

ET MAGASIN FRA IOGT I NORGE - NR 3 - 2023

IOGT

Aksent

Krevende som pårørende

– DET ER AKKURAT SOM OM MAN VISKER SEG SELV UT

Landsmøtet i IOGT

**ØRNULF THORBJØRNSSEN
GJENVALGT SOM LEDER**

**UENIGHET OM
NEDGANG I FORBRUK**

Politikerne tror på målene, men fagfolk er usikre





Hvordan finne livsglede

IOGT Bryn inviterte til Hvordan finne livsglede når demens rammer? rett før ferien. Mina Gerhardsen fra Nasjonalforeningen for folkehelsen kunne fortelle oss om i dag har over 100 000 mennesker i Norge demens, og trolig vil antallet dobles de neste tjue årene. Mange tror demens kun rammer eldre, men også yngre personer kan få demenssykdom. Over 400 000 er nær pårørende til en med demens. Av alle som lever med demens i dag, antar vi at minst 2 000 er under 65 år, men disse tallene for yngre er usikre anslag, og det kan være flere.

Demens skyldes sykdom i hjernen, og er ikke en naturlig side ved aldring. Evnen til logisk tenkning blir påvirket og etter hvert blir det vanskelig å klare seg på egenhånd og utføre hverdagslige aktiviteter. Mange opplever endringer i humør og væremåte.

Karin Glæstad Vilming og Øystein Vilming stod for rammene rundt kvelden også med et foredrag om livsglede. Anne Karin Ingelsrud fra IOGT Concordia sørget for at det var nok kaffe og kaker til alle. Vi avsluttet med allsang med gruppa Alles Vel gjorde virkelig kvelden.



Karin Vilming, Per Janssen og foredragsholder Mina Gerhardsen.



Godt sommervær under St. hansfeiringen på Kirkevik.

Sommer rundt i IOGT-Norge

I løpet av sommerferien har det vært åpent på mange av hyttene som eies av IOGT eller Juvente rundt om i landet. St. Hans-aften var det 120 til stede på feiringen som i år gikk uten St. Hansbål på grunn av det tørre været på forsommeren, men dermed ble det gang rundt maistangen på svensk manér i stedet. Ulaheim utenfor Halden har vært godt besøkt, og flere familier har også feriert på Sjøstrand utenfor Kristiansand, Gon ved Larvik og Kværnstua i Sandefjord.

Temakveld i Drammen

Nyansatt prosjektleder i Sterk&klar Intro, Jevi Majid, var på sitt første oppdrag rett før sommerferien hvor hun holdt temakveld for Kvinner i sentrum i Drammen i regi av Kirkens Bymisjon. Sterk&Klar Intro er et rusmiddelforebyggende program IOGT har for minoritetsforeldre. Budskapet er at foreldre er viktige rollemodeller og forebyggere, og at det er viktig at foreldre samarbeider og engasjerer seg i barns liv.



Prosjektleder for Sterk&Klar Intro, Jevi Majid (t.v) sammen med en av deltakerne på kurset.

Gøteborgstur med IOGT Region Øst

IOGT Region Øst inviterte rett før sommeren til en medlemstur til Göteborg med god påmelding. Medlemmene overnattet på Wendelsberg, IOGT-NTO sin folkehøgskole utenfor byen. Skolen er også Sveriges største treslott, og ble kjøpt av IOGT-NTRO i 1907. Deltakerne fikk også anledning til å hilse på lokale IOGT-ere, som også var med på å guide deltakerne rundt i byen. De sørget også for underholdningen hvor Caroline Wennergren sang for IOGT-erne. Turen gikk via Lysekil hvor det ble en liten vandring i Gamlebyen. Og på tilbaketuren ble det også tid til en stopp i Gustafsberg.



Deltakerne på turen slapper av på Wendelsberg.



Rektor på Wendelsberg, Søren Eriksson, forteller om skolen.



Turens eldste deltaker, Willy Johansen på 94 sammen med guide i Göteborg.

ER DU EGENTLIG ENIG?

Hensynet til barn og unge må alltid komme først i alkoholpolitikken. Er du enig? Det er spørsmålet vi stiller politikerne både før og etter valget i høst. Det er lett å si seg enig. De fleste mener jo at barn har rett til en god og trygg oppvekst.

Alkohol i familieparker

Men så politikerne kanskje ikke så enige likevel? Alkoholpolitikken gir kommunene effektive og økonomiske lønnsomme virkemidler for å fremme folkehelse og trygghet. Det er kommunene som avgjør hvem som skal få selge og skjenke alkohol, når det skal skje og kravene som skal settes for en bevilgning. Derfor sjokkerer det mange av oss når restauranter i barnemagneter som Tusenfryd og Jul i Vinterland har fått kommunens godkjentstempel for å skjenke alkohol. Rundt i hele landet har familierettede aktører som biblioteker, kino, campingplasser, markeder, opplevelsessentra og idrettsarrangementer fått skjenkebevilling.

Barn må tåle alkohol

De fleste voksne klarer å oppføre seg ordentlig selv om de har tilgang på alkohol når de vanker midt i barneflokker. Noen gjøre det ikke.

Det er svært bekymringsfullt at på de samme stedene som vi ønsker at barn skal leke, lære, oppleve og fryde seg, der skal barna samtidig måtte finne seg i at de voksne rundt dem skal få ruse seg.

Kommunepolitikere har både ansvaret og virkemidlene for å sørge for at barna våre ikke alkoholmarineres i det offentlige rom. Det ansvaret må de nå ta.

Bruk stemmen din!

Er du enig? Bruk stemmen din både i møte med politikere og i valget til å gi politikerne en tydelig beskjed på vegne av barna!

Hanne Cecilie Widnes
Generalsekretær IOGT



Gode forhandlinger, men

«GATELANGS»

FIKK BEST TILBAKEMELDINGER

Teatergruppa «Gatelangs» var et av innslagene som ble satt mest pris på under IOGTs landsmøte på Åsane folkehøgskole i sommer.

AV JAN TORE EVENSEN

Utspring i Sammen-senteret i Kristiansand

Gatelangs, som har sitt utspring fra vårt Sammen-senter i Kristiansand består av både brukere på senteret og andre som sammen hadde laget teaterforestillingen som ble fremført. Gruppen startet opp i fjor, og forestillingen landsmøte-deltakerne fikk servert har også blitt spilt i Kristiansand.

– Etter første runde med forestillinger har vi fått en del nye medlemmer, forteller prosjektleder Sunniva Solheim, som også har vært leder for Sammen-senteret. Blant dem flere unge hvor enkelte er tidligere rusavhengige og enkelte er studenter som ønsker å skape teater, tidligere innsatte, en person som sitter i rullestol, og en som er døv og har med seg tegnspråktolk. Gruppen er svært sammensatt, og det er noe som gjør at miljøet innad i gruppen har stor takhøyde, omsorg, respekt og aksept.

«Velorganisert, god og gripende forestilling av Gatelangs» og «Gatelangs-gjengen rørte manges hjerter var noen av tilbakemeldingene som kom etter forestillingen.

Startet med fagseminar

Aktivitetene rundt landsmøtet startet allerede dagen før åpningen med politisk fagdag i Bergen. Dette var en av 10 slike fagdager som IOGT holder rundt om i landet, hvor temaet er hvordan vi kan forebygge at ungdommer skader av rusmidler. På seminaret i Bergen steppet politisk rådgiver

i IOGT Svend Arne Hokstad inn for seniorforsker Inger Synnøve Moan ved FHI og ga en situasjonsrapport for rus-situasjonen i Norge, særlig når det gjaldt alkohol. Hanne Cecilie Widnes, som er generalsekretær i IOGT i Norge, la frem IOGTs løsninger for hvordan vi som samfunn skal forebygge rusproblemer blant unge.

Arne Klyve, faglig rådgiver for Sterk&Klar fortalte hvor viktige foreldrene er i det forebyggende arbeidet, og Morten Ørn fra Vest Politidistrikt orienterte om hvordan politiet har endret sin måte å arbeide på etter høyesterettsdommene og riksadvokatens nye retningslinjer om saker som gjelder rusavhengiges befatning med narkotika til egen bruk. Rundt 80 deltakere var til stede, både IOGT-ere som skulle på landsmøtet, og andre interesserte bergensere.

Vil parkere kjepphester

Leder Ørnulf Thorbjørnsen tok i sin tale til landsmøtet utgangspunkt i barndommen sin i Fredrikstad.

– Mange steder var det fattige kår, men medlemmene skrapte sammen penger og bygget IOGT-hus over hele landet. De så for seg at fremtiden for IOGT aldri ville ta slutt.

– Alle disse husene de bygde, alle møtene de stilte på hver uke, verv de tok på seg, de bakte og smurte og kokte kaffe for trivsel og fellesskap. De sang og underholdt og de delte alvoret i saken de kjempet for.

Han mente at de som stiftet IOGT ville være opptatt av at vi skulle være tilstede i den tiden vi lever i, en pådriver i det forebyggende arbeidet og en tydelig stemme mot rus.

Øg at pengene etter husene måtte brukes på den måten som tjener



Politisk rådgiver Svend Arne Hokstad sammen med driftsenhetsleder, Morten Ørn ved Vest politidistrikt.

formålet best. Hans ønske for landsmøtet er at vi starter en prosess, hvor vi med hjerte og hjerne i fellesskap skal lage en plan for fornyelse av IOGT.

– Der vi parkerer alle kjepphester, er smertefullt realistiske og har store visjoner for det framtidige IOGT.

Ingen navneendring

Selv om de fleste sakene ble banket gjennom enstemmig var det noen endringer som landsmøtesalen ønsket. Landsmøtene kommer fortsatt til å bli holdt i juni, og ikke august som innstillingen fra sentralstyret var. Representantene ønsket også mer informasjon i protokoller fra sentralstyret og arbeidsutvalg slik at det vil bli lettere å forstå hvordan saker var blitt behandlet i styret.

Landsmøtet var positive til å starte en prosess for å fornye organisasjonen, men vedtok med et klart flertall at spørsmålet om endring av navn ikke skulle være en del av mandatet. Styret kommer i løpet av høsten til å sende ut en invitasjon til hele organisasjonen om



Rektor Lena Andresen ønsket landsmøtet velkommen.

å komme med innspill til hva det vil være viktig å jobbe med i fornyingsprosessen.

Vil ha rusfri 17. mai

Arbeidsplanen ble vedtatt enstemmig med en endring – at sentralstyret skal jobbe med en kampanje rundt rusfri feiring av 17. mai. Et forslag fra Frida Furuvald fra Drammen. Arbeidsplanen var ellers kort denne gangen hvor forslaget om fornyingsprosess var en viktig del. Men å øke medlemstallet blir også et viktig punkt i perioden med mål om å være 3500 medlemmer mot slutten av perioden. Men viktig blir det også å øke antallet engasjerte personer og styrke synligheten til organisasjonen. Vi skal også prioritere forebygging rettet mot foreldre og andre ansvarspersoner for å mobilisere voksgenerasjonen i arbeid for barn og unge, sette agenda i rusmiddelpolitikken og motvirke normalisering av rusmiddelbruk i tråd med vår forebyggingsstrategi som ble presentert i sist nummer. Det sosiale arbeidet vi driver vil også videreføres i perioden.

Nytt styre

Ørnulf Thorbjørnsen fra Bodø ble gjenvalgt som leder i IOGT. På nestlederposten ble det heller ingen endringer slik at Sofia Gram-Hallbert fra Rælingen fortsetter. Resten av styret ble bestående av Per Arne Lillebø (Ulsteinvik), Elisabeth Hagen (Elverum), Kristine Cseresnyes (Bergen), Are Eriksen (Nordreisa) og Kristine Gustavsen (Sarpsborg). Varamedlemmer ble Tor Martin Flø Gustad fra Levanger og Rolf Larsen fra Drammen.



Teatergruppa Gatelangs fra Kristiansand.



Thor Erik Kristiansen og Unni Kristiansen fra Bryn, og Frida Furuvald fra Drammen slapper av i en pause.

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 Lillejord



– EN MESTER I UTVIKLINGSSAMARBEID

Da **Mohammed Faleel Marikkar**, generalsekretær i RAHAMA, besøkte FORUTs kontor på Gjøvik, fikk han en overraskende velkomst til ære for lang tjeneste i FORUT og for hans utrettelige innsats for befolkningen på Sri Lanka.

TEKST OG FOTO: ØYVIND STRAND ENDAL, KOMMUNIKASJONSSJEF FORUT

Gamle venner og kollegaer kom til Gjøvik for å møte både Marikkar, og hans kone Shafinaaz, mandag 12. juni.

Med fra starten

I 1978 ble Marikkar med i fiskeri- og utviklingsprosjektet Cey-Nor, som var en forløper til FORUT i Sri Lanka. Siden da har han – mer enn noen annen – bidratt til kontinuiteten i FORUTs virksomhet på øya.

I mange år var han programsjef i FORUT Sri Lanka. Hans ekspertise og stødige og klartenkte ledelse, spesielt i årene med krig og katastrofer, var kritisk viktig for alle utfordringene organisasjonen møtte.

Marikkar var også viktig da FORUT Sri Lanka ble faset ut i 2012 og prosjektene skulle overføres til nasjonale partnerorganisasjoner. Han var drivkraften bak etableringen av RAHAMA – en av FORUTs nye partnerorganisasjoner i Sri Lanka. I dag er han generalsekretær i organisasjonen.

Mot, kunnskap og energi

Under mottakelsen ble Marikkar takket for hans tjeneste, lederskap og vennskap.

– Jeg vil bruke denne muligheten til å takke deg, Marikkar, for et livs arbeid for solidaritet og utvikling. For alt motet, energien, tiden, intellektet og kjærligheten du har lagt inn i dette. For alle menneskene som har fått makt til å endre sine egne liv med din hjelp, for alle problemer som har blitt løst og for all

kunnskapen og alle refleksjonene du har delt, sa Ida Oleanna Hagen, generalsekretær i FORUT, i sin tale.

Hun takket også Shafinaaz for hennes støtte og bidrag gjennom flere tiår. Hele familien er involvert i Marikkar sitt engasjement.

Problemløser og diplomat

Rundt bordet satt tidligere kollegaer fra Norge og Sverige fra de siste 40 årene, og de brukte muligheten til å vise sin takknemlighet til Marikkar, dele minner og fremheve hans unike evne til å alltid finne en løsning.

FORUTs utenlandssjef, Ståle Stavrum, minnet Marikkar om to sitater han har gjentatt mange ganger i løpet av årene: «Hva kan man gjøre?» og «Det som er mulig, er mulig.»

– Disse uttrykkene er veldig srilankiske og kunne være brukt i fortvilelse, håpløshet eller som aksept av nederlag. For meg er de viktige for å forstå hva slags mann du er, Marikkar. Selv om du ofte har brukt disse uttrykkene, er det ikke slik du har levd. Du har alltid hatt en spesiell evne til å aldri gi opp, til å finne en felles plattform og til å gjøre det umulig mulig. Du har alltid funnet en vei gjennom, et kompromiss som fungerer eller en kreativ løsning, sa Stavrum.

Blant gjestene var mange av FORUTs stedlige representanter på Sri Lanka gjennom. I deres taler bekreftet de budskapet: Marikkar, eller Mariks blant venner, er en ekte mester i utviklingssamarbeid.



Flere tidligere FORUT-kollegaer på Sri Lanka var tilstede på Gjøvik denne dagen.



FRYKTER SVEKKA RU SMIDDEL FORSKNING

– Jeg er bekymra for framtida til rusmiddelforskninga, sier Ingeborg Rossow. For nå kutter Folkehelseinstituttet enda flere forskerstillinger.

TEKST OG FOTO: SIDSEL SKOTLAND

Med de nedskjæringene som allerede har vært ved Folkehelseinstituttet (FHI), og de som nå er på gang, frykter Ingeborg Rossow, dr. philos og seniorforsker ved avdeling rusmidler og tobakk, at rusmiddelforskninga i Norge vil bli ytterligere svekka. For når FHI kutter i forskerstillinger på feltet, er det ingen andre forskningsinstitusjoner som veier opp for dem.

Mindre synlig, mindre tilgjengelig

1. januar 2016 ble Statens institutt for rusmiddelforskning (Sirus) innlemma i Folkehelseinstituttet. Rossow var også da bekymra. Hun advarte om at dette ville bety at rusmiddelforskninga (forskninga på tobakk, alkohol, og andre illegale og legale avhengighetsskapende stoffer) både ville bli mindre synlig og mindre tilgjengelig, og at forskningsformidlinga i større grad ville bli politisk styrt. Nå har det gått sju år, og hun ser at hun fikk rett i de dystre spådommene: Den epidemiologiske og samfunnsvitenskapelige rusmiddelforskninga er både mindre synlig enn tidligere, og den er nedprioritert.

Hun forteller at når den pågående nedbemanningsprosessen er over, vil antall årsverk i rusmiddelforskninga være halvert siden 2015. Og det er ikke gitt at rusmiddelforskerne får lov til bare å

jobbe med rusmiddeltemaer, sier hun. De som er igjen vil også kunne bli satt til andre forskningsoppgaver i andre avdelinger.

Hun er også redd for at enkle kartleggingsoppgaver, som for eksempel beskrivelser av endringer over tid i rusmiddelbruk, samt dokumentasjon, vil utgjøre en større del av arbeidet for forskerne framover. Det er arbeidsoppgaver som erfarne forskere ofte ikke er interessert i. Dermed vil FHI etter hvert også kunne få problemer med rekruttering.

Mer oppdragsforskning

– Det er også mer styring av forskninga nå, på den måten at vi må gjøre mer oppdragsforskning etter tildelingsbrev fra Helse- og omsorgsdepartementet, forteller Rossow. Forskningsfinansieringa er også endra. Sirus var i stor grad rammefinansiert, med lite eksternfinansiering, mens ved FHI må forskerne i mye større grad søke om midler eksternt til egne prosjekter. Det har samtidig blitt vanskeligere å få midler gjennom Forskningsrådet. På den måten går mye forskertid med til søknadsskriving, som ofte ikke gir noen avkastning.

Gamle forebyggingsråd blir som nye

Ingeborg Rossow er kanskje for Aksents lesere mest kjent for boka *Alcohol: No Ordinary Commodity* (ANOC) som kom ut første gang i 2003 og med 2. utgave i 2010. Nå har den kommet i 3. utgave.

Mye ny kunnskap som har kommet på feltet siden 2010 er integrert i den nye utgaven. Blant annet er det mye ny forskningslitteratur som bygger opp



Ingeborg Rossow, seniorforsker ved FHI.

under de tidligere funnene av effekter av alkoholpolitiske virkemidler – funn som bekrefter at det fortsatt er pris og tilgjengelighet som er de beste forebyggende virkemidlene, forteller Rossow.

Det har også skjedd mye på digitale plattformer siden 2010 særlig av forebyggende tiltak – først og fremst internettprogrammer som kan hjelpe folk å kartlegge og begrense eget alkoholinntak.

Stor betydning

Forskerne vet også mer om hvordan alkoholindustrien jobber enn de gjorde i 2010 – altså mer om strukturene i de transnasjonale selskapene, for eksempel hvordan de arbeider for å påvirke alkoholpolitiske beslutningsprosesser. De vet også mer om alkoholbruk og -skader i lavinntektsland.

– I boka argumenterer vi også for å jobbe fram et internasjonalt rammeverk, omtrent tilsvarende det som finnes for tobakk, sier Rossow.

Nytt er også at boka kan lastes ned gratis på nettet så alle kan få tilgang til den (se link på neste side).

Vi lurte på om det er noe av innholdet fra utgaven i 2010 som har blitt svekka eller blitt irrelevant, men det er det ikke, forteller Rossow.

Når vi spør om hvilken betydning denne boka har hatt, trekker hun litt på det. Hun synes det strengt tatt er brukerne av boka som skal svare på det, men kan fortelle at utgaven fra 2010 hadde mer enn 4 000 siteringer fra den kom ut og fram til 2022. Så den er i alle fall mye brukt i akademiske sammenhenger. Hun vet også at den blir mye brukt av NGO-er, helse- og sosialforvaltninga, forskere og fagfeltet for øvrig.

– Mange brukere i sentral helseforvaltning, både i inn- og utland, sier at boka er en svært viktig publikasjon, forteller hun.

Må spørre om alkoholvaner

Boka er internasjonal, og blir oversatt til mange språk. Et sammendrag er publisert på engelsk, og dette vil også bli oversatt til flere språk, deriblant norsk. I tillegg vil man i flere land lage en beskrivelse av landets alkoholpolitikk og drøfte denne i lys av den kunnskapen om effektive virkemidler som blir beskrevet i ANOC 3. Rossow arbeider for tida med den norske versjonen og håper den vil bli ferdig i løpet av våren. Hun understreker at Norge har tatt i bruk de mest effektive forebyggings tiltak: høye særavgifter på alkohol, begrensa tilgjengelighet gjennom Vinmonopolet,

restriktive salgs- og skjenketider, aldersgrense, reklameforbud, promillegrense i trafikken og kontroller – virkemidler som er viktige for folkehelsa, sier hun.

Rossow understreker også viktigheten av tidlig kartlegging av alkoholproblemer.

For å få til det må fastlegene bli flinkere til å spørre om pasientenes alkoholvaner, og det er også viktig at helseapparatet tilbyr god behandling for dem som har alvorlige alkoholproblemer. Boka har et eget avsnitt om kartlegging og tidlig intervensjon, som også omtales kort i den norske gjennomgangen.

Betydninga av utvida åpningstid

Men dette er ikke det eneste prosjektet Rossow har på gang – hun er travlere enn som så.

Det går en del tid med til å skrive søknader for å få finansiert prosjekter, men først og fremst holder hun på med ulike empiriske artikler om alkohol og pengespill. Blant annet jobber hun med

å overføre totalalkoholkonsumet til pengespill, hun jobber på et prosjekt om alkohol og eldre, og hun holder på med ei evaluering av den lille endringa i polets åpningstider som ble innført i 2020 – fra klokka 15 til 16 på lørdager. Hun skal finne ut hvilken betydning dette har hatt for alkoholkonsumet i Norge.

– Med det designet vi bruker skal det være mulig å skille dette fra betydninga av pandemien og alle de dramatiske

endringene som skjedde med alkoholtilgjengeligheten da, forsikrer hun. Hypotesen er at endringa har økt omsetninga i polet, at det har blitt noe handelslekkasje fra dagligvarebutikkene til polet, og at det har vært noe øking i konsum. Rapporten kommer om ca ett år.

Debatten om de illegale rusmidlene tar for stor plass

Til slutt har vi lyst til å vite hva Ingeborg Rossow mener om rusdebatten i Norge. Det har hun ikke så lyst til å si så mye om, og påpeker at den viktigste rolla til forskerne er å formidle kunnskap til beslutningstakere og allmennheten i ulike fora.

Men hun mener forskere kan, og bør, delta i debatter som handler om hvordan funn kan tolkes og hva som er implikasjonene av forskningsfunn.

Og skal hun si noe om debatten de siste åra, synes hun de illegale rusmidlene tar en uforholdsmessig stor plass i debattene sett i forhold til problemet.

– Disse debattene fortrenger søkelyset på problemene og virkemidlene knyttet til alkohol og legale avhengighetsskapende medikamenter, mener Ingeborg Rossow.

«Det er også mer styring av forskninga nå, på den måten at vi må gjøre mer oppdragsforskning»

GRATIS E-BOK



3. utgave av *Alcohol: No Ordinary Commodity* er publisert som gratis e-bok, og kan lastes

ned fra denne adressa:

<https://fdslive.oup.com/www.oup.com/academic/pdf/openaccess/9780192844484.pdf>



– VI MÅ BLI MER SYNLIGE

*Ansatte og medlemmer må ha oppdatert kunnskap, og organisasjonen må bli mer synlig. Vi må jobbe med markedsføring, sier **Roar Olsen**.*

TEKST OG FOTO: JAN TORE EVENSEN

Som leder for distriktet, lokalavdelingen, flere perioder i sentralstyret og arbeid som barneleder og ikke minst verve-general er det få som kjenner IOGT-Norge like godt som Roar Olsen. I sitt åttifjerde år er han fortsatt aktiv og full av meninger om hvordan IOGT bør være i fremtiden.

Kom tidlig med i barnearbeidet

Men først litt om fortiden. – Faren min stiftet losje «Hedrum» i 1923, og det var vel utgangspunktet for mitt engasjement også, starter han.

– Vi hadde gode barneledere med mange idèer til programmer på møtene. I tillegg årlige karneval og dansekurs med profesjonelle kursledere. Det var praktisk når ungene kom opp i 12-13-årsalderen.

Hjemstedet, Hedrum, var en liten bygd som lå mellom byene Sandefjord og Larvik. Et lite lokalsamfunn hvor alle kjente alle. Det gjorde også til at arbeidet i IOGT og ikke minst barnearbeidet hadde godt grobunn. Roar var selv i mange år barneleder.

– Dette var jo helt andre tider, forteller han. – Ikke så mange andre aktiviteter, og ingen mobiltelefoner. Vi hadde ganske fast en 20-25 medlemmer. Fortsatt kjenner jeg mange av de som var med den gangen og har kontakt med dem, selv om de var en del yngre enn meg.

Mye IOGT-virksomhet i distriktet

Selv om Hedrum ikke var stort var det mye IOGT-virksomhet rundt om. I Larvik-området var det fire andre losjer, i tillegg til en i Stavern. Det var

mye besøk mellom avdelingene og mye samarbeid. Et medlem som eide en kassevogn hadde fast jobb med å kjøre medlemmer fra den ene losjen til den andre.

Ideologien kom inn gjennom de rituelle møtene. Ellers var det mest fellesskapet og aktiviteten som var det viktige. – Vi lærte bort møteledelse, protokoll og regnskap. Det er vel noe av det som har kjennetegnet IOGT i alle år at man var en liten skole på den måten og hadde en systematikk i møteopplegget. Dessverre er nok dette litt borte nå.

400 unger på barneleir

Senere ble han leder i den samme barneavdelingen, og var blant annet med på å arrangere store barneleire på Juvente sitt leirsted Gon, utenfor Larvik.

– Det var nok noen av de største vi har hatt med godt over 400 unger på slutten av 60-tallet. Det var en stor jobb når alle skulle bispises på langbord og når det på sparket skulle ordnes med busstransport for alle. Men det gikk godt. Vi hadde gode systemer. Jeg husker fortsatt sangene som vi sang rundt leirbålet om kvelden.

Å gå over til voksenavdelingen var naturlig. – Vi var en gjeng som fortsatte videre, forteller han. Avholdet har vært med på å gi et klart holdepunkt i livet.

– Jeg har jo ikke visst om noe annet, og vokst opp i et hjem hvor det ikke ble brukt noe alkohol. Det farger jo personligheten din.

Må påvirke ute i samfunnet

Roar er imidlertid opptatt av at man ikke må se for mye innover i organisa-

sjonen. – Vi påvirker flokken vår ved å være til stede, sier han. – Jeg ser det når jeg er sammen med andre, for eksempel på turer med vennene som spiller golf. Når jeg og en annen som heller ikke drikker bestiller alkoholfritt gjør flere av de andre det også. Man trenger ikke si så mye om det.

– Samtidig så trenger man ikke være noen organisert avholdsperson for å være en god ambassadør for det å gjøre alkoholfrie valg. Det er mange som ikke er organiserte medlemmer av IOGT, men som er opptatt av å formidle at de ikke bruker rusmidler – enten helt eller når man er sammen med barn og unge. Vi trenger å få flere av disse med oss – enten det er som medlem eller som medspiller.

Fin tid som vervegeneral

Roar har da også gjort en stor innsats for at flere har blitt med i IOGT ikke minst i tiden hvor han fungerte som «verve-general» og reiste land og strand rundt for å stå på stand. Da fikk han god bruk for sine evner som selger. Til sammen ble det noen tusen nye medlemmer til IOGT.

– Det var en veldig positiv opplevelse. Jeg liker jo å snakke med mennesker, og jeg liker å debattere. Det er et godt utgangspunkt for å være aktiv på stand. Men det var alltid viktig for meg at jeg hadde følelsen av å ha kompetansen inne, kunnskapen om hva vi jobber med, og ikke minst hvorfor. For meg var det en trygghet. Det var flere ganger jeg måtte avslutte en samtale med å si at vi nok ikke blir enige fordi alt motparten kom med var synsing. Men sånt må sies

med et glimt i øyet. Du kan ikke være sur når du står ute på stand, men være positiv og glad.

Det var en fin tid og Roar ser tilbake på det som kanskje det viktigste han gjort i IOGT. Men samtidig var det også mye jobb. Han husker særlig noen turnèer i Nord-Norge hvor han fikk respekt for bandene som reiser rundt slik hele året. – Da reiste jeg rundt med sangeren Hans Inge Fagervik, som også er aktiv i rusforebygging. Første året fra Tromsø til Hammerfest, og året etter også med utgangspunkt i Tromsø, men da reiste vi sørover. Jeg jobbet med rekruttering på stand på dagen, og så hadde vi konsert på kvelden med Fagervik. Som regel hadde vi et lokalt kor med på konserten. Det var både opprigging og nedrigging i forbindelse med hver konsert, så det var ikke noe slaraffenliv. Men det var gøy likevel.

Trenger et nytt navn

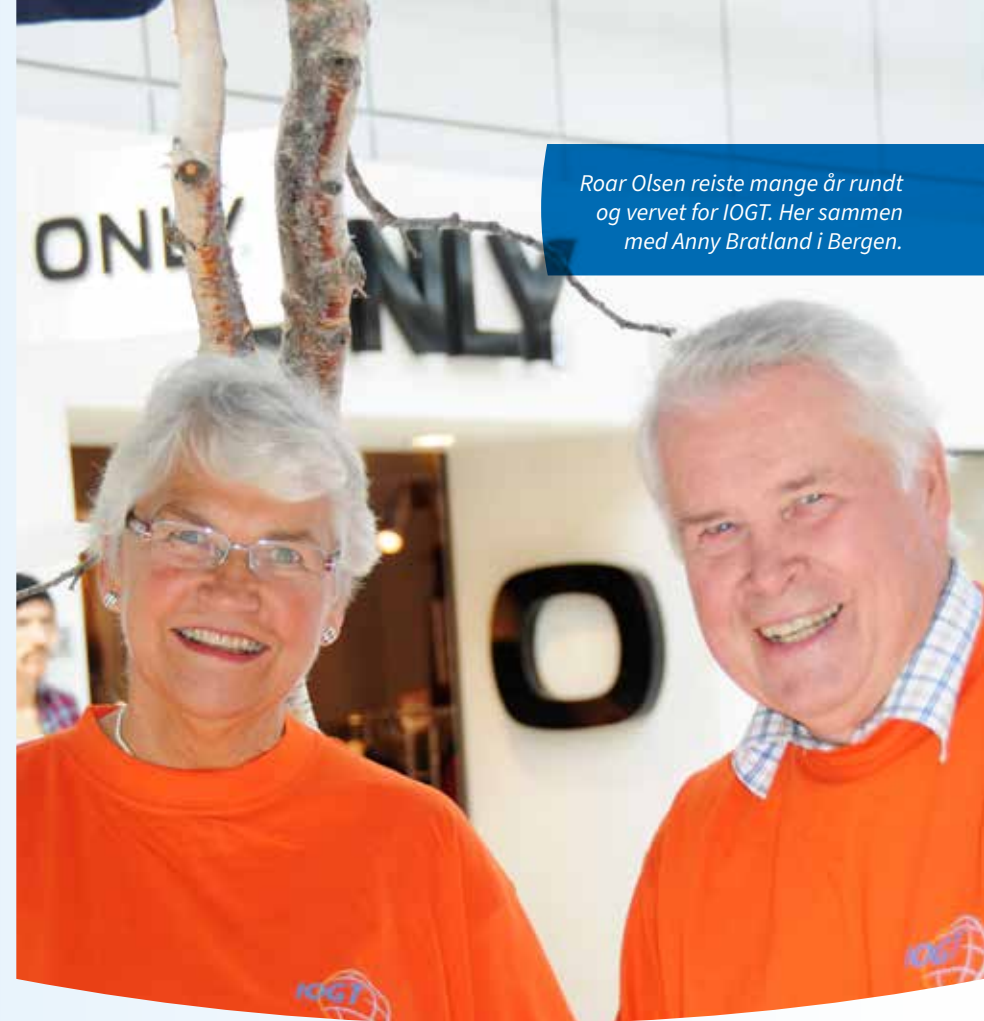
– Det som har kjennetegnet oss i Hedrum og senere i Larvik gjennom alle år er nok det at vi har vært flinke til å få ting inn i avisene. Vi hadde hele tiden innslag om det vi drev med. Dette er en annen av Roar sine punkter for hva som vil være viktig fremover. – IOGT må bli mer synlige, sier han. – Gjerne få profesjonell hjelp til markedsføring.

I den forbindelse reagerer han også på vedtaket på årets landsmøte om at det ikke skal diskuteres å bytte navn på IOGT.

– Navnet vårt er for dårlig, sier han med ettertrykk. – Det er jo ikke noe nytt at jeg sier det. Men det kommer også av de erfaringene jeg har gjort meg. Helst så jeg at vi kunne få et navn som bedre speilet det vi jobber med. IOGT sier jo ingenting, og det er også altfor få som kjenner til oss. Jeg er jo selv en gammel IOGTer, men jeg synes det er helt feilaktig å tviholde på navnet, og er uenig med landsmøtet der. Det er en viktig del av hvordan vi skal bli mer synlige. I det minste burde vi kunne hatt et slags etternavn slik DNT – Edru Livsstil har fått. Kanskje IOGT – Rusfri livsstil, eller IOGT – Rusforebygger.

Nødt til spørre

– Jeg har aldri glemt et begrep jeg lærte i tidlig alder innenfor markedsføring – AIDA. Det hadde jeg også med meg da jeg stod ute på stands. A står for Attention, å få oppmerksomhet. Det er første bud, og når du står på stand er du avhengig av at du har materialet som



du trenger så folk ser hvem du er og hva du holder på med. Så handler det om å skape Interesse for det vi driver med. Da må du snakke med folk om det. Så står D-en for Desire, eller Ønske som handler om at den du snakker med også må få et ønske om å bli medlem. Og så er kanskje det viktigste – A for Action eller handling. Du er nødt til å tørre å spørre folk om de vil bli medlem. Du kan ikke gå rundt det.

Kunnskap og synlighet

Roar forteller at man i Vestfold har små rubrikkannonser i avisen hver lørdag. Det gir mange små drypp av synlighet i løpet av året i en god ramme. Han synes ellers det skjer mye positivt i organisasjonen. – Det er veldig bra med prosjektene vi har. Både fordi det er et godt arbeid, og fordi det gir oss et godt omdømme. Det er avgjørende at vi ikke bare forteller om skadevirkninger og problemer, men også gjør noe. Det er nok å ta tak i. Han viser til rapporten fra Oslo Economics som kom frem til samfunnskostnader på over 100 milliarder knyttet til alkohol i året, og legeforeningens opplysninger om at mellom

15 og 20 prosent av alle sykehusinnleggelser har sin grunnleggende årsak i alkohol. – Det er jo enorme tall, sier han.

– Jeg er overbevist om at vi må bruke mer tid for å tilføre kunnskap om rus-situasjonen og utviklingen i Norge. Alle som sitter i våre styrever, må kjenne utviklingen. AKSENT kan bruke plass til punkter i hvert nummer, om kunnskap! Da kan alle lesere få med seg dagens russituasjon. Også for narkotika. Bl.a så vises det mye til overdosedødsfall. Situasjonen i dag har jo endret seg. I dag er det færre unge i denne statistikken, mens pilleforbruk for eldre skaper flere dødsfall.

Alltid likt organisasjonsarbeid

På spørsmålet om hva det er som driver han svarer Roar at han alltid har likt organisasjonsarbeid. – Jeg har lagt sjela mi i den sektoren, så det er en del av meg som jeg ikke kan legge vekk. Jeg ser fortsatt de oppgavene som det trengs gjøre noe med og vil være aktive i mine verv og gi mitt lille bidrag. Og så vil jeg selvsagt ha meninger om utviklingen, som du har forstått at jeg har.



Deltakerne møtes ved inngangen til Europaparlamentet

EN INDUSTRIELL EPIDEMI

IOGT Norge er en av 45 andre organisasjoner i Europa med i Eurocare. Karin Vilming var en av delegatene på årets årsmøte og konferanse i Brussel.

AV KARIN VILMING

Jeg har vært så heldig å få være delegat på de to siste årsmøtene i Eurocare. Forrige gang var det digitalt, så jeg satt på rommet mitt foran PCen, men i år var det fysisk oppmøte. Dagen før fikk vi mulighet til å delta på en konferanse i Europaparlamentet med EU-politikere og verdensledende fageksperter. Denne enestående sjansen lot jeg ikke gå fra meg.

Alkoholindustrien vil påvirke politikken

I forrige nummer av Aksent kunne vi lese om hvordan alkoholindustrien jobber i EU-systemet. Med sine enorme ressurser vinner de innpass og får til mange møter på høyt nivå. Lenge har de underminert forslaget om helseadvarsler på alkoholprodukter og fått bestemmelsen utsatt gang på gang. Eurocare har spinkle økonomiske ressurser og store utfordringer sammenlignet med alkoholindustrien. Men Eurocare har omfattende forskning og faglig ekspertise på sin side, evnen til ikke å gi opp og å handle når tiden er inne – og det er NÅ!

Det var dette konferansen i Europaparlamentet skulle dreie seg om.

Da jeg kom til Place du Luxembourg rett utenfor Europaparlamentet var den

stappfull av fine damer i skjørt og dresskledde herrer som inntok sin lunsj. Midt mellom de travle menneskene sto en smilende dame i fiolett kjole og en stor plakat der det sto: Is the EU facilitating an industrial epidemic? Det var Florence Berteletti, Eurocares generalsekretær.

Hun førte oss forbi strenge vakter, gjennom sikkerhetskontrollen, puljevis inn i heisen, gjennom lange korridorer der folk satt på cellekontorer og stirret inn i skjermene sine, og til slutt inn i møtesalen SPAAK 7C50 der jeg raskt fant en plass langt fremme (den som hører dårlig, må se godt).

Industriell epidemi

Tre av Europaparlamentets medlemmer var vertskap. Hovedverten Nicolás Gonzalez Casares medlem av komiteen for miljø, folkehelse og matsikkerhet, åpnet konferansen med å fortelle hvorfor temaet var relevant for Europaparlamentets medlemmer.

Med støtte fra Lancet verdens ledende medisinske tidsskrift, satte konferansen søkelyset på hvordan kommersielle aktører jobber for å fremme sine produkter som påfører individ og samfunn alvorlige skader.

Store multinasjonale selskaper

bruker sine enorme ressurser til å drive markedsføring, lobbying og annen politisk aktivitet både i EU-systemet og ellers i verden. Selv om industrien har gode produkter, er effekten av de negative nå blitt så omfattende at Verdens Helseorganisasjon omtaler det som en industriell epidemi.

Kommersielle aktører bruker makt

Solid forskning har dokumentert at mange kommersielle produkter – usunn mat og drikke, tobakk og alkohol – er årsak til økning av ikke-smittsomme sykdommer slik som hjerte-kar sykdommer, diabetes, kreft og fedme. Fenomenet omtales som «Commercial determinants of health» CDoH – kommersielle produkter som påvirker vår helse – og er blitt et viktig tema innenfor folkehelse.

The Lancet har nylig publisert en artikkelserie om dette. En av bidragstjerne Anna Gilmore professor i folkehelse ved universitetet i Bath i England, deltok på konferansen.

«Kommersielle aktører bruker sin rikdom og makt til å forme lover og regler i deres egen interesse», sa hun. «Det som tar livet av oss og gjør oss syke, er mer og mer kommersielle produkter.»

«Det skyldes ikke at noen få individer har problemer, slik industrien vil ha oss til tro». «Industrien finansierer forskning og påvirker hva det blir forsket på, og hvilke resultater som publiseres» «Vi må handle nå! Offentlig politikk skal være fri fra kommersiell innblanding!».

Ingen sikker grense for alkoholbruk

Flere av innleggene kom inn på det faktum at all bruk av alkohol medfører økt risiko for sykdom og død. Europa har verdens høyeste konsum av alkohol, sa representanten fra WHO, og vi vil merke følgene av dette mer og mer i årene som kommer. Alkohol er medvirkende årsak til mange sykdommer deriblant kreft. Kreft er den viktigste årsak til død i Europa.

Misforståelsen om at det finnes en trygg, nedre grense og som til og med har positive helseeffekter, er så utbredt, at den må rettes opp. Derfor må alle alkoholprodukter merkes med at det ikke finnes noen trygg nedre grense.

It can be done! Just do it!

Når det gjelder markedsføring er det store likheter mellom tobakk og alkohol, sa dr Nason Maani fra Universitetet i Edinburgh og viste eksempler fra tobakksreklamen som tidlig forsto hvilken makt sosiale normer har. Kvinner var den nye målgruppen, og deres svake punkt var lite selvtilitt. Det utnyttet reklamen ved å vise en røykende kvinne med tro på seg selv.

«Hvordan klarte vi å vinne over tobakksindustrien?» spurte Rob Cunningham, senioranalytiker i Kreftforeningen i Canada. Da merking og advarsler ble tema, svarte tobakksindustrien at det var umulig å gjennomføre, det var for kostnadskrevende, for sjokkerende,

helseeffektene var kjent fra før, det ikke ville ha noen effekt, vi trenger mer tid til å utrede – sats på opplæring i stedet.

I dag bruker alkoholindustrien de samme motargumentene når det gjelder advarsler på alkohol. Hvis det ikke virker, hvorfor er industrien da så imot det? Spurte Cunningham og avsluttet med å si: It can be done! Just do it! – Det kan gjøres! Bare gjør det!

Merking med tekst og grafikk

Bilde-advarsler på forsiden er mest effektive – de sier mer enn 1000 ord, og er uavhengige av språk og leseferdigheter, sa professor i sosial markedsføring Karine Galopel Morvan fra Stirling i Skottland.

Dagens advarsler som er påvirket av industriens lobbyvirksomhet, er ikke effektive – de er uklare og skjult bak markedsføring slik som f.eks. «Consume with moderation» – «Drikk med måte»

Hva er mest effektivt? spurte professoren og svarte: Godt synlig informasjon festet til produktet som en del av innpakningen. Tekst kombinert med piktogram (enkle grafiske symboler). Teksten må være spesifikk, tydelig og lett å forstå. Legg også til positiv, støttende informasjon om hvordan man kan slutte.

Alkoholindustriens forslag om å bruke QR-koder som kan skannes med mobilen, og føre til nettsider med både lovpålagt og annen relevant informasjon, har dårlig effekt sammenlignet med fysisk merking rett på produktene.

Åpent brev til Europa-kommisjonenens president

I forkant av møtet hadde Eurocare sendt et åpent brev, signert av 68 ledende sivilsamfunnsorganisasjoner deriblant IOGT Norge, til Europakommisjonenens president. Brevet ber EU-kommisjonen om



Florence Berteletti, representanten fra International Blue Cross i Sveits og Karin Vilming fra IOGT Norge.

å ferdigstille forslaget om alkoholmerking så snart som mulig, om å slutte å bli påvirket av økonomiske aktører og å stå opp for EU-borgeres rett til grunnleggende informasjon om alkohol og helse.

Det må handles NÅ!

Florence Berteletti, Generalsekretær i Eurocare avsluttet konferansen med oppfordringen: Politikere, organisasjoner, institusjoner: Dette er «Call to action» – «Oppfordring til handling» Min drøm er at IOGT Norge tar ballen, samarbeider med alle som skrev under på Oslo-erklæringen og flere som etter hvert forstår hvor viktig det er, og at vi ikke gir oss før Norge vedtar merking.

EUROCARE

Eurocare er en allianse av organisasjoner fra ulike land i Europa – deriblant IOGT Norge, IOGT-NTO Sverige, Av-og-til, Frelsesarmeen og Actis som er hovedsponsor. Eurocare jobber for å fremme en politikk i EU som forebygger og reduserer alkoholrelaterte skader i Europa. De har kontor i Norway House i Brussel. Du kan lese mer på nettsiden - eurocare.org



H.B.O NOVA PRINT



DET VIL TA TID Å SNU DET NORSKE ALKOHOLFORBRUKET

Folkehelsemeldinga inneholder mange oppdrag for Helsedirektoratet. Noen av dem handler om å begrense folks alkoholkonsum. –Jeg har ikke tro på noen særlig nedgang i det norske alkoholkonsumet på kort sikt, i allefall ikke innen 2025, sier Øyvind Giæver. På litt lenger sikt er han mer optimistisk.

TEKST: SIDSEL SKOTLAND (FRILANSJOURNALIST)

Øyvind Giæver er leder ved avdeling Levekår i Helsedirektoratet. Han tror ikke Norge vil nå WHO's mål innen 2025, og han har strengt tatt ikke helt trua på at vi vil klare det innen 2030 heller, med mindre kjøpekrafta i Norge blir såpass redusert at folk rett og slett ikke har råd til å kjøpe så mye alkohol.

Pris og tilgjengelighet må strammes til

I Aksent nr 2 skrev vi om at Verdens helseorganisasjon (WHO) i 2009 vedtok et globalt mål om reduksjon i alkoholkonsumet med minst 10 prosent innen 2025 sammenlikna med 2010. Norge slutta seg til dette målet, og har også slutta seg til det nye WHO-målet som er 20 prosent reduksjon innen 2030. Måla er nedfelt i både Nasjonal alkoholstrategi og i Folkehelsemeldinga.

Ingeborg Rossow ved Folkehelseinstituttet tviler på at Norge vil nå disse måla (se Aksent nr 2). Den tvilen deler altså Øyvind Giæver. Han mener dette er et mer langsiktig arbeid.

– Holdninger må endres, og det tar tid. I tillegg må både pris og tilgjengelighet strammes til hvis dette skal gå, for trenden de siste åra er motsatt: Alkohol er billigere nå i forhold til konsumpris-

indeksen enn den var, og åpningstidene på polet er utvida, påpeker han.

Kommunene må bruke handlingsrommet

Nasjonal alkoholstrategi 2021-2025 (som nå er utvida til 2030 i og med det nye WHO-målet) inneholder tiltak som kan bidra til reduksjon på sikt. De tiltaka Giæver har størst tro på her er at kommunene i større grad tar i bruk det handlingsrommet de har, og at direktoratet gir kommunene bedre verktøy til å jobbe med dette. Da tenker han først og fremst på veiledning om regelverk og handlingsrom, statistikk og opplæring.

– Mange kommuner er kanskje ikke tilstrekkelig klar over eget handlingsrom. For eksempel så setter alkoholloven maksgrenser for åpningstider for alkoholsalg og servering. Kommunene står fritt til å begrense dem. Men få gjør det.

Irland innfører helsemerking

I både alkoholstrategien og Folkehelsemeldinga er også advarselmerking på alkoholholdig drikk, eller helsemerking som direktoratet foretrekker å kalle det, et tiltak som myndighetene håper skal redusere folks alkoholkonsum. Dette har det vært snakk om lenge, Helsedirektoratet har

utreda det på oppdrag fra departementet og nå er det bare noen praktiske ting og politisk vilje som gjenstår, fortsetter Giæver.

Irland har nylig vedtatt å innføre merking (loven trer i kraft i mai 2026) uten at det har fått EU-politiske konsekvenser, og han forteller at EU sjøl skulle innføre en slik merkeordning, men blant annet på grunn av stor motstand fra alkoholindustrien, tar dette lang tid. Så EU er det antakelig ikke verd å vente på, mener han.

Rådslag om russetid og fadderuker

Et annet tiltak i Folkehelsemeldinga som Helsedirektoratet har fått i oppdrag å følge opp, er å ta initiativ til rådslag «med relevante aktører for å få innspel. Formålet er å legge til rette for å ta alkoholfrie val og auke aksepten for ikke å drikke.» Dette er i gang, kan Giæver fortelle. Denne våren har direktoratet hatt rådslag både om russetid og fadderuker. «Relevante aktører» er først og fremst målgruppa, som i disse to rådslaga var russeren sjøl og studenter, men også myndigheter og forskningsmiljøer deltok.

På russerådslaget deltok det representanter fra 24 ulike instanser og organisasjoner. Foruten Helsedirektoratet og russ fra ulike videregående skoler, deltok blant andre Juvente, MOT Norge, Av-og-til, Norsk Lektorlag, Mental Helse, Barneombudet, Politidirektoratet, Statens Vegvesen, Russe-



Et av tiltakene Helsedirektoratet skal følge opp er rådslag for å legge til rette for å øke aksepten for ikke å drikke. Blant annet i russetiden. Foto: Lise Åserud / NTB



Øyvind Giæver, leder ved avdeling Levekår i Helsedirektoratet.

service AS, Rogaland Fylkeskommune, Utdanningsdirektoratet og NTNU.

På fadderuka-rådslaget deltok det representanter fra 22 instanser og organisasjoner.

Blant annet Actis, Av-og-til, Lykkepromille, Foreningen Tryggere Ruspolitikk, Politidirektoratet, Direktoratet for høyere utdanning og kompetanse, universitetene i Oslo og Stavanger, Høgskolen i Innlandet, KORUS Oslo, NSO (Norsk studentorganisasjon), og MIO (Minoritetenes Interesseorganisasjon).

Russen er overlatt til seg sjøl

Giæver forteller at disse rådslaga var en veldig positiv opplevelse. Russeren fikk fortalt at de føler seg veldig overlatt til seg sjøl. Det er få, utenom russeren sjøl,

som involverer seg i russetida, og det opplever mange som et problem. De blir i stor grad overlatt til kommersielle aktører. Og det er mye mer enn rus som er relevante problemer for russeren. Mye handler også om utenforskap og psykisk helse.

Når det gjelder fadderuka kan Giæver fortelle at studentene, paradoksalt nok siden de er eldre, opplever seg mindre aleine enn russeren. Der er det flere voksne tilstede blant annet gjennom utstrakt samarbeid mellom utdanningsinstitusjonene og studentorganisasjonene.

– Jeg synes vi har funnet formen på dette nå, men vi har ikke konkludert angående tiltak, fortsetter Giæver.

Nytt forebyggingsprogram på trappene

I Folkehelsemeldinga lanseres også et nasjonalt rusforebyggingsprogram for barn og unge. Som første fase har Helsedirektoratet fått i oppdrag å sette sammen ei faggruppe som skal utarbeide det faglige innholdet og strukturen på programmet. Vi lurte på hva dette programmet skal gå ut på og hvem som skal sitte i faggruppa.

– Vi jobber med å lage et mandat for arbeidsgruppa nå. Sammensettinga av gruppa er også i prosess, forteller Giæver. Både forebyggere og de som skal forebygges skal være representert. Han understreker at programmet skal være kunnskapsbasert, så forskningsmiljøer må også knyttes til. Innholdet

i programmet er foreløpig relativt vagt, medgir han.

Skal følge opp Marmotrapporten

Det står også i meldinga at Helse- og omsorgsdepartementet vil be Helsedirektoratet om å gjennomgå alle anbefalingene i Marmotrapporten som ble lansert 10. mars i år. Marmotrapporten er en rapport om sosiale forskjeller i helse i Norge. Den viser at vi har et samfunn med til dels store helseforskjeller avhengig av bakgrunn. Dette er et oppdrag direktoratet fortsatt venter på. Marmotrapporten bygger på åtte prinsipper for politikkutvikling som forfatterne oppfordrer myndighetene til å følge opp:

1. Gi alle barn den beste starten på livet
2. Sette alle barn, unge og voksne i stand til å maksimere evnene sine og ha kontroll i egne liv
3. Skape et rettferdig arbeidsliv og godt arbeidsmiljø for alle
4. Skape en helsefremmende levestandard for alle
5. Skape og utvikle helsefremmende og bærekraftige lokalsamfunn
6. Styrke rolla til og virkningen av sjukdomsforebygging
7. Kjempe mot diskriminering og rasisme og konsekvensene av dette
8. Fremme miljømessig bærekraft og rettferdig fordeling av helse samtidig



Helseminister Ingvild Kjerkol la frem folkehelsemeldingen i juni. Foto: Gorm Kallestad / NTB

TROR AT NORGE VIL FÅ NED ALKOHOL- FORBRUKET INNEN 2025

Ingeborg Rossow ved Folkehelseinstituttet mener WHO-måla er urealistiske for Norge, avdelingsleder ved avdeling Levekår i Helsedirektoratet Øyvind Giæver, mener måla er urealistiske for Norge, men Helse- og omsorgsdepartementet (HOD) holder fast ved at måla lar seg nå innen fristene.

TEKST: SIDSEL SKOTLAND

– I og med at vi vil ha måla forlenga mener vi jo at de er realistiske – det ligger fast som en ambisjon, sier statssekretær i Helse- og omsorgsdepartementet, Ole Henrik Krat Bjørkholt når Aksent spør om han mener WHO-måla er realistiske å nå for Norge. Både gjennom Nasjonal alkoholstrategi og Folkehelsemeldinga har Norge forpliktet seg til både det opprinnelige 10-prosentmålet og det forlengte 20-prosentmålet. Folkehelsemeldinga legger ikke fram noen ny strategi på alkoholfeltet, men viser til Nasjonal alkoholstrategi og de tiltaka og de virkemidlene som skisseres der.

Kan bli utfordrende

Bjørkholt erkjenner at det vil være utfordrende å nå 20-prosentmålet siden mye av effekten er tatt ut gjennom restriktiv alkoholpolitikk. Men han mener likevel måla kan nås ved å videreføre, verne om og bedre etterleve, de alkoholpolitiske virkemidlene vi allerede har – blant annet bevilningssystemet, vinmonopordninga, reklameforbudet, alkoholavgiftene og aldersgrensene.

– Vi har varslet at vi vil opprettholde en restriktiv alkoholpolitikk og stram-

hetsgraden i disse virkemidlene, og vi vil stramme inn etterlevelsen og kontrollen av reglene for alkoholreklame. For eksempel er sosiale medier en kraftfull reklamearena som vi må følge nøye med på også framover.

Helsemerking kan bidra til reduksjon

Helsemerking på alkoholholdig drikk er også et tiltak Bjørkholt tror kan bidra til å redusere alkoholforbruket.

– Økt kunnskap om mulige alkoholskader er viktig for at den enkelte kan ta opplyste valg om eget alkoholforbruk. For eksempel tror jeg kreftfaren knytta til alkohol er for lite kjent. Økt kunnskap om skadevirkninger av alkohol vil også kunne øke forståelsen for de andre alkoholpolitiske virkemidlene.

Akkurat når helsemerkinga kommer, kan han ikke si.

– I 2022 leverte Helse- og omsorgsdepartementet svar på et oppdrag om helsemerking, og i tildelingsbrevet for 2023 har direktoratet blitt bedt om å gjøre ytterligere undersøkelser, forteller Bjørkholt.

– Det gjenstår altså fortsatt en del utredningsarbeid, både når det gjelder juridiske og praktiske løsninger.

Men hva med innholdsmerking, lurer vi på. Vil det også komme snart, som det står i Folkehelsemeldinga?

– EU-kommisjonen jobber med å innføre krav knytta til innholdsmerking for alkoholholdige drikkevarer, altså merking med ingrediensliste og næringsdeklarasjon. Det er imidlertid uklart når eller hvilke forslag som vil komme. Etter at Folkehelsemeldinga ble ferdigstilt og behandla i Stortinget, har ikke Kommisjonen fremmet forslag, slik vi venta at de ville gjøre i juni i år. Vi følger videre med på arbeidet, og avventer foreløpig videre avklaringer om EUs prosesser før temaet løftes videre nasjonalt, sier Bjørkholt.

Folkehelsepolitisk råd – sentralt i folkehelsearbeidet

I Folkehelsemeldinga står det videre at: «Som ein del av det breiare samarbeidet med kommunar, fylkeskommunar, frivillige organisasjonar og næringsliv vil regjeringa ta initiativ til å opprette eit folkehelsepolitisk råd. Formålet med rådet er å skape ein arena der den politiske leiinga og representantar frå breie samfunnsinteresser som næringsliv, arbeidsmarknad, frivillig sektor og kommunal sektor kan møtast for å drøfte folkehelsepolitikk. (...) Arenaen vil bli viktig for samarbeid og partnerskap og for å få innspel til framtidig folkehelsepolitikk.»

Vi lurer på hvordan dette er tenkt organisert.

– Du er veldig tidlig ute med spørsmål om meldinga ... Den ble nylig

behandla i Stortinget og det er mye som skal følges opp og komme på plass. Det er for tidlig å si noe om organiseringa av dette, sier statssekretæren. Men han går med på å drødle litt rundt det, og da ser han for seg at det er mulig det kan bli faste årlige møter med statsråden eller en statssekretær, der rådsmedlemmene kan komme med innspill i aktuelle saker som for eksempel kan handle om tobakk, kosthold, alkohol, psykisk helse, kultur – alt av betydning for folkehelsen. Det kan være et fast råd som skal sitte over tid, eller et råd der medlemmene varierer avhengig av temaet. Det går også an å tenke seg at det kan bli flere råd – som hver tar for seg sitt spesielle tema. Dette rådet blir helt sentralt for mye av folkehelsearbeidet i åra framover, understreker han.

Frivillig sektor får en likeverdig rolle

– Dette rådet er en idé som ikke er helt ny, forteller Bjørkholt videre, den ble tenkt ut av Jonas Gahr Støre da han var helseminister i 2013, men ble lagt på is av forrige regjering. Den erstatta det breie samarbeidet med et samarbeid bare mellom staten og næringslivet.

– Det er viktig det også, ikke minst på lokalt nivå, men vi ville ha mange flere med, forteller han.

Frivillig sektor skal ha en likeverdig rolle i dette – på lik arena som næringslivet er i dag, med direkte kontakt med politiske ledelse. Men akkurat hvem som

blir invitert inn er det umulig for han å svare på så tidlig i prosessen.

Forebygging har høy prioritet

Videre i meldinga står det at det skal ses nærmere på hvordan arbeidet med alkoholfrie arenaer kan forsterkes og utvikles ytterligere med frivilligheten, idretten, skolen og partene i arbeidslivet.

– Hva kan organisasjoner som IOGT bidra med her?

– De kan bidra med opplysningskampanjer overfor barn, unge og eldre, og bidra i Folkehelserådet for tettere samarbeid med politisk ledelse, svarer statssekretæren, og forteller at det er HOD sjøl som skal følge opp dette arbeidet.

Han understreker at alkohol- og rusforebyggende arbeidet har høy prioritet.

– Denne regjeringa ønsker ei bedre folkehelse og å redusere forskjellene. Dette dreier seg i stor grad om kosthold og tobakk, men også alkohol, problematisk legemiddelbruk og andre rusmidler. Forebygging på rusfeltet følger vi ytterligere opp i Forebyggings- og behandlingsreformen på rusfeltet, som vi skal legge fram.

I juni la regjeringa også fram Opptrappingsplan for psykisk helse (2023-2033), som har som mål å redusere barn og unges sjølrapporterte plager med 25 prosent innen 2033. Lavterskeltilbud som er skissert i denne

Statssekretær Ole Henrik Krat Bjørkholt mener at målene om reduksjon i alkoholforbruket er mulige å nå. Foto: Esten Borgos, Borgos Foto AS



planen vil ifølge HOD kunne virke forebyggende på alkoholbruk og bruk av andre rusmidler, og det i Folkehelsemeldinga som handler om alkohol og andre rusmidler må sees i sammenheng både med denne opptrappingsplanen, Nasjonal alkoholstrategi, og den kommende Forebyggings- og behandlingsreformen. Den er for øvrig utsatt fra høsten 2023 til tidlige i 2024).

Fra «skadelig bruk» til «bruk»?

– Bør ikke både alkoholstrategien og Folkehelsemeldinga ta opp i seg at WHO Europa ikke lenger bruker begrepet «skadelig bruk», men bare «bruk»?

– Dette er en prinsipiell diskusjon. WHO-målet er knytta til skadelig alkoholbruk og vi har forholdt oss til det. Målet med norsk alkoholpolitikk er imidlertid å begrense totalforbruket av alkohol gjennom det totale omfanget av skader og problemer knytta til alkoholbruk. Men det er ingen klare grenser – all bruk kan være skadelig, og det kommer særlig til uttrykk i de nordiske kostholdsrådene som kom i juni, der anbefalt alkohol konsum er null, svarer Bjørkholt (*de norske kostholdsrådene kommer i 2024, red. anm.*)

– Vi kommer ikke til å endre teksten i alkoholstrategien eller i Folkehelsemeldinga – de dokumentene er allerede skrevet, men det kan hende vi etter hvert vil endre den politiske retorikken, sier Ole Henrik Krat Bjørkholt.



Høyre ønsker at kommunene skal kunne gi tillatelse til drikking på offentlige steder.

VIL GI KOMMUNENE MER MAK

I starten av juni, da Folkehelsemeldinga ble votert over i Stortinget, leverte Høyre og Frp inn følgende forslag: «Stortinget ber regjeringen fremme forslag om å endre alkoholloven slik at kommunene selv kan regulere konsum av alkohol på offentlig sted». Forslaget fikk kun støtte fra Venstre og ble dermed nedstemt.

TEKST: SIDSEL SKOTLAND

Støtter hovedlinjene i alkoholpolitikken

I Folkehelsemeldinga sier regjeringa at den vil opprettholde en restriktiv alkoholpolitikk, der fortsatt begrensning tilgjengelighet er en av hovedpilarene, og vi lurer på om det er punkter i meldinga Høyre er uenig i.

– Vi skal ha en streng alkoholpolitikk – og et stort sett samstemt Storting er for det, svarer Høyres Erlend Svardal Bøe som er hovedansvarlig for Høyre i saken om Folkehelsemeldinga.

– Vi har allerede i dag en alkohollov som er streng. Blant annet med begrensninger på åpningstider, vi har vinmonopolet som regulerer og vi har regler for markedsføring. Vi støtter hovedlinjene i norsk alkoholpolitikk, sier han.

Må modernisere alkoholkamelovent

Men samtidig mener Høyre at kommunene i større grad må få regulere alkoholpolitikken lokalt, og partiet ønsker å ha en helhetlig gjennomgang og

modernisering av alkoholkamelovent.

– Alkoholkamelovent har i veldig liten grad blitt modernisert til tross for samfunnsutviklinga, blant annet med sosiale media. Det er mange gråsoner og uklarheter her som må ryddes opp i, påpeker han, og nevner som eksempel baren i Stavanger som ble beskyldt for å bedrive alkoholkamelovent fordi de hadde stearinlys i vinflasker (*baren har siden fått medhold fra Statsforvalteren i at dette ikke kan regnes som reklame, red.anm.*).

– Vi er ikke mot reklameforbud, men loven fra 1975 må oppdateres. Folk må ha respekt for regelverket, og det har vært noen saker som har utfordret denne tilliten.

Høyre slutter seg til WHO's mål

– Norge har sluttet seg til 10 prosent-målet innen 2025, og nylig til 20 prosentmålet i 2030. Det er et stykke dit, og det har begynt å gå feil vei. Vil dere trekke dere fra disse måla hvis dere kommer i posisjon om to år?

– Som sagt: Vi vil videreføre en streng politikk. Og det er Høyre ved



Erlend Svardal Bøe fra Høyre

helseminister Bent Høie, som la fram disse måla da han lanserte Nasjonal alkoholstrategi i 2021. Vi støtter tiltak og innhold og vi slutter oss til utvidelsen til 20 prosent innen 2030, sier Svardal Bøe, men legger til at de ikke vet hva som skjer med dette i forhandlingene med andre partier om Høyre kommer i posisjon etter valget i 2025.

– Hva tenker Høyre at bør gjøres for å nå disse måla?

– Det må informeres om skadevirkningene, vi må følge opp kommunene og samarbeide med organisasjoner som for eksempel Av og til. I det heletatt videreføre det som er lagt i Nasjonal alkoholstrategi og Folkehelsemeldinga, sier Erlend Svardal Bøe.

– Det er akkurat som at man visker seg selv ut.

ALT FOR Å REDDE DEN PERSONEN.

Broren til Merete Almås var avhengig av rus, men hun var avhengig av hvordan han hadde det for å kunne leve sitt liv.

TEKST: HANNE-KARINE SPERRE

I dag forteller hun åpent om hvordan grensene for hva hun tillot seg å gjøre for han, stadig ble flyttet. Noe man ikke merker underveis. Det bare skjer.

Overdreven omsorg

– Å være pårørende til en rusavhengig er krevende fordi mange følelser kommer i kok, forteller Merete.

Lite ante hun at brorens rusbruk gjorde henne syk. Med økende rusbruk, fulgte avhengigheten, dernest økte også belastningene på Merete. Spenningene klamret seg til kroppen. Hun kjente stadig på intense toppler av uro, akkompagnert med sterk redsel og fortvilelse.

– Det spiller ingenting for meg hva han rusa seg på, for det gjør ingen forskjell for meg som pårørende, åpner Merete videre.

Når Merete forteller, trer det frem en søster med sterk omsorg for broren sin. En som stadig forsøkte å få kontroll på hvor han var, hva han gjorde og hvem han var sammen med. Fordi hun var redd. Hun trengte dette for å få kontroll over sitt liv. For å i det hele tatt kunne overleve.

Merete ønsker å bidra til åpenhet og forståelse for den vanskelige situasjonen pårørende til rusavhengige står i. Hun har levd store deler av livet sitt med en yngre bror som ble rusavhengig tidlig i tenårene. Hun forklarer at hun som søster, ubevisst, bidro til å opprettholde negative adferdsmønstre som kan ha



– Å være pårørende til en rusavhengig er krevende fordi mange følelser kommer i kok, sier Merete Almås.
(Foto: Kristin Heier, Studio Design)



Familien levde under tøffe forhold. I beredskap tjuefire sju.

vært årsaken til at broren ikke kom seg ut av rusen. – Jeg satt mitt eget liv på vent for å støtte opp under min brors liv, forteller hun videre. Det var på et livsmestringskurs for pårørende ved sykehuset i Kristiansand at hun omsider forstod at hun hadde brukt mange år på å speile brorens følelser.

Nestekjærlighet

Merete vet i dag at det er normale mekanismer som påvirker pårørende. Skammen man kan kjenne på, eller følelsen av mislykkethet fordi hjelp ikke nytter, er helt normalt. Påfølgende sinne er en naturlig konsekvens.

Pårørende ender opp i et altopp-

slukende og destruktivt ekko, som verken gir vind i seilene til en selv eller den som er rusavhengig, like fullt får de lite fokus.

– Selv når det handler om pårørende, koker det ofte ned til å handle om den du er pårørende til. Det er gjennomgående. Alle spør hvordan det går med den rusavhengige, men så blir vi som er rundt gjerne glemte, erfarer Merete.

I lys av dette mener hun forslaget til rusreformen tilbake i 2021, la stein til byrden for pårørende.

Familien har levd under tøffe forhold. De har vært i beredskap tjuefire sju. De har blitt så styrt av misbruket, at de har tapt eget liv. For mens broren gravde seg selv ned i et dypere og dypere hull i bakken, ble Meretes omsorg for broren dratt med. Hun har ikke tall på hvor mange redningsoppdrag hun har vært på. Eller mareritt om og hvilket syn som ville møte henne neste gang.

Eller om noen tok han.

– Jeg har vært utslitt av å bekymre meg, av alltid å forvente det verste. Men jeg så det ikke underveis, noe som har gått utover mine døtre. Jeg gikk helt blind i innsatsen ovenfor broren min, tross for at det ødela for tryggheten i mitt eget hjem. Jeg vet ikke hva som er verst, men det er krevende å stå alene som pårørende, det å ikke bli tatt på alvor, verken av helsevesen eller omgivelsene, forteller Merete.

Hun har måttet bote med stadige nye kroppslige plager. Hodepine, smerter i nakken og magen. Et følelsesmessig ubehag som stadig har veltet seg som

bråe kast i kroppen. – Vi vet jo at pårørende har dårligere psykosomatisk helse enn andre. Vi får angst, muskel og skjelettlidelser, og mange faller ut av arbeidslivet, fremholder hun videre.

Tok på seg en mammarolle

Når rusbruken til broren slo ned i en helt vanlig kjernefamilie, ante de ingenting. Familien bestod av mor, far og tre barn. Hus og hytte. Pliktoppfyllende, lekende og glade barn. En søskenflokk med forskjellige karakterer, men som hadde tilstedeværende foreldre.

Det skiller ti år mellom Merete og broren. Han var attpåklatten. Bare tolv år gammel tok nysgjerrigheten tak. Fra broren var tenåring, skjøt rusbruken fart. Med tiden endret den rolige, omsorgsfulle og gode lillebroren karakter. Gutten som var opptatt av alt fra Lego, fotball og skihopp, ble en ungdom som ikke brydde seg om en eneste ting i verden. Ferden mot undergangen var et faktum.

– Jeg tok en mammarolle for han fra start. Jeg har alltid ønsket å passe på han og jeg husker at jeg elsket å trille på lillebroren min når han var liten.

Merete har to jenter, med fem års mellomrom, og var nybakt mor når brorens rusbruk eskalerte.

– Jeg fulgte han opp alle de årene jeg selv hadde små barn, og jeg husker kun omsorgen for broren min. Det gjør jo noe med meg i dag, medgir hun.

Det at hun ikke hadde verktøyene som skulle til for å sette grenser, forringet livskvaliteten og la beslag på hennes rolle som mor til egne barn. Når han trengte hjelp eller var i trøbbel kastet Merete seg i bilen for å hente han. Om det så var midt på natten.

Meretes liv ble et kaos. Tilgjengelig for broren.

– Selv om mamma oppdaget rusbruken hans tidlig, kom vi til kort. Jeg hadde flyttet hjemmefra, men var mye hjemme på besøk. Vi er sånn som familie og det som skjedde med han, skjedde med oss, det preget oss alle sammen. Det er ikke bare å snu ryggen til.

Det var mye å håndtere for familien. I begynnelsen forsøkte de å skjule misbruket, for å skjerme både han og seg selv. Men i lengden fungerte ikke dette. Han ble en av hundrevis av norske ungdommer under 16 år som viklet seg inn i omfattende rusbruk.

– Det begynte med hasj og etter hvert gikk det over til sterkere rusmidler. Det var ingenting familien kunne gjøre for å stoppe utviklingen. Mamma søkte hjelp,

men et besøk hos fastlegen bekreftet makteløsheten når han sa at det ikke var noe å gjøre fordi broren min måtte ønske selv å slutte med rus.

På hver sin front kjempet Merete side om side med familien for å få hjelp. Men han ville ikke ha hjelp. Han ville ruse seg. Mens misbruk fortsetter øker også gjelda. Tidvis fikk familien besøk av fremmede på døra.

– Plutselig en kveld kom de inn med han. De hentet ut mammas ting fordi broren min skyldte penger, forteller Merete. Hun visste at han alltid hadde gjeld, og at folk fra miljøet skulle ta han.

– Det har vært flest av de sakene hvor han har rota seg borti feil folk. De gangene jeg har vært redd, har det handlet om frykten for at han skal dø eller at noen skal ta han, forteller Merete.

Et forsøk på grensesetting

Meretes bror ringer igjen. Det er midt på natten. Han er syk og trenger penger. Og en plass å bo. Bare for noen dager. Hun kjører for å hente han. Han får lov til å bo hos henne, men må love at han ikke skal ruse seg i huset – hun har tross alt to små barn.

– Jeg visste jo innerst inne at han kom til og ruse seg likevel, men jeg kom til et punkt hvor jeg ikke orket å forholde meg til det.

Etter en stund fant hun brukerutstyr på badet. Hun blir redd for barna sine og beskriver det følelsesmessige landskapet som en løpsk berg- og dalbane. Merete forklarer at hun den gang ikke klarte se klart hva som foregikk rundt henne, fordi hun viklet seg inn i en vond spiral av frykt og smerte. Hun ble styrt.

I 2010 skilles Merete og ektemannen. Da forholdet hennes tok slutt, fikk hun nok med seg selv. Samtidig kom broren fra rusbehandling og hadde begynt å ruse seg igjen. Hun visste da hvilken vei det bar. En sterk kontrast til friheten hun følte når han var inne til behandling.

– Når han var inne, enten i fengsel eller til behandling, fikk jeg en pause fra å være i alarmberedskap. Jeg var ikke redd for at noe skal skje med han.

– Men så husker jeg at han ringte, og at jeg ikke tok telefonen. Jeg hadde nok med det jeg stod i selv.

Hun stengte ikke døren for han, men hun tok ikke lenger ansvar og var ikke tilgjengelig for å hjelpe han. Meretes yngre søster stod frem og tok over ansvar videre. Etter hvert hjalp Merete til igjen, men oppgir at hun ikke lenger tok hovedrollen.

Hun erkjenner at temaet om grensesetting er tabubelagt. Få måneder før han reiste på langtidsbehandling igjen, tok familien en samlet avgjørelse om å sette grenser – samtidig – for å prøve en siste gang å redde han fra rusen.

– Det var som å rive hjertet ut av kroppen. Han hadde ingen andre enn oss. Jeg følte meg veldig stygg, selv om jeg visste at dette måtte til.

Men hun merket at når hun endret seg, ble alt rundt henne endret. Det er et godt eksempel erfarer Merete i dag. Selv om den første tiden var hjerteskjærende. Hun traff andre i samme situasjon, noe hun beskriver som en helende kraft.

Fant tilbake til håp

Våren 2015 pakker broren en koffert med klær og reiser til behandling. Denne gangen til Phoenix Haga i Østfold.

Merete begynner å tro på at han skal få et liv igjen.

– Vi hadde jo sagt til han, at den dagen han søkte seg inn i behandling, så ville vi være der. Selv om han tok avvisningen fra oss tungt, visste han innerst inne at vi ville støtte han når han tok grep.

I løpet av den høsten samles hele familien for første gang. De sitter i en gammel gymsal på gamle Haga jordbruksskole i Mysen. Hittil i oppholdet har broren fått hjelp til å bygge opp egenverd, selvfølelse, selvrespekt og entusiasme i forhold til livet. Men behandlingsstedet har også et tilbud til de pårørende, fordi de har sett at dette er en gruppe som har fått lite hjelp.

– Det at familien ble inkludert, gjorde at vi følte at vi også var verdt noe. At hans rusmisbruk ikke bare handlet om han, men også oss som er glad i han, erklærer Merete.

Hun husker særskilt én av familiehelgene. Alle var samlet. Merete tenkte at andre hadde hatt det verre. Broren hennes hadde jo vært så grei, aldri vært involvert i særlig kriminalitet og samtale kunne være gode.

– Men det å være snill og grei, kan jo også være manipulerende. Jeg vet jo at han hadde meg rundt lillefingeren. I alle de årene hvor han ringte meg, visste han jo at jeg kom, forklarer hun nærmere.

Hun minnes tilbake til tiden, i den lille bygda, hvor alle kjenner til hver-



andre, og hvor hun ofte så broren gjennom vinduet i leiligheten hans. Han satt der alene og skikkelsen av broren hun bryr seg om tegnet opp en radmager og rusa lillebror.

– Da jeg kjørte til jobb og så broren min sitte der i rusbobla, hadde jeg ikke satt noen grenser enda. Det var en trist start på dagen å se han sitte der og hvor livet og årene gikk, mens han gikk glipp av det der han satt.

– Jeg kjente på en enorm maktesløshet fordi jeg ikke kunne gjøre noe.

Med tiden har hun innsett at families kontinuerlige hjelp, kun opprettholdt hans rusmisbruk. Ved å fikse og ordne alt for han, signaliserte de at de ikke forventet noe av han.

– Det ligger en form for mangel på respekt i dette, forklarer Merete. Vi viser ikke respekt overfor andre mennesker hvis vi ikke krever noe av dem. – I møte med andre, og med Phoenix Haga,

opplever jeg at jeg blir tatt på alvor, fordi de kjenner seg igjen. Vi møtte hverandre med gjensidig støtte og oppmuntring, jeg var ikke lenger alene om å ikke mestre alt.

Sterke familieband

I ettertid har broren fortalt at motstanden fra familien har hjulpet han til å innse at han måtte gjøre noe for å få orden på livet sitt. I dag har han vært rusfri i flere år. Det har vist Merete og familien at det er håp.

Hun forteller om første gangen han trøstet henne. Han var godt voksen.

Det var i gruppearbeidet på Phoenix Haga og Merete satte ord på de gangene hun har ønsket han død. Når broren til Merete ble spurt om hvordan det påvirket

han, oppga han at det var vondt, men at han forstod henne.

– Jeg er tror ikke jeg er alene om å ha kjent på disse følel-

«Det at familien ble inkludert, gjorde at vi følte at vi også var verdt noe»

sene som pårørende. Men de fleste tør ikke si det høyt. Jeg har nok vært veldig heldig, som tross alt har kunnet snakke med han om vanskelige ting, medgir Merete. Hun forteller om en dyp kjærlighet for broren.

De bor et godt stykke unna hverandre i dag, men han kommer på besøk i ferier og da bor han hos Merete. Hun beskriver broen som en veldig fin fyr. Sammen har de tatt noen skritt i riktig retning.

– Han er omtenkstom og snill, litt sånn stille. Vi er jo tre søsken, men det var egentlig jeg og søsteren min som tok mye plass når vi var små. Han er mer introvert og stille. Han har ikke så mye behov for å mene så mye om alt, smiler Merete.

Hun er ikke alene om å mene at pårørendes medavhengighet er underkommunisert. Mange pårørende har kjent på at hvis den som er rusavhengig finner en ny retning, får hjelp og holder seg rusfri, kan den pårørende likevel fortsette i sitt dysfunksjonelle system. Da har ikke medavhengigheten noen funksjon lenger, den rusavhengige tar vare på seg selv. Den pårørende trenger likevel ikke å få det bedre.

Første gang hun følte seg sett, var når en politimann sa at han ikke unner sin verste fiende å ha en rusavhengig i familien. Da hadde det gått mer enn et tiår. Han ga henne den anerkjennelsen det er å være en pårørende og medmenneske som lever side om side med avhengighet.

– Jeg følte for første gang at jeg hadde rett til å ha det så ille som det kjentes. Jeg erfarer at det er altfor lite kunnskap og innsikt i hva det innebærer å være pårørende, og hva det koster å stå i en slik rolle, sier Merete, som tidligere jobbet som ruskoordinator.

– Hvem skal bestemme hva som er et problem? Alkohol er lovlig, men ikke narkotika

Merete forstår godt at folk unngår å delta i en debatt fylt opp av personangrep og fiendtlighet. Hun påpeker

at det finnes et mye mer nyansert bilde enn den typiske karikaturen av mennesker som er mot både rusreformen og en liberal ruspolitikk. Oppløftende samtaler med sin bror at bidratt til at hun lettere ser hvilke motiver og strategier som preger de som står bak grenseoverskridende og aggressive uttrykksformer.

Hvis Norge skulle gå fra restriktiv narkotikapolitikk til liberalisering, ville nok mange begynt å ruse seg på cannabis. Det er godt dokumentert at cannabis kan ha skadevirkninger på et menneske, og verst er skadevirkningene for hjerner i utvikling – altså barn og unge.

– For hvordan skal vi angripe et problem som er lovlig? Spør Merete. Det er jo sånn at pårørende også blir dratt inn i dette. Vi mennesker lever jo ikke alene, med sammen. Når ting er lov, blir det jo et større problem. Vi er sjukt mange pårørende, og så blir vi ikke hørt – på lik linje med en forening. Bare se til utvalget til rusreformen, der var det ingen pårørende med, fortviler hun.

For å bruke stemmen sin har hun stått i mye hets. Negative karakteristikk som forteller at hun er uvitende og dum. Legaliseringstilhengere hiver seg på hver gang hun sier noe. Men Merete fremholder at hun ikke lar meg ikke skremme av det lenger.

– I begynnelsen ble jeg lei meg og tok det innover, men jeg ringte til broren min, og han hadde alltid gode motsvar, sier hun og legger til at når vi unngår å problematisere rusbruk blant unge liv, med det argumentet at det går bra med de fleste, sviktes ikke bare de unge, men man legger en stein til byrden for de pårørende.

– De fleste dør ikke i en bilulykke, men det betyr ikke at du ikke bør bruke belte. Forslaget til rusreform var skreddersydd for tungt rusavhengige, og alle er vel enige i at denne gruppen må få hjelp. Men forslaget egner seg ikke for tenåringer, mener Merete.

Hun henter mer luft til ordene og legger til at hennes yngre bror aldri oppsøkte eller ønsket hjelp for sitt rusbruk som ungdom.

– En tenåring har ikke, etter egen vurdering, et rusproblem. Det tar en hel barne- og ungdomstid å innse at man har et problem. Folk snakker ikke



om noe man ikke føler et er problem. Derfor må vi ha helt andre regler for unge under utvikling. De er jo mer sårbare for alt. Det som skjer i samfunnet nå, med økt bruk, er et godt eksempel på at de er sviktet.

Merete forteller at i starten, når broren rusa seg, dekket familien over. De gjorde alt de kunne for at han ikke skulle bli tatt av politiet. Men etter noen år håpet de på at han ble tatt.

– Hadde du spurt meg den gang ville jeg håpet på en avkriminalisering, men så lærer man underveis.

I fjor vår kulminerte diskusjonen om straff for besittelse av mindre mengder narkotika. Det er lite hensiktsmessig å straffe tungt rusavhengige for befatning med mindre mengder narkotika, har Høyesterett slått fast.

Men hvem skal regnes som rusavhengig? spør Merete. Uansett hvor du trekker grensen, vil du ha de som kanskje ikke synes det er lett å la være å bruke narkotika, men som teknisk sett ikke er avhengig.

Hun fremholder at argumentet om at rusavhengige skal slippe bøter fra politiet kan ikke måle seg med bøtene fra kriminelle miljøer.

– Vi har jo fått folk på døra med balltre og jeg vil tro mange tilsvarende historier aldri når frem til politiet eller media, avslutter Merete.

Forslaget til rusreform var skreddersydd for tungt rusavhengige, og alle er vel enige i at denne gruppen må få hjelp. Men forslaget egner seg ikke for tenåringer, mener Merete.

DELER ERFARINGER

I lys av hennes erfaring holder Merete foredrag, i tillegg til gjesteforelesninger, på Universitetet i Agder. Merete er også bidragsyter i Unni Ranheim bok «Vær der for meg, om ungdom, død og sorg, der Meretes medvirkning handlet om en nær venninne som tok sitt eget liv. I tillegg har Merete et samarbeid med Ranheim i boken «det begynner å ligne et liv», der det illustrerer historier om pårørende til rusavhengige.



Merete måtte balansere rollen som mor med omsorgen for broren i mange år.



KARTLEGGING I MOTVIND

– Vi jobber i motvind. Det er mye vanskeligere å avdekke risikofylt alkoholbruk enn vi trodde, forteller **Elisabeth Aarvik** ved Haugesund sjukehus.

AV SIDSEL SKOTLAND

Da Haugesunds Avis høsten 2022 hadde et oppslag om at helsepersonellet ved Haugesund sjukehus (Helse Fonna) stilte spørsmål om alkoholforbruket til pasienter som ble lagt inn, tok Facebook fyr. Saken fikk nesten 200 kommentarer, og mange var sinna:

«Det der en privatsak herlighet»

«Nå må de gi faen De skal ikke blande seg inn i folks privatliv Gjør jobben deres hold kjefte Drittlei denne formyndergjengen i dette landet»

«Det har sykehuset ingenting med, blir de som jobber der spurt om kor mye de drikker?? Det er og forblir en privat sak. Det offentlige grafser mer enn nok i folks privatliv»

Få blir henvist videre

Men mange var også positive:

«Di har lenge sport om røyking på både hjerte å lungeavdelingå. Alkohol e like relevant. Dei så e uenige kan jo bare lyga, å derme kanskje gå glipp av livsbergane behandling. Lykke te!»

«Hva er problemet, alkohol og medisiner kan være en farlig kombinasjon. Så spør i vei»

Det er spesialsjukepleierne Elisabeth Aarvik, Margareth Heimdal og Diana Heggen Lauritzen ved Klinik for psykisk helsevern og rus som jobber for at alt helsepersonell ved sjukehuset skal

spørre pasientene ved de somatiske avdelingene om alkoholbruken deres.

De som har et risikoforbruk blir dermed henvist til dem så de kan gå dypere ned i problemstillinga sammen med pasienten. Men mange pasienter underrapporterer. Helsepersonellet noterer det lave rapporterte forbruket, lar det blir med det, og dermed er det få som blir henvist videre.

«Du drikker da like mye som meg!»

I tillegg til at mange pasienter ikke snakker helt sant om forbruket sitt, går i forsvar eller synes dette er utidige spørsmål, er det også vanskelig å få helsepersonellet til å *stille* disse spørsmåla og å følge dem opp, forteller Aarvik. «Du drikker da like mye som meg!» kan de fort få i retur – og det er akkurat *den* reaksjonen som gjør dette så vanskelig. For de gjør jo ofte det. Helsepersonell drikker ofte like mye som dem Aarvik & co ønsker at skal bli henvist til dem. De vil nemlig ha kontakt med alle som drikker ei flaske vin eller mer i uka. Og det er det mange som gjør – både blant helsepersonell og «folk flest». Men dette blir faktisk regna som risikofylt forbruk, i allefall om du har havna på sjukehus. For drikker du ei flaske vin eller mer i uka, vil restitueringa etter en operasjon kunne ta lengere tid, medisinene du får kan miste effekten eller bli farlige, eller sjukdommen du lider av kan bli verre dersom du

fortsetter å drikke de mengdene du er vant med. – Det er veldig lite kunnskap om hvor farlig alkohol er. Vi opplever at vi jobber i motvind. Men det er faktisk noen som setter pris på å bli spurt. Vi må bare snakke og snakke om dette. Vi har en kultur hvor alkoholen er med til enhver tid, og alle må være bevisst på eget forbruk.

God tid er nøkkelen

De tre spesialsjukepleierne bruker en del tid på å hospitere ved de somatiske postene for å lære opp helsepersonellet i å spørre. De underviser også i dette samt mer generelt om alkohol, på fagdager. Men mest ønsker de seg ressurspersoner inn i de ulike avdelingene – folk som er litt ekstra engasjert i og dedikert til dette. Da er sjansen for å få etablert gode rutiner større. Dette jobber de nå med å få til. For Aarvik har tro på at hvis helsepersonell bruker litt tid på hver pasient, og forklarer godt hvorfor

de spør og hvorfor det er viktig, vil ikke folk gå så lett i forsvar.

– Det er en utfordring å vite akkurat når en skal spørre for å få ærlige svar. Det kan for eksempel være vanskelig når det ligger mange på samme rom. Det er viktig å ikke krenke, og

det er viktig å ikke påføre dem følelsen av at det er på grunn av alkoholbruken de har havna på sjukehuset. Det er en vanskelig balansegang, sier hun. For helsepersonellet handler det mye



Vanskelig å stille spørsmål om pasienters alkoholforbruk. Foto: Jan Kåre Ness / NTB

om øvelse: Jo mer en gjør dette jo mer naturlig vil det kjennes, og jo lettere blir det å føle seg fram til når en skal spørre. – Vi snakker og spør lett og uanstrengt om mengde og farge på avføring uten at det oppleves som vanskelig verken av personell eller pasienter, mens alkohol er så vanskelig, privat og skambelagt.

Er ute etter den helseskadelige bruken

En ikke helt uvanlig grunn til at folk ikke vil oppgi et stort alkohol- eller rusmiddelbruk er at de er redd for å miste førerkortet. Vi lurer på om dette kan være et element også her. Aarvik tror ikke det.

– Vi har ikke fokus på dette med førerkort. Jeg tror at det at vi har fokus på helseskadene av alkoholen gjør det litt mindre «farlig» å fortelle. Men vi *har* meldeplikt hvis vi avdekker rusavhengighet, medgir hun.

Nasjonal alkoholstrategi legger føringene

– Det er Nasjonal alkoholstrategi 2021–2025 som legger føringene for dette. Det er ikke noe vi har funnet på sjøl, påpeker Aarvik, men understreker at hun oppriktig mener det er viktig å avdekke risikobruk for at pasientene skal få best mulig resultater av behandlinga de får, og fordi 30 prosent av alle innleggelser på sjukehus på en eller annen måte er alkoholrelatert.

Ikke en privatsak

Så det er ikke bare i Haugesund de jobber med dette. I Helse Stavanger har de vært opptatt av å spørre om alko-

holbruk lenge, og i 2019 skrev Rus & Samfunn om St. Olavs hospital i Trondheim som da var godt i gang med implementering av systematisk kartlegging.

Da sa psykiatrisk sykepleier og daværende koordinator ved klinikk for rus og avhengighetsmedisin Tonje Isabell Sandø at hun ikke synes tanken om at drikkevaner er en privatsak hører hjemme på et moderne sjukehus.

– Et uoppdaget alkoholproblem kan ha store konsekvenser for den enkeltes helse og for samfunnsøkonomien. Det er ingen privatsak. Alkohol er et av de mest skadelige rusmiddelene vi har og det rusmiddelet som kan gi de mest kompliserte avrusningsforløpene. I et helseperspektiv er det mindre interessant om det er lovlig og kan kjøpes i butikken, sa hun til nettavisa, men understreket at de pasientene som bruker illegale rusmidler som oftest er ganske lette å identifisere. Den store gruppa med risikofylt alkoholforbruk derimot, må de jobbe ekstra hardt for å fange opp og hjelpe.

Hun fortalte at Helse- og omsorgsdepartementet har bedt helseforetaka sørge for at somatikken fanger opp pasienter med rushelseproblem siden 2012, men at lite har skjedd.

– Det er mange leger og sjukepleiere som spør om drikkevaner, men vi trenger å sette det i system, slik at absolutt alle pasienter som blir innlagt får spørsmål. Og vi trenger å formulere

oss slik at vi får svar vi har nytte av. «Ja, jeg drikker normalt mye», er et eksempel på et unyttig svar. For hva er «normalt» for denne pasienten? En halv flaske vodka daglig?

For å få det i system gjennomførte St. Olavs i 2019 et pilotprosjekt for å kartlegge og dokumentere forekomsten av rusproblemer på de somatiske avdelingene. Ei tverrfaglig gruppe utarbeida så et sett anbefalinger som sjukehusets øverste ledelse skulle ta stilling til.

Men så kom pandemien.

Stoppet opp under pandemien

Da stoppet arbeidet opp, og etter den har innføring av nytt journalsystem, Helseplattformen, tatt plassen forteller,

avdelingssjef ved Poliklinikk og Lar ved Klinik for rus- og avhengighetsmedisin Unni Korshavn. Audit C er lagt inn i Helseplattformen, og St. Olavs vil starte opp igjen implementering av systematisk kartlegging av alkoholvaner så snart det lar seg gjøre. Spørsmåla er de samme som dem de stiller i Haugesund.

Korshavn forteller at det før pandemien var oppslutning om de kursa rusklinikken arrangerte som en del av dette arbeidet.

– Det oppleves nok krevende og uvant for mange ansatte i somatiske avdelinger å kartlegge for alkoholvaner, men vi opplevde ikke motstand mot tiltaket.

«Et uoppdaget alkoholproblem kan ha store konsekvenser for den enkeltes helse og for samfunnsøkonomien»

«Det er en utfordring å vite akkurat når en skal spørre for å få ærlige svar»



MODIG: – Du er utrolig modig, sa ordføreren til Florøværingen Aleksander Helland Hugøy, som delte sin historie om hvordan Åsane folkehøgskole har reddet livet hans.



ENGASJERT: Leder for Latin Amerika, Cuba og Mexico-linjen, Solgunn Styve i samtale med Linn Kristin Engø.

Ordføreren tok til tårene over Aleksanders

DRAMATISKE HISTORIE

– Jeg vet ikke hvordan det hadde gått om jeg ikke hadde fått plass på Åsane folkehøgskole, sier Aleksander Helland Hugøy.

TEKST OG FOTO: THOMAS GANGSTØE

– Utrolig sterkt å høre. Dette gjorde virkelig inntrykk på meg, sier Linn Kristin Engø da hun besøkte Åsane folkehøgskole.

Bergensordføreren nemlig fikk høre en sterk fortelling fra den 20 år gamle eleven, som slår fast at oppholdet på folkehøgskolen har reddet livet hans.

Aleksander forteller at han kom fra en skoletilværelse med mobbing, fra en jobb han ikke trivdes med og fra år med mye ensomhet. Da han fant moren død i 2021, raste livet hans sammen.

– Hun var en av de mest fantastiske personene du kunne kjenne. Hun var omsorgsfull, smart og en som alltid brydde seg om andre uansett hvor mye smerte hun måtte leve med, forteller han.

Vanskelige år

Året før moren gikk bort, begynte han på industrifag i Florø.

– Jeg ønsket egentlig å begynne på elektrofag, men kom ikke inn. Da ble det industrifag. Jeg hadde ikke særlig interesse for det, men bet tennene sammen og holdt ut. Jeg satt bakerst i klassen, sa nesten ikke et ord. Jeg var alltid redd for å være den som noen skulle spøke med eller le av. Skolemiljøet var ikke bra og jeg kom aldri inn i et godt sosialt miljø, forteller Helland Hugøy til Åsane Tidende.

Dermed satt han hjemme, gikk aldri ut og fikk alvorlig sosial angst.

– Jeg stengte meg inne på rommet, sier han.

Satt hjemme

Da Aleksander mistet den viktigste



BERØRT: Ordfører Linn Kristin Engø klarte ikke å holde tårene tilbake da hun besøkte Åsane folkehøgskole og fikk høre en sterk historie fra eleven Aleksander Helland Hugøy.

personen i livet sitt, hadde han akkurat begynt i lære hos et skipsverft.

– Jeg synes det gikk greit i starten, men synes det var en ensom jobb. Jeg slet fortsatt med sosial angst, og klarte ikke å snakke med folk. I tillegg var jeg redd for å gjør feil, forklarer han.

– Kan du beskrive dagene dine da du var lærling?

– Ja, jeg stod opp klokken 06, gikk på jobb klokken 07, var hjemme igjen klokken 16.00. Fra da til jeg la meg satt jeg foran skjermen og spilte. Slik var det hver eneste dag. Det er ingen god tilværelse for en ung lærling. De to siste årene før jeg kom til Åsane folkehøgskole, var de vanskeligste jeg har vært gjennom og når jeg ser tilbake på alt nå, så aner jeg ikke hvordan det hadde gått om jeg ikke hadde tatt valget om å slutte i jobben på

skipsverftet i Florø og begynne på folkehøgskolen her i Bergen.

En tilfældighet

For det var en tilfældighet at 20-åringen fikk høre om Åsane folkehøgskole.

– En dag i januar 2022 fortalte kompisen min Ola at han skulle begynne på folkehøgskole. Jeg søkte det opp og leste en del om hva det var for noe. Nesten før jeg fikk tenkt meg om, så hadde jeg søkt på Åsane folkehøgskole. Allerede dagen etter fikk jeg beskjed om at jeg hadde kommet inn, minnes Aleksander.

Det skulle snu opp ned på hele tilværelsen for den unge Florø-væringen.

– Da jeg kom til Hylkje og Bergen, kjente jeg på en sterk angstfølelse. Hva var det jeg hadde sagt ja til? Men da



BESØK: Ordføreren fikk også besøke linjen Musical og Performance, hvor hun fikk se et utdrag fra Grease.

vi ble møtt av en av stipendiatene på skolen, endret alt seg. Han het Mats og var utrolig imøtekommende. Jeg var fortsatt veldig sjenert og fulgte bare etter broren min, som var med til Bergen og som er langt mer utadvendt. Da han reiste, satt jeg bare der. Så begynte folk å komme bort til meg og hilse. De var så hyggelige, og før jeg visste ordet av det, så satt vi en gjeng på 20 stykker på internatet, og hadde det kjekt sammen. Da forstod jeg mer hva et år på folkehøgskole går ut på.

– Beste året i mitt liv

Aleksander har gått på spill-utvikling ved folkehøgskolen, fått mange nye venner og har nå bestemt seg for å bli værende i Bergen.

– Dette har vært det beste året i mitt liv, og det har vist meg en person som jeg ikke visste var der. Den personen jeg var da jeg bodde i Florø, kjenner jeg ikke igjen. Om noen fortalte meg for bare et år siden at jeg kunne være den personen som sier hei først, som er imøtekommende, glad og som bryr seg om ting, så hadde jeg ikke trodd det. Bare den første dagen på folkehøgskolen i Åsane, gjorde stor forskjell. Det å bli tatt imot av en som er imøtekommende, smiler og er grei, kan gjøre en massiv forskjell, forklarer han til Åsane Tidende.

Året på folkehøgskolen har vært så viktig for Aleksander, at han nå har søkt om å bli stipendiat samme sted.

– Det som stipendiatene var for meg, har jeg inderlig lyst til å være for andre. Det er min store motivasjon til å tilbringe ett år til her. Om jeg kan gjøre den samme forskjellen for bare én annen person, som det var for meg, er det gull verdt, sier han.

– Hva vil du si til andre som vurderer et år på folkehøgskole?

– Jeg tror mange kan få en aha-opplevelse av et år på folkehøgskole. Her bor man sammen, og man studerer sammen. Det er et unikt samhold, som jeg aldri har sett før. Men lærer å inkludere andre, være sosial og vise respekt. Til og med lærerne gjør alt de kan for at man skal ha det bra, og jeg tror det er mer enn bare en jobb for dem. Jeg tror mange ser på det året de har gått på folkehøgskole, som det beste i sitt liv. Og det kan uten tvil forandre liv, smiler han.

– Umulig å ikke bli berørt

Ordfører Linn Kristin Engø var ikke den eneste som felte tårer da Aleksander sin historie ble lest opp.

– Jeg ble invitert ut til skolen for en orientering og omvisning og ante ikke at Aleksander skulle dele denne sterke

fortellingen. Jeg ble tatt på sengen, og klarte ikke å styre følelsene mine. Her snakker vi om en 20 år gammel gutt som forteller om sin tøffe oppvekst og hvordan folkehøgskolen har reddet livet hans. Det synes jeg er modig og det er umulig å ikke bli berørt av det han beskriver, sier Engø til Åsane Tidende.

Ordføreren som ble vist rundt på skolen og fikk besøke både linjene revy og teater, Latin Amerika, Cuba og Mexico, skriveverkstedet, musikal og performance, spillutvikling, arkitektur og design, digital animasjon

med mer, var også imponert over at Aleksander Helland Hugøy ønsket å bruke sine erfaringer fra skolen til å hjelpe andre mennesker i liknende situasjoner.

– At han har søkt å bli stipendiat for å være her ett år til, og bidra til at nye elever får et godt opphold, synes jeg er tøft. Det er ingen selvfølge at en gutt som Aleksander velger å være åpen om sine utfordringer, men jeg synes det er viktig og bra at han er det. Jeg tror Aleksander kan hjelpe og inspirere andre mennesker, sier en engasjert ordfører Linn Kristin Engø.

Artikkelen ble først publisert i Åsane Tidende.

«Det å bli tatt imot av en som er imøtekommende, smiler og er grei, kan gjøre en massiv forskjell»

I juni vedtok landsmøtet arbeidsplanen for de kommende to årene. Her er det arbeidsoppgaver til oss alle sammen.

IOGT-LEDEREN



Ørnulf Thorbjørnsen
Leder i IOGT Norge

Landsmøtet ga oss noen utfordringer

ARBEIDSPLANEN for 2023 og 2025 forutsetter at vi viderefører virksomheten uten vesentlige endringer. Landsmøtet ga oss imidlertid to oppgaver som krever medvirkning fra oss alle. Den ene er en massiv satsning på medlemsverving og det andre er å se hvordan vi kan fornye IOGT både når det gjelder budskap og organisering.

FOR Å GJØRE EN EKSTRA INNSATS for medlemsvekst vedtok landsmøtet å øke budsjettet med øremerkede midler til verving de neste to årene. Skal vi lykkes med det, fordrer det at vi setter verving høyt på prioriteringslisten også lokalt og regionalt. Vi må ut og snakke med folk og fortelle hva IOGT arbeider for og knytte til oss de som deler vårt syn på rus og ruspolitikk. Planen er at vi i samarbeid mellom ansatte og lokale medlemmer gjør et krafttak for vekst i IOGT. Gode resultater fra verving i region Midt-Norge gjennom flere år, viser at dette er mulig!

LANDSMØTET HAR OGSÅ GITT OSS i oppgave å se hvordan vi kan fornye organisasjonen vår. Når vi snakker om å fornye kan det gi ulike assosiasjoner. Skal vi restaurere eller modernisere? Målet er å finne tiltak som kan gjøre IOGT bedre rustet til å påvirke ruspolitikken, bidra til forebygging av rusproblemer og engasjere flere mennesker til å delta i arbeidet i mange år framover.

VI GÅR INN I DISKUSJONENE om fornyelse med åpent sinn, selv om vi allerede vet en del om utfordringene våre. Vi registrerer at den lokale virksomheten har utfordringer. De fleste medlemmene som er vervet de siste årene er ikke tilknyttet en lokal

avdeling, men et område. Ennå er ikke det lokale arbeidet helt restituert etter koronaen.

TILSYNELATENDE ER DET ENIGHET om alkohol- og narkotikapolitikk i Norge, men den restriktive politikken er konstant under press fra liberale- og økonomiske krefter. Vi må derfor diskutere hva som skal være vårt fokus i ruspolitikken. Hva skal være kampsakene våre og hvordan skal vi agere? IOGT har i dag mange aktivitetsområder. Bør vi kanskje satse på færre tiltak, men med større innsats. Skal vi ha fokus på barn og unge? Er det forebygging som skal være viktigst? Skal vi i større grad være en organisasjon for mennesker som har slitt med rusutfordringer og som trenger et trygt rusfritt felleskap?

FOR Å LEGGE ET GODT GRUNNLAG for gode beslutninger på landsmøtet i 2025 må vi først av alt starte med å bli enige om hva som vil være IOGTs største utfordringer i framtiden. Hva tror vi om samfunnsutviklingen, om ruspolitikk og om menneskers ønske om deltakelse og engasjement. Før vi starter jobben med å finne løsningene, må vi så langt det er mulig ha et felles bilde av utfordringene.

Vi ønsker at alle medlemmer skal engasjere seg i utviklingsarbeidet med innspill og ideer og vi vil derfor legge til rette for deltakelse via ulike kanaler og møter på alle nivå. Jeg håper du vil engasjere deg og ønsker lykke til med høstens arbeid.

Bodø, august 2023

Ørnulf Thorbjørnsen

Sammenheng vold i hjemmet og restriktive skjenketider

Det er vel kjent at det er en sammenheng mellom skjenketider og vold på utesteder. En analyse av skjenketidsendringer og vold i 18 norske byer på 2000-tallet viste at med en times endring i skjenketiden var det en gjennomsnittlig endring i sentrumsvolden nattetid i helgene på 16 %.

Redusert med 29 prosent. Det er mindre kjent hvilken påvirkning restriktive skjenketider har på vold i hjemmet, men en undersøkelse fra Australia tyder på at det har en positiv virkning også her. Forskerne gikk gjennom politianmeldte voldsepisoder i hjemmet fra 2001 til 2019 i fire

områder i New South Wales. To av disse gjennomførte restriksjoner på skjenketid eller andre begrensninger i perioden. I området som hadde begrensninger på skjenketiden (til kl. 03.30, altså lengre enn i Norge) falt antallet tilfeller av vold i hjemmet med rundt 29% i perioden, mens antallet økte på de to stedene hvor det ikke var noen restriksjoner.

Forskerne presiserer at det er behov for mer forskning, men resultatene tyder på at vold i hjemmet eller familien også kan bli påvirket, og at det fremover bør sees på, selv om det dette ikke har vært målet for restriksjonene.

Kilde: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/add.16192>

Eldre drikker mer enn før

Over 80 prosent av eldre mellom 60 og 79 år drikker alkohol. Rundt en av fire forteller at de drikker to ganger i uken eller oftere. Vi ser også at kjønnsforskjellene i alkoholbruk viskes mer ut, sier Terje Emil Fredwall ved Senter for omsorgsforskning på Universitetet i Agder (UiA) til Forskning.no. Han har, sammen med kollega, Anne Jørstad Antonsen, laget en kunnskapsoppsummering om alkoholbruk blant eldre basert på 51 forsknings- og utviklingsarbeider om emnet. - Generelt sett kan vi si at eldre i Norge drikker oftere alkohol enn før, men at det

skjer i forholdsvis små mengder, sier Fredwall.

Spesielt utfordrende for eldre. For eldre kan alkoholbruk være spesielt utfordrende. Når vi blir eldre, får vi nedsatt stoffskifte. Både kroppsmassen og andelen væske i kroppen blir mindre. – Studiene vi har gått gjennom, viser at de eldre ikke gjenkjenner eller har manglende kunnskap om risiko forbundet med å drikke alkohol, sier forsker Anne Jørstad Antonsen. – Eksisterende helseutfordringer, samt risiko for ulykker og fallskader, kan forsterkes når man drikker.

Kilde: <https://forskning.no/aldring-alkohol-partner/eldre-drikker-mer-enn-for/2213299>

Åtte prosent av voksne europeere bruker cannabis

Det er et av funnene i rapporten European Drug Report 2023: Trends and Developments fra EMCDDA. Rapporten sier at narkotikabrukere eksponeres for et stadig større spekter av psykoaktive stoffer, mange av dem sterkere og renere enn før. Stoffene omsettes gjerne i pulver- eller pilleform, ofte feilmerket og/eller blandet med andre stoffer. Dette øker risikoen for helseskader, skriver byrået.

Rapporten forteller også at kokain er det mest

brukte ulovlige sentralstimulerende stoffet bruk av rundt 1,3 prosent (3,7 millioner) av voksne europeere i løpet av det siste året. I 2021 ble det beslaglagt 303 tonn kokain i Eus medlemsland. Belgia, Nederland og Spania sto for nesten 75 prosent av den totale mengden.

Mengden heroin beslaglagt i medlemslandene mer enn doblet seg i 2021 til 9,5 tonn, mens Tyrkia beslagla rekordhøye 22,2 tonn.

Kilde: <https://actis.no/aktuelt/%C3%A5tte-prosent-av-voksne-europeere-bruker-cannabis>

Forbruk og skader øker i USA

Alkoholforbruket er på vei opp i USA, og med forbruksøkningen ser man også en økning i skader. Fra 2018 til 2021, I pandemic-perioden, økte forbruket med rundt 6,6 prosent, noe som er det høyeste registrerte tallet siden 1988. Det er Washington Post som melder dette. Særlig gjelder dette sprit hvor salget økte med nesten 17 prosent i perioden. Årsakene til økningen skuldes trolig flere faktorer, men relativt lavere priser grunnet at avgiftene ikke har blitt satt opp, økt markedsføring mot kvinner og vanskelige sosiale forhold som har ledd til en krise både når det gjelder mental helse og avhengighet blir trukket frem som årsaken til økningen.

Ikke økt føderale avgifter siden

1991. Sist kongressen økte de føderale alkoholavgiftene var i 1991. Skattleggingen i de ulike delstatene varierer, men har generelt ikke blitt økt, forteller Philip J Cook, økonom og professor emeritus ved Duke University, som har forsket på alkoholavgifter og forbruk.

–Alkoholholdige drikkevarer er billigere i dag en de var på 80-tallet, relativt sett med hensyn til verdien av en dollar, sier Cook. Antallet dødsfall økte i samme perioden mer enn 45 prosent, og i 2021 var alkohol den primære årsaken for dødsfall for mer enn 54 000 amerikanere, nesten 17 000 flere enn for noen år siden. Alkoholrelaterte dødsfall økte i alle delstater

Pandemien gjorde det verre.

George F. Koob, leder for National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism (NIAAA) mener at pandemien med faren for å bli smittet, tap av jobb og sosial isolasjon har økt stresset som allerede lå bak manges grunn til å drikke. – Pandemien bare gjorde det verre, sier Koob til Washington Post.

Kilde: <https://www.washingtonpost.com/wellness/2023/07/13/alcohol-consumption-deaths/>



KONTAKT IOGT:

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

Hensynet til barn og unge må alltid komme først i alkoholpolitikken



Bestill gratis kampanje-t-skjorte

"Er du enig?"-kampanjen er et verktøy for deg som vil engasjere deg for forebygging og ruspolitikk.

Med utgangspunkt i noen enkle påstander og spørsmålet "Er du enig?", utfordrer vi lokalpolitikere på hva de mener om ruspolitikk og bidrar med kunnskap om gode politiske virkemidler.

Har du ikke engasjert deg enda, er det ikke for sent! Kampanjen fortsetter også etter valget, og du kan delta både fysisk og digitalt.



Les mer på erduenig.no

erduenig.no

Er du
enig?