



Det Hvite Bånd

98. ÅRGANG NR. 7-2008



INNHold



03	Leder
04	Riisbyprestens spalte
05	Viken krets
05	Håndtrykket
06	Lensvik skole
08	Inspirasjon
09	Kort nytt
09	Andakt
10	Det Hvite Bånd verden rundt
11	Mitt hjørne
12	Ei bok om glede
13	Bente har snekret møbler
13	Ta vare på kvarandre
14	Hva andre skriver
15	Nye kort til bruk i Blomstermisjon
16	Bønnekroken

Det Hvite Bånd

UTGIVER

Det Hvite Bånd
Landskontoret: Torggt. 1, 0181 Oslo
tlf. 23 21 45 00
(telefonid 10.00 - 14.00)
Faks: 23 21 45 01
E-post: landskontoret@hviteband.no
Giro: 7874.06.24252
Org.nr.: 971 422 025
URL: www.hviteband.no

ORGANISASJONSSEKRETÆR

Ellen Sandum
tlf. 23 21 45 37
Kontormedarbeider Eva U. Trobe

REGNSKAP / MEDLEMSREG.

Bjørn Bakkebråten
tlf. 23 21 45 36 / 473 17 780

REDAKTØR

Anne Grethe Elvestrand
E-post: ag.elvestrand@gmail.com
Mobil: 905 73 345
red.medarbeider Turid Andersen
tlf. 415 52 385

PRODUKSJON:

Design: Gnizt AS
Repro og trykk: Bryne Offset AS

OPPLAG:

3 000

Medlemskontingent kr. 200,- pr. år.

PROSJEKTLEDER I MOSJØEN

Elin Julie Baisgård
tlf. 92 28 50 27

Landsleder

Turid Andersen
Storhaugen 16, 4844 Arendal
tlf. 37 02 27 50

Nestleder

Aud Bodil Brekka
tlf. 35 98 94 50
mobil 418 46 499

LANDSSTYREMEDLEMMER

Åslaug Mjøs
tlf. 55 28 82 18
Turid Gissegjerde
tlf. 70 18 09 16
Anne Grete Olsen
tlf. 37 08 84 63
Torgunn Søyland Skoglund
tlf. 75 18 87 01

INTERNASJONALT UTVALG

Leder Margaret Østenstad
Ryggehaugv. 13
4265 Håvik
tlf. 52 84 29 93

RIISBY BEHANDLINGSSENTER

Edel Nordby
Rute 538, 2870 Dokka
tlf. 61 11 28 00
Giro: 2075.07.18389



På reise

Jeg er veldig glad i å reise, oppleve nye ting og treffe mange forskjellige slags mennesker. I skrivende stund er jeg i Finnmark. Hadde en interessant samtale med min sidemann på flyet. Han lurte på hvor jeg skulle, og jeg fikk fortalt om DHB og om arbeidet vårt i Nikel.

Etter en lang reise ble jeg hentet på flyplassen av Kåre Kvammen. Så deilig å bli møtt av et kjent, blidt ansikt når man kommer fram,

trett og sliten etter en lang dag på buss, fly og ikke minst alle timene med venting på flyplassene. Etter en liten kjøretur blir jeg varmt tatt imot av Elise som står i døra og ønsker velkommen til hytta, en flott plass i en vakker natur like utenfor Kirkenes. Elise har middagen klar, og det smakte herlig for en sulten mage. Tusen takk til dere begge to, takk for omsorgen dere viste meg disse dagene langt der nord.

Livet er som en reise der vi opplever mange ting med mange gode, men også vanskelige dager. Da er det godt å ha venner som man kan dele gleder og sorger med. Aller best er det å vite at Jesus er med, han som er den beste venn av alle. Vi kan oppleve at venner kan svikte, men Jesus svikter aldri. Han har lovet å være med alle dager, og han har sagt at som dagen din er, skal din styrke være.

Hilsen fra Turid

Kjenner du noen som ønsker å bli med i Det Hvite Bånd?

Fyll ut talongen, og send den til landskontoret: Det Hvite Bånd, Torggt. 1, 0181 Oslo

Avholdsløftet

Med Guds hjelp lover jeg: Ikke selv å bruke, gi, kjøpe eller selge til andre alkohol eller annen slag rusgift, bære Det Hvite Bånd's merke, prøve å få andre med i avholdsarbeidet

Medlemskapet

Navn: Fødselsdato:

Adresse:

Postadresse:

Medlemsverver

Navn:

Adresse:

Postadresse:

Det nye medlemmet er (kryss av)

☐ ikke tilsluttet noen DHB-forening

☐ innskrevet i:

foreningens navn



Riisbyprestens spalte

Livsmot

Når høsten kommer, kan vi som er på Riisby se tilbake til sommerens mange turopplevelser. Fjellturer, skogsturer, kajakturer, Holmenkollstafett, tur til Kværnstua med Sandefjord Hvite Bånd, personaltur m.m. De som benytter seg av turtilbudet gjør erfaringer som de kan bygge videre på når de en gang avslutter tida på Riisby.

Som dere lesere sikkert vet, samles en gruppe av tidligere og nåværende pasienter i Oslo andre tirsdagen i måneden. Denne gruppa er en videreføring av det arbeidet som Det Hvite Bånd startet i år 2000. Vi som reiser fra Riisby ved middagstider får en ganske lang kjøretur fram og tilbake på ettermiddag og kveld. I den lyse årstid kan det være rene festreisen å kjøre langs den vakre Randsfjorden og gjennom Hadelandsbygdene med den innholdsrike historien. Innen vi er tilbake på Riisby er det midnatt. Litt strevsomt kan det være iblant, men turen er verdt strevet. Noen tidligere pasienter er med og ordner både før og under arrangementet. I tillegg har vi Eva og Knut. De er spreke og tjenestevillige pensjonister som ordner med serveringen. De serverer lekre retter og Eva baker

kaker som får oss til å glede oss til neste gang allerede. Sin vennlige tjeneste gjør de på en slik måte at de har en høy stjerne hos alle som er med på gruppa. Men de kulinariske fornøyer er ikke de eneste godbiter som kvelden byr på. Rundt bordene er det livlig samtale, vi har en felles samtale om et tema og jeg avslutter med andakt og velsignelsen. I mellomtida er det innlagte pauser og dessuten ikke å forglemme loddssalg. Det siste er spennende, morsomt og meget innbringende.

På møtet i september hvor vi til sammen var bortimot 40 mennesker, hadde vi samtale ut fra noe Marie Curie har sagt. "La verken mennesker eller hendelser ta livsmotet fra deg". Det ble en særdeles fin samtale. Utrolig med så stor åpenhjertelighet i en så vidt stor forsamling. Mange delte av sine erfaringer. Flere hevdet nødvendigheten av å legge fortida bak seg, samtidig som en tar lærdom av de feil en gjorde. Noen hevdet også at de hadde lagt rusen bak seg og hadde definert den så sterkt som ut av livet sitt at de ikke hadde noen trang eller sug lenger. Dette vakte forbauselse hos dem som ikke har det slik. Hos andre

skapte det håp. Når noen opplever det på den måten, ga det mot til å være tålmodig og fortsette prosessen med å få større og større avstand til rusen.

Jeg avsluttet kvelden med et Pauli ord. "For Gud ga oss ikke en ånd som gjør motløs, men en ånd som gir kraft, kjærlighet og visdom". 2.Tim.1,7.

I oppveksten brakk jeg helt nye ski i hoppbakken. Jeg ble motløs. Idet jeg våknet neste dag, var det som jeg hørte noen hviske: "Gud ga oss ikke motløshets ånd..." Jeg ble glad og gikk ut i dagen med nytt livsmot. Opplevelsen ble minnet om at Gud husker på meg enten jeg opplever store eller små skuffelser. Han vil ikke at jeg skal la meg knekke av noe av det som hender meg. Gjør jeg det, legges hindringer i veien for utfoldelse av kjærlighet, kraft og visdom. Det ville være leit både for meg selv og for andre. Så kunne vi starte på reisa hjemover. Til alle dere som ikke var med i vår nye minibuss, men som er med på livets reise, hilser jeg med de samme ord: "... ikke motløshets ånd..., men..."

Hilsen Ragnar prest

Viken krets

Siste søndagen i april 08, var Hønefoss Hvite Bånd vertskap for kretsårsmøte i Viken krets. Vi møttes først til gudstjeneste i Hønefoss kirke, der Landsstyrets utsending, Aud Brekka, informerte om DHB sitt arbeid. Offeret som ble tatt opp gikk til dette arbeidet. Selve kretsmøtet hadde vi i festsalen i Hønefoss Adventkirke. Der ble det servert deilig middag, og praten gikk livlig rundt bordet.

Så var det årsmeldinger fra Hønefoss og fra Sarpsborg. Sistnevnte informerte om at laget nå er nedlagt. Dette gjør at vi nå ber landsstyret / landsmøtet ta denne saken opp. Det vil si at det nå egentlig er bare en forening, Hønefoss HB i Viken Krets, pluss enkelte medlemmer i Oslo og Sarpsborg. Aud Brekka foreslo at Viken blir slått sammen med Vestfold og Telemark Krets. Rakel Blisten la frem regnskapet for Viken Krets.

Så fikk Aud Brekka ordet. Hun fortalte en del om det arbeidet som de driver i Kragerø. Arbeidet for barn og unge er det viktigste vi kan gjøre. Uten

nye, unge medlemmer, dør arbeidet og de unge trenger den informasjonen de får om farene ved bruk av alkohol og andre rusgifter. Hun fortalte om besøket de hadde hatt i Kragerø av Hans Inge Fagervik. Han fikk de unge med seg, og alvoret om rusproblemene la han frem på en slik måte at de unge fulgte godt med.

Ellers stilte Aud en del spørsmål: Hvordan er samværene våre? Er vi lojale mot hverandre? Følger vi vedtektene våre? Det er viktig at alle finner sine roller i foreningen. Arbeidsfordeling er viktig! Bønn er viktig!

Vi satt nok alle tilbake med mye alvorlig å tenke på. Vårt felles ønske er at det arbeidet som drives gjennom DHB, må bli til nytte og hjelp i både vårt eget samfunn og rundt i verden. Takk Aud for alt du ga oss!

Som vanlig, etter at vi hadde hygget oss med kaker, avsluttet vi med sang og bønn.

Referent
Turid Olsen

Håndtrykket

*Herre
jeg møtte
en mann
her om dagen.*

*Du kjenner ham godt
for han hører til
i familien din.*

*Men da jeg tok ham
i handa
og hilste på ham,
hadde han
så slapt håndtrykk.*

*Kan du tenke deg
noe så ekkelt,
Herre,*

*å hilse på
en voksen mann
med et så veikt
og dårlig håndtrykk?*

*Hvis jeg hadde svart
med samme mynt,
ville jo våre hender
bare berørt hverandre.*

*Det ville jo ikke
blitt noe håndtrykk
i det hele tatt.*

*Herre,
jeg sier det til deg
for at du skal vite
hvorledes jeg
ønsker det.*

*Når du
tar meg i handa
ønsker jeg
det skikkelig*

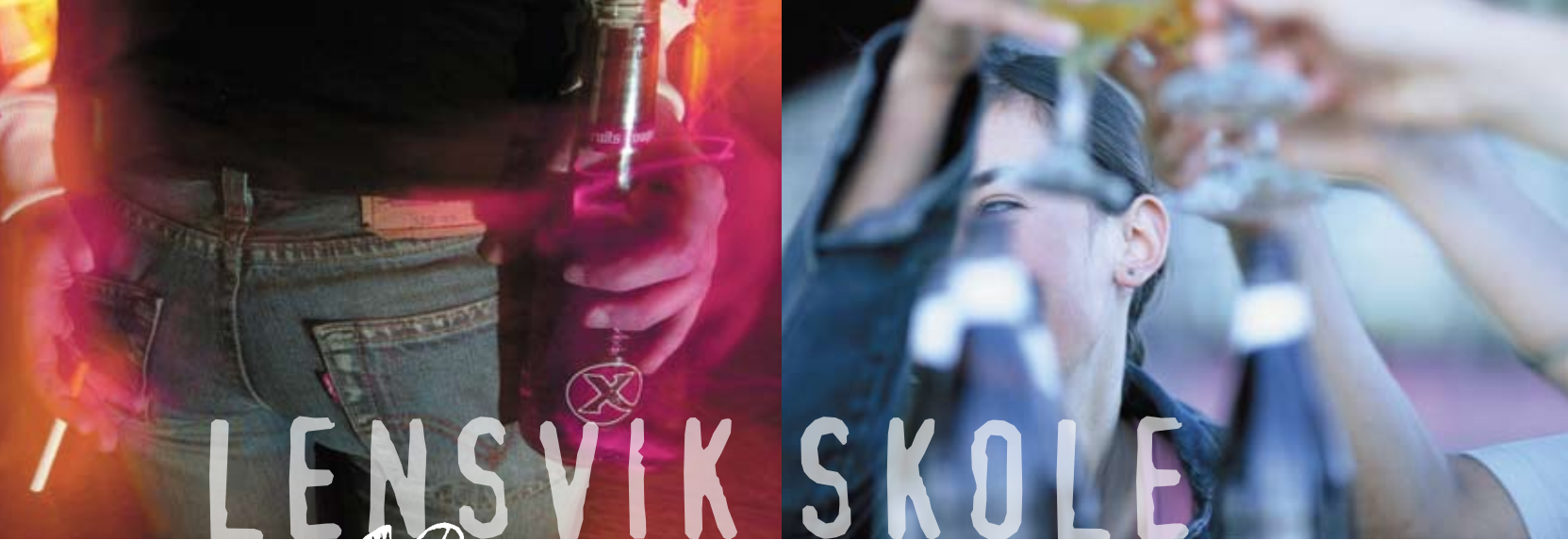
- et fast grep -

*Så jeg kan
være sikker på
at du er der!*

*Kan ikke du
gjøre det slik
når vi treffes?*

*Så skal jeg love
å trykke
godt tilbake
som et tegn
på vårt vennskap.*

Gunnar Solberg,
Audiens hos Vår Herre 2



Festlig melding fra foreningsleder Olga Holte Landrø i Lensvik DHB: Her kommer noen av stilene som ble skrevet i Lensvik skole, skoleåret 07-08. Det ble skrevet masse bra. Vi søkte om penger fra Olafiafondet for å gi til 5. og 6. klasse. Og nå sender vi utdrag av denne stilbunken til Bladet!

FAKTA OM TOBAKK, NARKOTIKA OG ALKOHOL

I tobakk og snus er det nikotin. Nikotin er både giftig og veldig farlig. Det påvirker helsa å begynne å røyke og sånt, og når du drikker alkohol kan du fort bli avhengig. Da blir du en alkoholiker. Man kan fort bli avhengig av narkotika og tobakk også. Det er nikotinen i røyken og snusen som gjør deg avhengig. Du kan fort ramme bilulykker, spesielt når du er full, for da har du ingen kontroll. Når du for eksempel er på fest og noen tilbyr deg røyk og alkohol, må du tenke deg om å ta den riktige avgjørelsen. Hvis du tenker deg at du kjøper en tipakning med røyk hver dag i et år, sparer du mye penger, da! Og om du sparer i over 80 år, kan du få over 1 million kroner.

Etter å ha vært full eller dopa, kan du fort angre deg på hva du har gjort. Du kan gjøre mye rart når du er full. Noen blir sånn at de for eksempel står og gir bort penger, og andre kan blir veldig

“gale”. Det er ulovlig for folk under 18 år å kjøpe øl, men du er 18 år og skal kjøpe brennevin får du ikke lov til det. Det får du når du er 20 år.

Det er mange som smugler dop fra utlandet. De gjør alt de kan for

å få det med seg hjem uten å bli merket.

Det kan være skummelt å være med noen som er fulle, for de kan gjøre mye forskjellig. For å unngå fristelser må du bare ha selvtillit. Når du er full, mister du all selvtillit og da har du ingen kontroll.

RØYK! (ADVARSEL: RØYK DREPER!)

Det var en gang en familie på fire. Mammaen het Siri, pappen het Stian. De hadde to unger, Maria og Steffen. Faren røyker. Siri og barna ville at han skulle slutte. Men han sier hver gang: Det er en gammel vane, så dere må slutte med å si at jeg skal slutte å røyke! Han fikk ikke lov til å røyke inne. Han hadde en bror, men han døde. Han gikk på narkotika og sånt, så han krasjet med en lastebil. Silje tenkte på hvor mye penger de

hadde spart hvis han hadde sluttet å røyke. Da kunne hun sikkert ha fått seg en hest. Moren ville til Kreta. Steffen ville ha firhjuling. En dag senere fikk Stian (pappaen) lungekreft. Han døde nesten, men overlevde. Etter dette sluttet han å røyke. Noen uker senere dro de til Kreta og Silje på rideskole. Steffen fikk firhjulingskurs! Etter han sluttet å røyke levde de godt hele livet.



6. klasse Lensvik skole, 2008

BARE EN TUR I BUTIKKEN

Sondre skulle på butikken utenfor byen. Han måtte gå igjennom hele byen. Han gikk til en kafé for å kjøpe is. Han gikk forbi et bord med to menn. De var visst fulle. Det sto til sammen åtte pils på det lille bordet! Da så han det. De hadde stoff! Altså, narkotika. Da de så at han hadde stoppet, sa de til han: "Vil du ha noen?" Sondre tenkte seg om. "Nei takk, du." "Jo da, bare ta ett par, du!" sa han andre. Han holdt posen med stoffet i, rett foran nesen hans. Han tok de to og puttet de i sekken. Det kan jo ikke skade å ha de, men ikke bruke de. Han droppet isen.

Han fortsatte å gå til butikken. Han gikk forbi noen politimenn som sto og så rart på han. Da merket han at sekken var åpen og posen som inneholdt stoffet syntes! Politimennene gikk fort mot han. De rev halvveis av han sekken. De studerte innholdet i posen grundig. Det var en politimann som kom og spurte hvor gammel han er. "Snart 13," sa han. De tok han med på politistasjonen. De spurte han hvor han bodde, hvem som er foreldrene hans og så mye, mye mer.

Mammaen til Sondre kom etter hvert. Hun fikk helt sjokk når hun fikk høre hva som hadde skjedd. Politiet sa at han måtte sannsynligvis bli med til barnevernet. Han fikk tårer i øynene, det fikk sannsynligvis mammaen hans også. Barnevern? Det kunne jo ikke stemme! Det kan ikke være sant! Det var jo bare en tur på butikken. Høres det ut som en bra slutt?

Så tenk deg nøye om før du tar slike avgjørelser, for du kan lett havne i slike situasjoner tilslutt hvis du tar feil avgjørelser. Jeg vil råde deg til å ikke gjøre slik som Sondre.



HVORFOR?

*Hvorfor røyk?
Hvorfor øl?
Hvorfor dop?
Hvorfor gjøre alt det?
Er det som å ta egne valg?
Er det om å være tøff nok?
Det vet ikke jeg.
Jeg synes det er bare teit.
Hva er vitsen å bruke
penger på det,
når du kan bruke det på
en ferie eller noe sånt?
Jeg skjønner bare ikke
vitsen.
Du blir rusa, føler deg
lykkelig og våkner
om morgenen og er helt
forferdelig.
Det skjønner jeg bare
ikke.
Når du kan være med
venner
og være lykkelig hele
tiden.
Så neste gang du blir
utsatt for
dop eller noe sånt
TENK deg om først.*

Inspirasjon

"Mitt bønnekort" ble delt ut til alle som deltok på Inspirasjonsdagen i Larvik. Her ble vi oppfordret til å be for hvert vårt rom på Riisby nordre eller søndre. Denne oppgaven kunne vi ha helt for oss selv. Men vi ble også inspirert til å sende en hilsen til den personen vi ber for, gi dem vår adresse og på den måten bli en kontaktperson.

DHBs internasjonale bønnedag var et naturlig samtaleemne, og ideer ble delt mellom foreningene. Et sted var alle byens menigheter kontaktet, et lite DHB notat sendt ut og oppfordringen gikk ut: Vær med å be for arbeidet DHB står i. - Uro over alkohol og rusgift som



øydelegg mange mennesker, har vært og er DHB sitt hovedmål. Sanger og evangelist Berit Sunde Olsen var dagens inspirator. Berit har i mange år hatt mange mennesker med problemer hjemme hos seg til behandling, og hun kan fortelle at mange, mange har fått et nytt liv. Lovsang og budskapet om en levende Frelser er en stor del av hennes liv.

Berit har mange reiser rundt i vårt vidstrakte land. Der forteller hun også fra sitt eget liv med incest og vanskeligheter. Hun formidler budskapet på en slik måte at vi alle sammen skjønner hva hun sier.

"Det er flott med disse bønnekortene, og kjempefint med dette dere kan sende til Riisby, det forteller meg om bønn og arbeide. Vi kan gjøre noe konkret. Vi kan be og vi kan vise omsorg. Kjempefint. Vi får være redskaper i Herrens redskapskasse, og lar vi oss bli brukt av Herren lever vi i spennende tider. Vi er skjult i Kristus, og Han sa: "Ta mitt åk på dere, et åk bæres av to, Jesus og meg." Jeg vil oppmuntre dere. Stå på, det nytter!"

Et par dager etter at Berit hadde talt på DHBs inspirasjonsdag, skrev Anne Gustavsen følgende i Korsets Seier: Pinsevern, omsorgsarbeider og

forkynner Berit Sunde Olsen ble i går hedret av Frikirkelig Studieråd. Prisen ble utdelt i Kirkens Hus i Oslo av Hege Fossum, daglig leder av Frikirkelig Studieforbund. Overrekkelsen ble ledsaget av varme ord og svingende jazzmusikk.

Prisen Læringsfelleskap for alle i 2008 deles ut av Frikirkelig studieforbund og gis til enkeltpersoner eller grupper som gjennom sitt arbeid har ført til økt engasjement for livssituasjoner eller for frivillig menighets- og samfunnsengasjement.

- Denne prisen skal stimulere og motivere lokale menigheter, samt organisasjoner og ressurspersoner til å arbeide for økt tilrettelegging, integrering og tilgjengelighet til læring, sa generalsekretær i Voksenopplæringsforbundet, Sturla Bjerkaker, som sto for den offisielle overrekkelsen til årets prisvinner fra Larvik.

- Berit Sunde Olsen bruker læring som virkemiddel både for å hjelpe mennesker til å få et bedre liv, og for å gjøre andre i stand til å yte omsorg for dem som trenger det. I mange år har Berit holdt seminarer i menigheter og organisasjoner landet rundt, både innenfor eget trossamfunn og andre kirkelige sammenhenger.



Kort nytt

- Rusmedisinsk team i Helse Bergen vil gjera det lettare for helsepersonell å spørja pasientane om alkoholbruk. Det vil m.a. verta utarbeidd eit spørjeskjema. Lækjarar og sjukepleiarar er ofte redde for at pasienten skal verta fornærma. Ikkje alle har nok kunnskap om alkohol og helseskader. Over 60 ulike sjukdomar er direkte kobla til alkohol. Spørsmål om kor ofte dei drikk og kor mykje dei drikk bør verta rutinespørsmål.

- Statens institutt for rusmiddelforskning (SIRIUS) har lagt fram ein evalueringsrapport om prøveskipnaden med sprøyterom i Oslo. Rapporten er heller negativ. Det har vore få brukarar, og det vert slege fast at sprøyterommet ikkje har ført til reduksjon av overdoser/overdosedødsfall. Det vert også peikt på at sprøyterommet kan bli oppfatta som eit signal at samfunnet aksepterer bruk av narkotika.

- Helse og omsorgsminister Bjarne Håkon Hanssen (AP) tek eit oppgjær med norsk rusomsorg og seier den heng ikkje saman. Hanssen seier at det er mykje å ta tak i, som t.d. meir samarbeid mellom staten

og kommunane, større satsing på fleire institusjonar og utbygging av ettervernet.

- Nordmenn drikk meir enn nokon gong. Berre 10% er fråhaldsfolk. I snitt drikk vi to liter rein alkohol meir pr. år enn i 1982. På Austlandet drikk menn 302 flasker øl, 23 flasker vin og 9 flasker brennevin og 7 flasker rusbrus. Kvinner drikk 60 flasker øl, 22 flasker vin og 8 flasker rusbrus.

- Folk vert meir klår over helseskadane ved passiv røyking. Medan 17 prosent sa seg heilt eller delvis samd i utsagnet: "ingen får røyk heime hjå meg" i 1993, svara 75 det same i 2006. Av daglegrøykarane vil 51 prosent ha ein røykfri heim. Folk vil heller ikkje husvære der det luktar røyk seier meklarbransjen.

- Professor Fanny Duckert har forska på og behandla alkoholbruk i 25 år. Ho seier det er nordmenn og finnar som ikkje tolererar at folk vil ha brus i staden for alkohol. Det er typisk norsk at fråhaldsfolk vert mobba. Det einaste som vert godteke er at ein let vera å drikke når ein er gravid.

Anne Johanne Kvale

Andakt

Til ettertanke

Det er et visdomsord som kom til meg nå, som lyder slik:

GÅRSDAGEN ER FORBI,
MORGENDAGEN HAR INGEN SETT, I
DAG HJELPER HERREN.

Tenk så flott! Vi har jo ingen garanti for morgendagen, men i dag kan vi sette vår lit til Herren, han som har all makt i himmel og på jord. Det er så mange krefter og røster med uro og bråk rundt omkring oss. Djevelen gjør alt han kan for å dra oss bort fra sannheten.

Sannheten, ja, hva er det?

Jo, det er Jesus Kristus. Han sier: Jeg er veien, sannheten og livet.

Hør så godt og trygt det høres ut.

Tenk så heldige vi er som har fått høre om Jesus fra vi var små. Det er ingen selvfølge i dag. Han har gitt oss evig liv ved sin død og oppstandelse.

Når jeg skriver dette, er det sommer og ferietid. Vi koser oss og gleder oss sammen med våre kjære. Vi er så glade i dem og viser dem vår kjærlighet på den beste måten.

Slik ønsker Jesus å være sammen med oss og han viser oss sin uendelige godhet og kjærlighet.

Kan bare si ham TAKK.

*"Jeg vet intet om i morgen
Kanskje best for meg det er
Men jeg kjenner en som vet det
Det er Han som har meg kjær."*

Hilsen Anne Grete Olsen





Det Hvite Bånd verden rundt

Bøn er trua si mor

Veit du korleis du skal be? Kjenner du på at det er noko som manglar? Dersom du kjenner på dette, kan det vere tid for deg at du vender deg til Jesus og spør: "Herre, lær oss å be." Jesus gav oss eit godt døme då han lærde oss Fader Vår, bøna over alle bøner. Den viktigaste delen i den bøna er: "Skje din vilje på jorda så som i himmelen." Ved å lære oss korleis vi skal be, har Jesus gitt oss nøkkelen til dei ressursane Gud har av kjærleik og styrke. Jesus tok seg tid til å be kvar dag. Det treng vi og. Vi kan finne tid mellom våre daglege gjeremål.

Eg tar buss til arbeid og det tar over ein time. Mens eg sitter på bussen, bruker eg tida til å be. Av og til høyrer eg på god kristen musikk samtidig som eg ber, fordi det hjelper meg å fokusere tankane mine.

Det hender eg er for trøyt til å be, då ber eg enkelt: "Jesus Kristus, Guds Son, hjelp meg." Dette gjentar eg til hjarta mitt vert roleg. Vi kan be til Gud kva tid som helst og når som helst. Det er viktig å finne seg ein stille stad der ein kan be.

Eg er og mor og husmor, så den rolege staden kan vere på kjøkkenet mens eg baker eller lager middag til familien. Når eg er aleine med Gud på denne måten, kan eg fortelje Han alt som har skjedd om dagen, og legge bekymringane i Hans hender.

Når du og eg som Kristi læresveinar, ber i lag og venter på svar, treng vi ikkje vente forgjeves. Vår Herre vil at vi skal vere kanalar for Han, som Han kan sende sin kjærleik og styrke gjennom.

Har vi hugsa å be om nye arbeidarar til Hvite Bånds arbeid? I vårt land er det mykje ugjort. Vi treng å be om å få nye Hvite Bånd søstre. Det er og vår oppgåve å be for dei som arbeider i våre menigheter og foreningar, vi treng å be for lokale leiarar, avdelingsleiarar og leiarar på vedensbasis.

Vi treng å løfte våre prosjekt og aktiviteter i Det Hvite Bånd i bønn. Vi treng å huske at det viktigaste vi kan gjere for Vår Herre, er at vi menneske ber for kvarandre. Det er grunnen til at WWCTU sin bønnedag er slik eit viktig prosjekt for evangeliseringsavdelingen.

Irja Eskelinen, Finland
(oversatt av Brita Nilssen)

Eg gir ikkje opp

*Eg gir ikkje opp
Sa treet
Det kraup langs marka*

*Eit tre
Skal veksa
Rett opp
Det veit
Alle*

Torgunn Søyland Skoglund

*Etter mykje møde
Retta stammen på seg*

*Det nytta.
Mesteparten
Av treet
Peikar oppover*

Mitt hjørne

Går du på restaurant i Roma vil folk sette seg ved siden av det ene bordet hvor det sitter noen, i Norge setter man seg heller på behørig avstand. Det er rent kulturelt. I Norge har vi helter som Nansen og Amundsen. Vi dyrker det ensomme mennesket som har nådd en topp eller pol. Og skogsturen er vellykket hvis du ikke har møtt på en levende sjel.

Dette plukket jeg fra en lengre reportasje i avisa for litt siden. Det var noe å tenke på.

I litt større forsamlinger hender det at jeg er første "mann" som setter meg ved et bord. Helt bevisst. Så kommer det noen og sier: Sitter du her alene?

Hvorpå jeg svarer: Ja, jeg er så spent på hvem som vil sette seg ved siden av meg. Og mang en artig samtale er

kommet ut av det. Men også: Jeg sitter fremdeles alene. Tilbake til tankekorset mitt – hvorfor er vi nordmenn slik? Har vi så liten tid, at det å være alene er bekvemt? Er vi glad for å slippe å bruke av tiden vår til en prat i butikken? De fleste kassadamer i dag er opplært til å se på oss og å si noen hyggelige ord. Følger vi det opp? En ungdom i køen trippet for å få betale før meg. Du har sikkert liten tid, så gå først du, sier jeg. "Ja, det kan være greit å komme fort hjem fra skolen." Så fikk jeg et hyggelig smil til takk.

De sitter der dag etter dag med loddbookene sine, de fleste farer forbi, noen stanser. En pensjonist med rullator stopper, setter seg litt på rullatoren, og jeg ser på blikket – "her er det noen som jeg kan prate litt med." Og hun er ivrig, spør hva organisasjonen arbeider med.

Oi, det var ikke helt vanlig å få det spørsmålet. Etter en tid tok de seg inn, helt til de oppdaget at kaffen ble kald.

Telefonen ringer, og en ukjent stemme snakker til meg med fornavn, og det høres ut som hun kjenner meg godt. Lang prat før hun kommer fram til det hun skal selge. Har du hatt slike på tråden? De har i sannhet gått på kurs. Ja, kanskje det var det vi skulle, ta et kurs, muligens er det nok om vi bare tenker oss om.

På neste tur i skogen møter vi en med tid til å prate. Faktisk så går vi der og forteller dem om vårt engasjement i Det Hvite Bånd, nettopp fordi min samtalepartner var så bekymret for sin venns rusproblem.

***Søsterhilsen
Anne Grethe***



Ei bok om glede

Etter seks år er Karsten Isachsen attende med ei ny bok, og for ei bok!

I føreordet skreiv han fyljande: "Jeg har en tro som stort sett består av spørsmåltegn: Hvor kommer vi fra? Hva skjer når vi dør? Finnes det en Gud? Hva er meningen med det hele? Jeg har ikke funnet sikre svar. Men jeg velger å leve med alle mine spørsmål innenfor kirken, og ikke utenfor murene. Det er ikke mye jeg har grepet eller forstått. Men jeg er grepet, og føler meg forstått av Jesus. Nå håper jeg at

du, når du leser får oppleve et glimt av ham."

Eg trur at mange vil kjenne seg att i dette føreordet og i tekstane. Boka er delt inn i 12 bolkar og desse att i korte tekstar på berre nokre få sider.

Ein av bolkane heiter "Gledens Gud" som også er tittelen på boka. Her er mykje som gjer ein varm om hjarta.

Det er ei bok det er godt å ha på nattbordet. Det er ei bok ein gjerne vender attende til.

Karsten Isachsen er ein raus person både i skrift og tale. Mange har fått ei god innledning på dagen ved å lytte på andaktane hans i radio, og han har ein stor lesekrins.

Året si bok er fullt på høgde med det han tidligare har gjeve ut, og ho bør få mange lesarar. Er du av dei som gjer bøker som julegåve, er dette ei bok ein trygt kan anbefale.

Karsten Isachsen:
GLEDENS GUD
Avinor Forlag.
Anne Johanne Kvale

Det vil komme utdrag fra boken i julebladet. Gled deg!

Riisby søndre – Bente har snekret møbler!

Bente Olstad forteller at hun ikke har snekkererfaring fra før. Under kyndig veiledning fra Kåre på Riisby Søndre har hun imidlertid nå laget flotte møbler som snart skal pryde hennes nye hjem i Fredrikstad. Skapet og bordet har glass i dører og plate, og er malt lekkert hvitt.

Det er ingen tvil om at dette er kvalitetsmøbler. Disse gode håndverksproduktene som lages på snekkerverkstedet på Riisby vil være av morgendagens antikviteter!

Bente og hennes møbler er også et fint eksempel på at det meste nytter bare en setter seg mål og bestemmer seg for at dette skal man klare.

Kirsten Sætheren Lande



Ta vare på kvarandre

Det er med spaning eg tek til lesinga av Kvite Bånd bladet når det dukkar opp i postkassa. Etter eg hadde lese gjennom det siste nummeret vart eg sitjande lenge og tankane var mange.

Eg er organisasjonsmenneske og eg har vore redaktør av mange publikasjoner. I slike posisjonar vert det gjerne både ros og ris. Det er godt å få gode tilbakemeldingar, og det er greitt med konstruktiv kritikk. Men når eg las artiklane til leiar og redaktør vert eg lei meg. Det er noko som skurrar. Slik skal det ikkje vera.

I organisasjonen vår brukar vi mykje ordet søster. Vi skal vera søstre og medmenneske. Vi skal

ta alt i beste meining, og ta vare på kvarandre. Det er greitt å koma med kritikk, men det må vera på sakleg grunnlag. Alle vil vi organisasjonen sitt beste.

Sjølv her eg vore borte frå spaltene ei tid. Eg har slitt med sjukdom både fysisk og psykisk. Eg var uheldig og braut både han og fot, men har blitt utruleg bra. I fleire år har eg tidvis slete med depresjon. Eg har fått god fagleg

hjelp og vener har stilt opp.

I skrivande stund (medio august) sit eg i mi gamle stove heime i Angedalen i Førde. På veggen er eit portrett av mi kjære mormor. Ho var heile grenda sin gode hjelpar i gode og vonde dagar. I livet var ho der med si hjelpande hand. Ho var eit føredøme for mange. La oss ta vare på kvarandre.

Anne Johanne Kvale

Ja, her om dagen kom det en sending fra Anne Johanne – ”Å så flott å se at du er kommet til krefter igjen!”

Vi ble så glade. Er veldig takknemlige for det Anne Johanne skriver og det på så korrekt nynorsk. Vi gleder oss til mer stoff fra hennes hånd.

Redaksjonen.

Hva andre skriver

Kilde: akan.no

Pengespill og arbeidsliv

Pengespillavhengighet karakteriseres av gjentatte episoder med pengespill som dominerer personens liv på bekostning av sosiale, arbeidsmessige og familiemessige verdier og forpliktelser.

AKAN kompetansesenter har det siste tiåret fått et økende antall bekymringsmeldinger med hensyn til arbeidstakere som viser tegn på pengespillproblemer. Det er nesten 40 000 arbeidstakere med pengespillproblemer i det norske arbeidslivet.

Pengespillproblematikk er tatt inn som et nytt område i

kompetansesenterets arbeid.

Pengespillproblemer utvikler seg raskt og går gjerne gjennom ulike faser: Vinnerfasen, tapsfasen og desperasjonsfasen.

I vinnerfasen oppleves store gevinster, og en vinner ofte mer enn en taper.

I tapsfasen er spilleren overdrevent optimistisk. Spilleren forsøker å vinne igjen det tapte. Resultatet er at pengeforbruket øker mens spilleren taper mer og mer. Når gjelden øker vil noen låne penger fra familie, venner eller arbeidsplass for å finansiere jakten på den nødvendige gevinsten.

I desperasjonsfasen har pengespillet fått en gjennomgripende karakter, og spillet har fått store konsekvenser både økonomisk og sosialt. Når spilleren ikke lenger kan se noen løsning på sine problemer, vil han kunne oppleve depresjon og tanker om selvmord.

Dette kan få dyptgripende konsekvenser for den pengespillavhengige selv, for familien og for arbeidsplassen.

Ved at den ansatte med pengespillproblemer får hjelp på et tidlig tidspunkt kan disse skadene begrenses.

Kilde: nrk.no

Når bør varselklokkene ringe?

- Jo høyere forbruket er, jo vanskeligere blir det å skru av knappen når man går ut i arbeidslivet, sier Kari Lossius, klinikkssjef for Stiftelsen Bergensklinikkene. Hun har hatt samtaler med studentfadderne i Bergen før semesterstart.

- Varselklokkene bør ringe dersom man sliter med angst og er deppa, har opplevd et plutselig traume eller at

noen i familien har utvikla alkoholavhengighet.

- Man bør også passe seg dersom man merker at man lett opplever kontrolltap når man drikker, eller at man bruker alkohol som selvmedisinering, sier Lossius. Studenter utvikler så sterk avhengighet at de drar med seg vanene inn i arbeidslivet.

Undersøkelser viser at 37 prosent av studentene ved Universitetet i

Oslo har et helseskadelig forbruk av alkohol. For NTNU i Trondheim er tallet hele 44 prosent.

Kvinner dropper middagen for å kunne ta seg noen glass med vin eller noen drinker og fremdeles holde seg slanke. Tall fra USA viser at 30 prosent av kvinnene mellom 18 og 23 år sier at de har spart på matinntaket til fordel for alkohol, ifølge The Morning Show.

Nye kort til bruk i Blomstermisjon!

Kilde: dagbladet.no

Hver 5. pasient har alkoholproblemer

En undersøkelse som er gjennomført blant somatiske pasienter i Helse Bergen forteller at hver 5. pasient har alkoholproblemer.

Grunnet andre lidelser er pasientene innlagt. Leger og sykepleiere oppdager alkoholproblemene etter hvert. Personell innen helsevesenet vegrer seg for å snakke med pasientene om alkoholproblemer.

Helsepersonell frykter at pasienten skal stille spørsmål tilbake. Ikke alle leger og sykepleiere har nok kunnskap til å kunne ta opp alkoholrelaterte problemer.

Leder Jørgen J. Jørgensen i Rusmedisinsk legeforening sier legene alltid skal spørre pasienten om røyking og alkohol, men innser at unge leger kan oppleve det som vanskelig. Et spørreskjema er foreslått. Spørsmålene bør bli en del av rutinen, for kunnskapen omkring alkohol og helseskader må bli bedre.

Når julen nærmer seg, blir Blomstermisjonen spesielt aktiv. Mange Hvite Bånd søstre går på besøk til rusmisbrukere, eldre og syke i en slik stund. Noen går med blomster, andre med konfekt, en CD-plate, småkaker, noe godt lesestoff. Ja, mulighetene er mange, og vi husker alltid å legge ved et blomsterkort.

I år kan redaksjonen tilby blomsterkort med julemotiv og juletekst!

Pakker med 32 kort, div. motiv og tekster. Pris pr. pk. kr. 140,-
Send din bestilling tidlig, husk også å ta med Det Hvite Bånds juleblad på besøket!

Vi har også nye kort m/skriftsteder – "helårs," div. motiver og tekster.

Bestillingseddelen sendes til:
Det Hvite Bånd redaksjonen,
Hortensv. 167
3157 Barkåker

Send følgende til: _____

Adr: _____

Postnr: _____ Sted: _____

Vi bestiller: _____ **pk. blomsterkort (32 stk. jul) kr. 140,- (+ porto)**

_____ **DHBs juleblad til utdeling (gratis)**

_____ **pk. blomsterkort (12 stk.) kr. 42,- (+ porto)**

_____ **pk. blomsterkort (18 stk.) kr. 90,- (+ porto)**

Ettersendes ikke ved
varig adresseendring,
men returneres til
avsenderen med
opplysning om den
nye adressen

B - PostAbonnement

Returadresse:
Det Hvite Bånd
Torggata 1, 0181 Oslo

Bønnekroken

Vi ber for Det Hvite Bånd arbeidet i Sogn og Fjordane krets.

*Noen spesielle bønner blir
sendt opp for kafédriften i Naustdal.*

Ord til ettertanke

Bibelen sier: Stå opp, for det er din sak å ordne dette, men vi skal stå sammen med deg. Vær ved godt mot og gå til verket! (Esra 10.4)

Se alt du har å gjøre som en gudstjeneste, da blir du sterk og glad i din gjerning.

Juveler må ut i lyset for å skinne.

Det er det du gjør og ikke det du sier som viser hvem du egentlig er.

Bønn er mitt viktigste arbeide, og det er med bønnens hjelp jeg utretter alt det øvrige.

Ingen glede er varig uten at den deles med vår neste.

Humor er den korteste avstanden mellom to mennesker.

For Gud, heim og alle folk