes det gjerne med påpekning om at alkohol gjør langt større skade i samfunnet. Og det er sant. Alkohol er dypt normalisert, samtidig som det står bak vold, sykdom, ødelagte relasjoner og enorme menneskelige kostnader. Men til syvende og sist handler det om forholdet mennesker har til rus, til seg selv og til virkeligheten rundt dem. Om ærlighet. Om evnen til å se egne handlinger uten bortforklaringer.

Raveen er opptatt av nettopp dette: at mennesker må tørre å være sannferdige, først og fremst mot seg selv. Han mener mye av rusdebatten preges av at man flytter ansvaret bort fra individet og over på systemer, kultur eller politiske motstandere, når det egentlig begynner et langt mer personlig sted. I valgene vi tar. I behovet for å dempe uro, spenning, smerte eller tomhet uten å være ærlige om hva det gjør med oss.

Alkohol skader. Narkotika skader. Og når mennesker mister evnen til å møte seg selv ærlig, blir også konsekvensene vanskeligere å stoppe. Selv når det sies høyt, direkte og uten omsvøp, glir samtalen raskt tilbake til det samme: rettigheter, valg og frihet. Men hva betyr egentlig frihet, hvis vi ikke samtidig tør å snakke om konsekvensene?

Han mener mye av rusdebatten handler om rettigheter og liberalisering, som om friere tilgang i seg selv er et fremskritt.

Mindre oppmerksomhet rettes mot hvordan mennesker faktisk påvirkes.

Gjennom arbeidet sitt sier han at han også har sett mange komme seg videre. Han forteller om unge menn som etter måneder eller år tar kontakt igjen.

– Jeg får meldinger der det står: «Takk for hjelpen. Det samværet vi hadde forandret livet mitt.»

Raveen stopper opp.

– Hvis noen lurer på hvorfor jeg gjør dette, så er det derfor.

På spørsmål om hva løsningen er, er han forsiktig med bastante svar.

– Jeg tror ikke det finnes én enkel løsning.

Likevel er han tydelig på én ting:

– Det burde være en menneskerettighet å få lov til å være rusfri. Og medisinfri.

VIETNAM:

FRA ØLBOOM TIL STERKERE ALKOHOLPOLITIKK

Vietnam er blitt et eksempel på at målrettet alkoholpolitikk kan gi raske og synlige resultater.

AV JAN TORE EVENSEN

Kraftig økning i forbruket

I store deler av Vietnams historie spilte alkohol en begrenset rolle i samfunnet, og mange levde alkoholfritt, særlig kvinner. Dette endret seg etter de økonomiske reformene på 1980-tallet, da landet åpnet seg for utenlandske investeringer. Globale alkoholprodusenter så raskt mulighetene i et ungt land med voksende middelklasse. Ølmarkedet ble særlig viktig.

Resultatet ble en kraftig økning i alkoholforbruket. Ifølge rapporten *Preventing harm, saving lives* fra Movendi International økte alkoholbruken per innbygger fra rundt fire liter ren alkohol tidlig på 2000-tallet til 10,57 liter i 2020. Mellom 1990 og 2017 hadde Vietnam den sterkeste økningen i alkoholbruk blant store land i verden. I 2015 viste en nasjonal undersøkelse at 45 prosent av vietnamesiske menn hadde episoder med høyt alkoholinntak, og WHO anslo at 32 prosent av trafikkdødsfallene blant menn var alkoholrelaterte.

Samarbeid med Movendi

Arbeidet for en sterkere alkoholpolitikk startet likevel ikke med alkohol. På 1990-tallet var narkotikaforebygging et mer politisk akseptabelt tema i Vietnam. Gjennom samarbeid mellom vietnamesiske myndigheter, Movendi International, den svenske Movendi-bevegelsen (da IOGT-NTO) og sivilsamfunnsaktører ble det bygget tillit og faglig grunnlag for senere forebyggingsarbeid. Etter hvert kom alkohol tydeligere inn på dagsordenen. Allerede i 2003 begynte det vietnamesiske helsedepartementet å arbeide med en alkoholpolitikk, men prosessen stoppet flere ganger opp.

Rapporten beskriver hvordan alkoholindustrien og næringsinteresser bidro til å bremse utviklingen.

Et nytt gjennombrudd kom i 2017, da nasjonalforsamlingen satte alkohollov på sin agenda. Det første forslaget var ambisiøs.. Men gjennom den politiske behandlingen ble flere av de sterkeste tiltakene fjernet eller svekket. Heineken, EuroCham og andre aktører presset mot begrensninger i markedsføring, salg og avgifter.

Gjennombrudd

Likevel ble vedtaket i 2019 et historisk gjennombrudd. Vietnam fikk sin første helhetlige lov for å forebygge alkoholskader. Loven inneholdt blant annet 18-årsgrense for kjøp, forbud mot alkoholsalg nær skoler og helseinstitusjoner, enkelte begrensninger i alkoholreklame, forbud mot å presse andre til å drikke, og ikke minst nulltoleranse for promillekjøring.

Det var trafikkbestemmelsene som raskest viste effekt. Da loven trådte i kraft 1. januar 2020, ble den fulgt opp med strenge bøter og håndheving. Allerede i januar 2020 falt antallet trafikkulykker med mer enn 50 prosent sammenlignet med samme måned året før. Dødsfallene gikk ned med nesten 19 prosent, og skadene med 61 prosent. Sykehus rapporterte også færre alkoholrelaterte trafikkskader.

De nye reglene endret hverdagsvaner. Der det tidligere var vanlig å ta øl etter jobb før man kjørte motorsykel hjem, begynte flere å avstå fra alkohol når de skulle kjøre. Dette ga loven synlighet og politisk støtte. Den viste at alkoholpolitikk ikke bare er prinsipielle vedtak, men konkrete tiltak som kan spare liv.



Samtidig var loven ufullstendig. Flere av de mest virkningsfulle virkemidlene – høyere alkoholavgifter, sterkere begrensninger i tilgjengelighet, omfattende reklameforbud og et helsefremmende fond – var tatt ut. Derfor fortsatte kampen.

Økning av avgiftene

I 2025 kom et nytt viktig vedtak: Vietnam vedtok en gradvis økning av særavgiftene på alkohol. Avgiften skal økes fra 65 prosent til 90 prosent innen 2031, med årlige trinn fra 2027. Forslaget var opprinnelig enda sterkere, men ble svekket etter press fra alkoholindustrien. Likevel omtales skatterformen som en betydelig seier, fordi pris og avgifter er blant de mest effektive virkemidlene for å redusere alkoholbruk og alkoholskader.

Vietnams erfaring viser både mulighetene og begrensningene i alkoholpolitiske reformer. Industrien hadde store ressurser, direkte tilgang til politiske beslutningstakere og brukte kjente argumenter om økonomi, handel, smugling og «ansvarlig drikking». På den andre siden sto et bredt samarbeid mellom helsedepartementet, parlamentarikere, forskere, sivilsamfunnsorganisasjoner og internasjonale partnere.

Det var ikke ett enkelt tiltak som skapte endring, men en langvarig kombinasjon av kunnskap, allianser, politisk tålmodighet og evnen til å knytte alkoholpolitikk til folks egne erfaringer – særlig trafikkulykker og familieliv.

Elevene på Bergen folkehøgskole planet trær sammen med ungdommer på Sri Lanka.



Elevene besøkte Sri Lanka i forbindelse med åpning av en ny barnehage.

SVETT FOR MENNESKERETT

En dag med innsats, fellesskap og global betydning

AV LENA ANDRESEN, REKTOR PÅ BERGEN FOLKEHØGSKOLE

Noe av det siste årets kull på skolen vår, som nå heter Bergen folkehøgskole var å samle skolen vår seg til en av årets gøyeste tradisjoner: «Svett for menneskerett.» Elevene og ansatte kom med energi, engasjement og masse hjerte og innsats mens de fylte nærmiljøet med farger, latter og målrettet arbeid for å støtte FORUTs prosjekter rundt om i verden.

Et lokalsamfunn i bevegelse

På to lørdager før selve løpsdagen, gikk elevene rundt i nabolaget for å samle pant, dele ut invitasjoner og selge lodd til gavekortutlodningen. Innsatsen ga resultater — gavekortlotteriet alene brakte inn over 22,000 kroner.

På skolens område var det full aktivitet på løpsdagen. Det krever mye arbeid og innsats for å forberede og utføre prosjektet, og dagen før var elevene i arbeid hele dagen med forbe-

redelser. På selve løpsdagen, går eller løper elevene runde etter runde, sponset av familie, venner, naboer og kolleger som hadde lovet et beløp per fullførte runde. På denne måten, ble fysisk innsats omgjort til kroner som gir konkret hjelp.

En dag for fellesskap og glede

Skoleområdet ble forvandlet til et lite festivalområde. I kaféen ble det servert elevbakte kaker, varme pølser og sukker-spinn.

Elevene hadde også malt sine egne t-skjorter, som de gikk med gjennom hele dagen.

Selv om det var både litt vind og kjølig, ble det også sol, og elevenes humør var strålende. Latter, musikk og heiarop fylte skoleplassen gjennom hele arrangementet.

Giverglede i praksis

Klassen Din framtid spilte en sentral rolle i arrangementet. De samlet inn 52 premier til loddetrekningen og alle gavekort til utlodning. Alt det gode arbeidet gjorde trekningen på slutten av dagen ekstra gøy.

Innsatsen stoppet ikke der. På grunn av stort engasjement iblant elevene, klarte vi å samle inn over 150,000 kroner, som går direkte til FORUTs arbeid for barn, familier og lokalsamfunn verden over.

En global forbindelse

Årets arrangement hadde en spesiell betydning for Din framtid. I februar reiste klassen til Sri Lanka sammen med FORUT der de deltok i seremonier i forbindelse med åpningen av et nytt barnehage. De var også med på å dele ut sertifikater til familier som hadde fått tilgang til land og bygget midlertidige boliger, som er et viktig steg mot selvstendighet.

Elevene møtte barn og familier som får livene sine forandret gjennom

tilgang til rent vann, trygge hjem, utdanning, barnepass og dermed mulighet for kvinner å kunne velge å gå i arbeid. De fikk se hvordan FORUT samarbeider med lokale organisasjoner for å bygge sterke bånd og et bærekraftige lokalsamfunn.

Mer enn en innsamlingsaksjon

Vi opplever at «Svett for menneskerett» er mer enn et skolearrangement, sier rektor på skolen, Lena Andresen. Det bygger bro mellom våre elever og verden. Det gir dem muligheten til å bidra til noe større enn seg selv, vise solidaritet og erfare hvordan fellesskap og innsats kan skape ekte endring.

Årets arrangement ble en vakker påminnelse om hva som skjer når omtanke, innsatsvilje og fellesskap møtes. Vi er utrolig stolte av elevene våre og takknemlige for alle som støttet saken.

Sammen svetter vi for menneskerett, og sammen gjør vi en forskjell.



Elevene samlet inn over 150 000 kroner til FORUTs arbeid.



HEKTA

– PÅ SUPERSTIMULI

Det kommer stadig flere produkter som leder oss inn i fristelsen, stadig mer vi kan bli avhengig av, hekta på, og derfor stadig viktigere at vi blir oss bevisst alt dette.

AV SIDSEL SKOTLAND, FRILANSJOURNALIST

Avhengighet. Vi bruker begrepet i dagligtalen når det er noe det stadig gjør litt vondt å gi avkall på. Men det er også en diagnose – en tilstand som kan snu opp ned på hele livet. Vi kan altså bli både litt og veldig hekta – både på det ene og det andre.

«Når du ikke kan la chipsposen stå, er det fordi en hær av forskere i matindustrien er ansatt med det ene formål at få deg til å spise mer. Og når du ikke kan stoppe å scrolle eller skru av Netflix-serien din, er det fordi tech-virksomhetene bruker enda flere forskere imot deg», skriver den danske forskeren Nicklas Brendborg om «superstimuli» – stimuli som er så lett tilgjengelige og raske, og gir så sterk belønning i hjernen at den begynner å foretrekke disse framfor naturlige stimuli. Begrepet bruker han blant annet om junkmat, gaming, porno, sosiale medier og rusmidler. Når superstimuliene klusser med hjernens naturlige belønningssystem, får vi overforbruk, problemer med sjølregulering – og avhengighet.

En verden full av fristelser

Boka «Hekta – en grunnleggende lærebok om avhengighet» av Jørgen Bramness og Eline Borger Rognli er et solid bidrag til bevisstgjøringa rundt dette svært komplekse fenomenet, og alt vi kan bli avhengig av.

Ikke alle avhengigheter er opptatt i diagnosesystemene (ennå). Og ikke alle avhengigheter oppfyller diagnosekriteriene, men tapet av kontroll kan være problematisk nok. Boka tar for seg hele kontinuet fra vane/uvane, mild og hverdagslig avhengighet til alvorlig og behandlingstrengende avhengighet – altså alle avskygningene av det å være hekta.

Vanligvis starter det som en glede eller en løsning, noen ganger som god, akutt sjølmedisinering. Avhengighet er det først når det oppleves som et problem for en sjøl eller andre, og alvorlig avhengighet er det når veldig mye i livet har blitt annerledes på grunn av avhengigheten.

Brendborg skriver om superstimuliene som klusser med hjernen vår. Det er de såkalte motivasjons- og belønningsbanene i hjernen som blir klussa

med, forklarer Bramness og Rognli. Hjernen har disse systemene for å opprettholde motivasjonen til å drive med ting som er helt nødvendig for egen og artens overlevelse – som forplantning, omsorg og det å spise. Ved avhengighet kaprer rusmidlene eller andre avhengighetsskapende stimuli dette systemet og etter hvert blir rusadferd eller annen avhengighetsatferd prioritert foran mat, drikke og ekte sex, og av og til også foran omsorgen for egne barn.

Kjernen i avhengigheten er altså ikke rusmidlene, stimuliene eller atferden i seg sjøl, men de mer grunnleggende mekanismene i avhengighet – de siste åra særlig aktualisert gjennom den store fristeren smarttelefonen.

I smarttelefonens vold

Skjermavhengighet og bruk av internett, har ingen spesifikk diagnose, men forskerne er ikke i tvil om det er et reelt fenomen. Det forskes mye på dette nå. Internett kan også bli en plattform for andre avhengigheter som shopping, porno, spill og gaming.

Det blir anslått internasjonalt at omkring 23 prosent av barn og unge har

en problematisk bruk av smarttelefon. Norske tall viser at 20 prosent av 9-12-åringer og 40 prosent av 15-18-åringer synes de bruker for mye tid på mobiltelefonen.

Det er særlig sosiale medier som suger til seg all oppmerksomhet.

27 prosent mener at sosiale medier gjør at de får for lite søvn, og 28 prosent skulle ønske at de klarte å logge av sosiale medier oftere. Internasjonale undersøkelser viser at omkring 5 prosent har et avhengighetsforhold til bruk av sosiale medier og da er de strenge kriterier for avhengighet lagt til grunn. Studier har vist at den konstante strømmen av reposting, likerklikk og delinger fra nettstedene får hjernes belønningssenter til å utvise samme type kjemiske reaksjoner som man ser med stoffer som kokain.

Miljø og arv, biologi og psykologi i uskjønn forening

Et viktig budskap fra de to forfatterne av Hekta er at avhengighet er et svært komplekst fenomen – det kan ikke bli forstått ut fra bare ett perspektiv eller én modell. Avhengighet er et samfunnsfenomen, et psykologisk fenomen og et biologisk fenomen – det handler om genetik, neurobiologi, psykologi, sosiale forhold, økonomi og politikk. Intet mindre. Risikofaktorene er også plassert i hele dette komplekset, og de samvirker. Men sjøl om man har mange risikofaktorer, behøver man ikke bli avhengig, og har man få risikofaktorer, kan man likevel bli det.

Tvillingstudier viser at arveligheten av avhengighetslidelser er så høy som 40 til 60 prosent. Men forskerne vet ikke helt hva det er som arves. Det kan i allefall se ut som at de ulike stimuliene har en litt ulik arvelighetsprofil. Uansett – genetik spiller en stor rolle, men som forskerne understreker: Vi er ikke slaver av genene våre. De tingene vi opplever i livet og de valga vi tar vil alltid interagerer med den genetikken vi har.

Risikabelt å være mann

I tillegg til genetik er det er mange andre risikofaktorer knytta til avhengighet. For eksempel har menn større risiko for avhengighet enn kvinner, og

det er en langt høyere forekomst av avhengighetsproblematikk knytta til så å si alle psykiske helseplager eller lidelser. Personer som er svært åpne for nye opplevelser, gjerne prøver nye ting og oftere blir eksponert for risikosituasjoner utvikler lettere avhengigheter. Men også høy grad av engstelse og neurotisme kan disponere for avhengighet av rusmidler som demper engstelsen. Lav sosioøkonomisk status som lav inntekt, arbeidsledighet og lav eller ingen utdanning er også knytta til økt risiko for å utvikle avhengighet. For å nevne noen risikofaktorer.

Balansen mellom individets frihet og statlig regulering

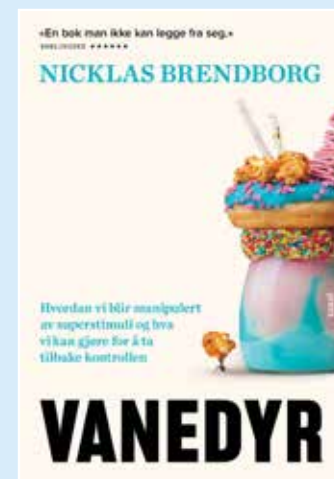
Forfatterne ser ikke bare avhengighet, men også forebygging av avhengighet i et større perspektiv. Å utvikle avhengighet er ikke bare et individuelt ansvar, men krever tiltak på samfunnsnivå – både tiltak som reduserer tilgang til avhengighetsskapende remedier og tiltak som styrker individets motstandskraft. Store sosiale forskjeller i et samfunn viser seg at også kan øke forekomsten av ulike avhengigheter.

Men troen på kollektive løsninger er synkende, påpeker forfatterne.

Og som også Brendborg er særlig opptatt av: Maktstrukturer og kommersielle interesser bidrar til å skape og opprettholde avhengighet. Spillindustrien, algoritimestyrte internettplattformer og rusmiddelprodusenter er eksempler på dette. Når mennesker, og særlig personer med avhengighet, samtidig har en tendens til å prioritere kortsiktige tilfredsstillelser over langsiktige mål, er dette en dårlig kombo.

Og som forfatterne av Hekta skriver: «Det er mye penger å tjene på avhengighet. Ekstremt mye. Om man får en kunde til å komme tilbake etter mer, har man sikret inntekt. Kunden kommer tilbake til produkter for gleden, tilfredsstillelsen, nytelsen og flukten. Men også på grunn av avhengigheten.»

BØKENE:



Nicklas Brendborg:

VANEDYR

(Grønningen 1, 2023 - norsk utgave: Forlaget Press, 2025)

Brendborg er forsker i molekylærbiologi og ph.d.-student ved Center for Aktiv Sundhed, Københavns Universitet



Jørgen Bramness

og Eline Borger Rognli:

HEKTA - EN GRUNNLEGGENDE LÆREBOK OM AVHENGIGHET
(Gyldendal, 2025)



NÅR RUSEN BLIR NORMALEN

AV JAN TORE EVENSEN

Hvert år samler Movendi Sverige verdensledende forskere for å diskutere aktuelle russpørsmål. Årets rapport handler om beruselsdrikking.

Mer enn dagen derpå

I de nordiske landene liker vi ofte å se på oss selv som ganske måteholdne. Mange drikker ikke til daglig. Mange holder alkoholen til helger og fest. Men nettopp her ligger et av paradoksene i den nye forskningsrapporten om beruselsedrikking: også blant dem som i gjennomsnitt drikker lite eller moderat, er det vanlig å drikke seg beruset fra tid til annen.

Det betyr at alkoholspørsmålet ikke bare handler om hvor mye folk drikker totalt i løpet av en uke, en måned eller et år. Det handler også om **hvordan** det drikkes. En person kan ha et moderat gjennomsnittsforgbruk, men likevel utsette kroppen for betydelig risiko hvis mye av alkoholen samles på én kveld.

Beruselsedrikking defineres her som fem eller flere standardglass ved én anledning, noen ganger fire eller flere for kvinner, og i mange studier brukes 60 gram alkohol som mål. Men rapporten peker samtidig på at slike grenser alltid er noe vilkårlige. Risikoen begynner å øke allerede ved lavere inntak, og den stiger raskt når alkoholkonsentrasjonen i blodet øker.

En del av kulturen

Tallene i rapporten viser at beruselsedrikking ikke er et marginalt fenomen. Andelen av befolkningen som oppgir slik drikking, har ligget nokså stabilt på mellom 30 og 35 prosent i Norge, Sverige og Danmark gjennom de siste tiårene. I tillegg viser rapporten til at mer enn halvparten av all alkohol som drikkes i høyinntektsland, konsumeres som beruselsedrikking.

Det utfordrer en vanlig forestilling om at alkoholproblemet først og fremst gjelder noen få med svært høyt forbruk. Rapporten tegner et annet bilde. Beruselsedrikking finnes også langt utenfor gruppen med avhengighet. Den er vevd inn i helger, høytider, studietid og jobbfester.

I Norge er dette langt på vei sosialt akseptert. Det gjør det vanskeligere å kritisere den fordi den er for tett knyttet til forestillinger om å «slappe av», «feire» eller «slippe seg løs».

Kroppen tåler ikke alt

En av rapportens viktigste påminnelser er at beruselsedrikking ikke bare gir synlige og akutte konsekvenser. Når alkohol drikkes raskt, overskrides kroppens kapasitet til å bryte den ned. Det fører til økt oksidativt stress og til høyere nivåer av acetaldehyd, et stoff som beskrives som både skadelig og kreftfremkallende.

Det betyr at belastningen på kroppen ikke bare handler om rusens umiddelbare virkninger. Det handler også om hva som skjer når organer, blodårer og hjerne gjentatte ganger utsettes for høye alkoholnivåer. Rapporten argumenterer for at nettopp disse episodene må tas langt mer alvorlig enn i dag, fordi de kan bidra til sykdomsutvikling over tid.

Ikke bare ungdommens problem

Særlig alvorlig blir dette når blikket rettes mot unge. Rapporten viser til at ungdom og unge voksne er spesielt sårbare. Hjernens utvikling, impulsiviteten er høyere, og toleransen for alkohol er ofte lavere.

Beruselsedrikking i ung alder er dessuten en viktig risikofaktor for å utvikle alkoholavhengighet senere i livet.

Kvinner får ofte høyere promille enn menn ved samme inntak, blant annet fordi de i gjennomsnitt veier mindre og forbrenner alkohol annerledes. Menn er oftere involvert i vold, aggresjon og ulykker, mens kvinner i større grad kan være utsatt for vold og seksuelle overgrep i sammenhenger preget av beruselse.

Langtidsskadene vi snakker for lite om

Noe av det mest alvorlige i rapporten er gjennomgangen av kroniske skader. Forfatterne viser til forskning som finner økt risiko for hjertesykdom og død.

Det samme gjelder demens og kognitiv svikt. Rapporten viser til studier der beruselsedrikking er knyttet til betydelig høyere risiko for demens senere i livet, og enkelte studier finner mer enn dobbelt så høy risiko for tidlig demens og vaskulær demens.

På psykisk helse-feltet er funnene også alvorlige. Ifølge rapporten øker beruselsedrikking risikoen for depresjon betydelig, og risikoen for selvmordsforsøk er minst doblet. Dette understreker at alkohol ikke bare påvirker kroppen, men også følelser, psykisk stabilitet og evnen til å mestre belastninger.

Rapporten er også tydelig på at alkohol er et kreftfremkallende stoff. Her er ikke spørsmålet om det finnes en risiko, men hvordan risikoen utvikler seg og forsterkes av både totalforbruk og drikkemønster.

Tiltakene finnes

Rapporten er samtidig konkret på ett viktig punkt: Samfunnet står ikke uten virkemidler. Tvert imot trekkes en rekke tiltak fram som godt dokumenterte. Høyere alkoholavgifter, minstepriser, kortere åpningstider, færre salgssteder, reklamebegrensninger, aldersgrenser, promillekontroller og reaksjoner mot skjenking til berusede personer nevnes som effektive tiltak på befolkningsnivå. På individnivå peker rapporten blant annet på kort alkoholrådgivning i helsevesenet, behandling, medisiner og alkohol.

Tiltak som reduserer totalforbruket reduserer også beruselsedrikkingen. Når så mye av alkoholen i praksis drikkes i rusøyemed, vil pris, tilgjengelighet og regulering få betydning også for de mest risikable episodene.

DETTE VISER RAPPORTEN

HVA ER BERUSELSESDRIKKING?

Raskt inntak av store mengder alkohol. I forskning brukes ofte fem eller flere standardglass ved én anledning, eller 60 gram alkohol.

HVOR VANLIG ER DET?

Mellom 30 og 35 prosent i Norge, Sverige og Danmark oppgir beruselsedrikking.

HVA ER DE AKUTTE RISIKOENE?

Trafikkulykker, vold, forgiftning, fall, overgrep og andre skader.

HVA ER LANGTIDSEFFEKTENE?

Økt risiko for blant annet hjerte- og karsykdom, demens, depresjon, selvmordsforsøk, kreft og alkoholavhengighet.

HVA VIRKER?

Høyere avgifter, begrenset tilgjengelighet, reklamebegrensninger, aldersgrenser, promillekontroller og tidlig hjelp/behandling.

DYBDAHL
BETONG- & RIVESERVICE AS



tannhelsehuset
haraldsgaten as

430
GRAFISK





Ørnulf Thorbjørnsen
Leder i IOGT Norge

ALKOHOLPOLITIKK ETTER FOTBALL-VM

Årets store VM-fest blir nok stående som et varig minne av sommeren 2026. Det utviklet seg til en suksess for både landslaget og alle oss andre. Vi samlet oss til inkluderende og store fotballfester i Oslo sentrum og andre steder. Suksessen handlet om helt andre forhold enn økt tilgang på alkohol.

AV HANNE CECILIE WIDNES,
GENERALSEKRETÆR I IOGT

Mer alkohol er ikke svaret

NHO Reiseliv og andre mener at bekymringene for fyll, vold og ordensforstyrrelser med alkoholservering hele natta under VM var overdrevne – og noen mener erfaringene fra i sommer bør åpne for nattskjenking som en fast mulighet.

Vi i den ruspolitiske organisasjonen IOGT mener det er helt feil å konkludere med at den midlertidige nattskjenkingen var uproblematisk, eller at den bør danne grunnlag for en varig liberalisering av alkoholpolitikken i Norge.

At VM ble gjennomført uten store problemer skyldes blant annet at politiet og andre offentlige aktører satte inn betydelige ressurser for å sikre trygge arrangementer. Flere kommuner skal ha ros for initiativet med rusfrie familiearrangementer med storskjermer.

Disse arrangementene la grunnlaget for at både barn, ungdom og voksne kunne feire landslaget sammen. Det er dette fellesskapet som skapte folkefesten, ikke skjenkinga klokka fire på natta inne på noen puber med høye aldersgrenser.

Hold på fornuften

VM handler om fotballfest, mens alkoholpolitikk handler om langt mer enn erfaringene på utestedene noen uker sommeren 2026. Norges viktigste alkoholpolitiske utfordring handler fortsatt om det totale alkoholforbruket i befolkningen.

Økt tilgang til alkohol fører til økt forbruk, og dermed også flere alkohol-

relaterte skader og helseproblemer. Dette er ikke noe IOGT «mener», dette er noe vi vet som følge av forskning og erfaring.

Alkoholservering døgnet rundt handler også om hvilke vaner som etableres, hvilke normer som skapes og hvordan alkohol gradvis blir en stadig mer naturlig del av flere arenaer i samfunnet.

Vi er på ville veier dersom den norske fotballgleden og folkefestene våre skal handle om døgnåpne kraner og fulle puber. Det bør heller handle om hvordan vi sørger for at alle kan delta med trygghet og glede på hjemmebane, på utestedene og oppover Karl Johan og andre hovedgater.

En stadig sterkere kobling mellom idrett og alkohol

En av de mest bekymringsfulle erfaringene fra VM er hvordan alkohol igjen ble fremstilt som en naturlig del av idrettsopplevelsen. Det er bekymringsfullt hvordan flere sentrale politikere fremstilte øl nærmest som en forutsetning for å kunne se eller ha glede av en fotballkamp. Denne utviklingen bør bekymre flere enn oss som er spesielt opptatt av ansvarlig alkoholpolitikk.

Regjeringen har et klart mål å redusere det skadelige alkoholbruk i samfunnet. Da må vi samtidig arbeide for å svekke, ikke styrke, koblingen mellom alkohol og idrett.

Dette problemet blir ikke mindre av at stadig flere idrettsarrangementer og idrettsarenaer blir delvis finansiert gjennom alkoholservering, og VM var et klart eksempel på at dette skjer både nasjonalt og internasjonalt.

Folkehelse foran næringsinteresser

De største konsekvensene av alkoholbruk er sjelden de mest synlige, og derfor lette å glemme eller overse for alkoholprodusenter og en begeistret skjenkebransje.

Vi vet mange mister trygghet, helse og familierelasjoner som følge av alkoholbruk og rusproblemer. Alkohol er fortsatt en av de viktigste årsakene til sykdom, skader, vold og sosiale problemer i samfunnet.

Dette er realiteter som må vektlegges i diskusjoner om alkoholpolitikken. Dette handler ikke om hvorvidt folk skal få gå på byen eller nyte en øl, for den rettigheten er allerede godt sikret innenfor dagens regler.

Det er trygghet, voldsrisiko og skadeomfang for enkeltmennesker og samfunnet som helhet som må vektlegges – da er ikke erfaringer fra utelivet under VM-ukene i 2026 spesielt interessante.

Når politiet advarer om at økt alkoholservering normalt fører til mer kriminalitet og ordensproblemer og et flertall av befolkningen mener dagens skjenketider er tilstrekkelige, bør konklusjonen være åpenbar.

Alkoholpolitikk må bygge på forskning, folkehelsehensyn og lange linjer av erfaring. Vi håper regjeringen og Stortinget holder fast i denne erkennelsen, også etter sommeren 2026.

Om å plante trær

IOGTs fremtid er avhengig av de valgene vi gjør i dag. Hvordan vi forvalter IOGTs omdømme, nasjonalt og lokalt. Hvilke ressurser vi setter inn på medlemsverving. Hvor synlig vi er i media. Hvordan det oppleves å være en del av IOGTs felleskap. Og ikke minst hvilke ressurser vi rår over for å nå IOGTs mål.

Vi må gjøre så gode valg som mulig ut fra verden slik vi kjenner den i dag, og hva vi tror om fremtiden. Det dreier seg om rammebetingelsene for virksomheten vår og hvordan vi organiserer det lokale arbeidet vårt. Viktigst og vanskeligst er hva vi tror om menneskers behov, lyst til medvirkning og deltakelse, og ikke minst hvilke krefter er det som påvirker den enkeltes motivasjonen.

IOGTs formål er å være en tydelig stemme i rusdebatten, ha fokus på forebygging og være en støtte til de mennesker som opplever egne og andres rusutfordringer som en belastning i livet.

Neste år har IOGT-Norge holdt det gående i 150 år. Vi kan se tilbake på en stolt historie, men også en virksomhet preget av tidens strømninger. Fra å ha virksomhet på hvert nes og tusenvis av medlemmer har organisasjonen blitt mindre og det er gjort store endringer.

Helt siden 1877 er det gjort valg som har betydning for vår virksomhet i dag. Tenk bare på alle losjelokalene som ble bygget. Mange er solgt og gir et solid økonomisk grunnlag for virksomhet i alle deler av organisasjonen. Det var ikke visjonen til de som gjorde dugnadsjobben.

I tillegg til samfunnsutviklingen har medlemmenes valg, beslutninger, handlinger og konsekvenser gjennom 150 år formet organisasjonen slik vi kjenner den i dag. På landsmøtet i 2025 besluttet vi nok en gang endringer i organisasjonsstrukturen med omlegging til fylkeslag i stedet for områder og regioner. Flere reformer vil være nødvendig. Den lokale virksomheten trenger et godt og inspirerende støtteapparat og vi må sikre god fremtidsrettet økonomiforvaltning. Landsmøtet i 2025 ba også om at det på landsmøtet neste år legges fram forslag til nytt navn på IOGT-Norge,

Tiden krever at vi har vilje og mot til å gjøre de endringene vi tror tjener IOGTs formål best og som legger et godt grunnlag for organisasjonens fremtid.. Vi vil oppleve uenighet og diskusjoner, men utgangspunktet må være at vi sammen skal finne de løsningene som tjener IOGTs formål best

Sammen skal vi plante nye trær, selv om det ikke er vi som får sitte i skyggen av dem.

Ørnulf Thorbjørnsen

Cannabisbruk i tenårene knyttes til økt risiko for psykiske lidelser



KILDE

Ungdom som bruker cannabis, har økt risiko for å utvikle psykiske lidelser senere i ungdomstiden og i ung voksen alder. Det viser en ny amerikansk studie omtalt av forskning.no.

Forskerne har fulgt over 463.000 ungdommer mellom 13 og 17 år. Ungdommene ble spurt om cannabisbruk, og forskerne undersøkte deretter om de fikk diagnostisert psykiske lidelser fram til de fylte 25 år. Studien fant at cannabisbruk i tenårene var forbundet med økt risiko for psykotiske lidelser, bipolar lidelse, depresjon og angst. Risikøkningen var tydeligst for psykotiske og bipolare lidelser. Ungdom som hadde brukt cannabis, hadde mer enn dobbelt så høy risiko for å utvikle psykotisk lidelse sammenlignet med dem som ikke hadde brukt cannabis.

BEKREFTER HVA TIDLIGERE FORSKNING HAR VIST

Jørgen Bramness, professor ved Institutt for klinisk medisin ved UiT Norges arktiske universitet, sier til forskning.no at resultatene bekrefter mye av det tidligere forskning har vist. Han understreker at sammenhengen er særlig godt dokumentert når det gjelder

cannabisbruk og ikke-afektive psykoser. For depresjon, angst og bipolar lidelse er bildet mer sammensatt, blant annet fordi noen kan bruke cannabis for å dempe plager de allerede har. Over tid kan rusbruken likevel bidra til å forverre problemene.

Risikoen påvirkes blant annet av hvor ofte man bruker cannabis, hvor sterkt stoffet er, og hvor sårbar man er fra før.

Likevel er hovedbudskapet tydelig: Tidlig debut øker risikoen. Bramness peker på at den unge hjernen er mer sårbar, og at jo yngre man er når man begynner med rusmidler, desto større er faren for avhengighet og andre skadevirkninger.



Aldersgrenser kan gi langsiktige virkninger



Aldersgrenser for alkohol handler ikke bare om å hindre ungdom i å kjøpe eller drikke alkohol her og nå. En ny studie tyder på at slike lover også kan påvirke alkoholbruk og alkoholskader langt inn i voksenlivet. Studien, som er omtalt av Movendi International, undersøker utviklingen i USA. Forskerne så på perioden 1970–1988, da aldersgrensene for alkohol varierte mye mellom delstatene. Først i 1989 hadde alle amerikanske delstater innført 21-årsgrense. Forskerne delte delstatene inn etter om de hadde hatt en stabil 21-årsgrense, en gradvis økende aldersgrense, eller mer skiftende og ustabile regler. Deretter undersøkte de alkoholbruk, alkoholkonsum per innbygger og alkoholrelatert dødelighet i perioden 1999–2021.

ØKT ALDERSGRENSE GA LAVERE ALKOHOLBRUK

Resultatene peker i retning av at stabile og tydelige aldersgrenser har betydning. Delstater som hadde hatt en gradvis økende aldersgrense, hadde lavest alkoholbruk og lavest alkoholkonsum senere i livet. Delstater med mer skiftende aldersgrenser hadde

høyst forbruk. Studien fant også forskjeller i utviklingen av alkoholrelatert dødelighet ved skader, men ikke like tydelige forskjeller for all alkoholrelatert dødelighet eller sykdomsdødelighet.

Forskerne tolker funnene som et tegn på at alkoholpolitikk kan sette spor over tid. Lover påvirker ikke bare enkeltvalg, men også normer: hvor vanlig det oppleves å drikke, når det er normalt å begynne, og hvor tilgjengelig alkohol er for unge. Dersom aldersgrenser senkes, heves og endres flere ganger, kan det svekke den forebyggende effekten og bidra til mer uklare normer.

VIRKER BEST NÅR DE ER TYDELIGE OG STABILE

Aldersgrensen alene forklarer ikke nødvendigvis forskjellene mellom delstatene. Alkoholbruk påvirkes også av pris, tilgjengelighet, reklame, trafikkregler og lokale drikkekulturer. Likevel styrker funnene et viktig forebyggingspoeng: Aldersgrenser virker best når de er tydelige, stabile og håndheves over tid.



KILDE

Afrika sør for Sahara ligger ikke an til å nå WHO-mål om lavere alkoholbruk



En ny studie viser at Afrika sør for Sahara ikke er på vei til å nå WHOs mål om 10 prosent reduksjon i alkoholbruk i befolkningen. Tvert imot økte både alkoholkonsumet og omfanget av beruselsesdrikking noe i regionen mellom 2010 og 2019. Studien er publisert i *International Journal of Drug Policy* og omtalt av Movendi International.

MYE BERUSELSESDRIKKING

Forskerne undersøkte utviklingen i 45 land sør for Sahara, basert på WHO-data om alkoholforbruk per innbygger og tung episodisk drikking. Bare om lag en tredel av landene nådde eller overgikk målet om 10 prosent reduksjon i alkoholforbruk per alkoholbruker. Samtidig hadde 44 prosent av landene en økning. Beruselsesdrikking ligger fortsatt på et høyt nivå, og Movendi omtaler nivået som blant de høyeste i verden.

Utviklingen varierer mellom ulike deler av regionen. Sentral-Afrika var den eneste delregionen som viste tydelig nedgang i både alkoholkonsum og beruselsesdrikking per innbygger. Øst-Afrika hadde de største økningene. Studien peker på svake eller ujevnt håndhevede alkoholpolitiske virkemidler som en viktig forklaring. I tillegg

framheves alkoholindustriens ekspansjon i Afrika, blant annet gjennom markedsføring og større distribusjon som en sannsynlig medvirkende faktor.

FÅR STORE KONSEKVENSER

I mange land sør for Sahara er helse- og sosialtjenestene allerede presset. Økt alkoholbruk kan derfor få store konsekvenser, ikke bare for den enkelte, men også for familier, lokalsamfunn og samfunnsøkonomi. Når multinasjonale alkoholselskaper ser Afrika som et vekstmarked, blir spørsmålet om regulering enda mer sentralt.

Forskerne konkluderer med at landene trenger mer helhetlig alkoholpolitikk, bedre håndheving og sterkere beskyttelse mot alkoholindustriens innflytelse. For forebyggingsfeltet er studien en påminnelse om at alkoholskader ikke bare er et individuelt helseproblem. De formes også av marked, politikk og hvilke interesser som får påvirke samfunnsutviklingen.



KILDE



Flere behandles for alkoholrelaterte skader og sykdommer

I 2025 ble over 26.000 personer behandlet for alkoholrelaterte tilstander i spesialisthelsetjenesten. I tillegg ble over 8.000 personer behandlet for akutt alkoholmisbruk ved kommunale legevakter. Det viser nye tall fra Norsk pasientregister og Kommuntal pasient- og brukerregister, omtalt av Actis og Folkehelseinstituttet.

ØKNING OVER TID

Tallene viser en tydelig økning over tid. I spesialisthelsetjenesten ble 26.319 pasienter behandlet for alkoholrelaterte skader og sykdommer i 2025, mot 19.891 i 2010. Statistikken omfatter blant annet alkoholisk leversykdom, toksisk virkning av alkohol og andre tilstander der alkohol er registrert som årsak til undersøkelse eller behandling.

Seniorforsker Ingeborg Rossow ved Folkehelseinstituttet sier at totalkonsumet av alkohol har vært nokså stabilt i perioden 2010–2025, og at det derfor ikke finnes noen enkel forklaring på økningen. Samtidig understreker hun at utviklingen betyr mer enn økte helsetall: Flere får svekket helse og livskvalitet, og belastningen øker også for familier, pårørende og helse- og sosialtjenestene.

Actis løfter særlig fram konsekvensene for barna. Når en forelder er i behandling for alkoholrelaterte problemer, rammes ofte hele familien. Kristin Oudmayer, generalsekretær i Ly, peker på at barna må bli sett bedre og få mer systematisk hjelp. Barn som vokser opp med alkoholproblemer i familien, har økt risiko for psykiske vansker senere i livet.



KILDE

KONTAKT IOGT:

Henvendelser vedrørende medlemskap, adresseendringer mv. sendes til adressen over, iogt@iogt.no eller på telefon til 23 21 45 80.



GI FLERE BARN EN ALKOHOLFRI JUL!

Møt andre frivillige – bli en del av fellesskapet!



hvitjul.no/frivillig

ALLE KAN BLI MED:

Alle kan bidra på sin måte! Ta med venner som støtter budskapet, selv om de ikke er medlemmer i IOGT.

Registrer deg på hvitjul.no/frivillig.

I Hvit jul-kampanjen inviterer vi voksne til å skrive under på at de vil velge alkoholfritt når de er sammen med barn i julehelgen.

Nesten 1 av 5 barn har opplevd at det har blitt ubehagelig fordi de voksne drakk alkohol.

*Barn trives best
med edru voksne*

vopps
din gave til
Hvit jul #134903

