

Det Hvite Bånd

– en rusfri verden

«For Gud, heim og alle folk»



102. årgang nr. 5/6 2012



Bjørgvin Krets sin årlige barneleir
1.–3. juni 2012



Alle bilder brukt i bladet er gratis fra public.domain eller privat
Frist til neste blad er 20. oktober 2012

Innhold

Landsleder hilsen.....	3
Informasjon er viktig!	4
Alkohol er helseskadelig.....	6
Kjøring i påvirket tilstand i Norge	7
Riisby: Helsing frå Riisby.....	8
Riisby: Tirsdagsgruppa.....	9
Troskap i tjenesten!	10
I kjærlighetens lys.....	10
Vitnesbyrd: «Bønnen er nøkkelen til nådens dør»	11
Gateprest for Ungdom i Oslo.....	12
Informasjon: Ungdom drikker på seg skader	13
Stil fra en ungdom: «Vendepunktet i mitt liv»	14
Avd. Barn og Junior.....	16
Barne- og ungdomssider	17
Selmas sider	18
Oppskrift på mat fra mange land	20
Bergny beretter: Det Hvite Bånd «etter de første 100 år»	21
Utdanning: Narkotika - hva er det?	22
Utdanning: Slutt å røyke få bedre helse	23
Evangelisering avd.: HUSK 28. september er Det Hvite Bånd Bønnedag	24
Familieavd.: Kva kan vi i Det Hvite Bånd gjera for born som slit?	25
Verdenskongressen: Adelaide, South Australia 3.-8. mai, 2013	26
Verdenskongressen: Innmeldingsskjema	27
Krets og foreninger:	
Kretsårsmøte Rogaland Krets.....	28
Kretsmøte i Viken Krets 24. april.....	29
Årsmøte i Vestfold og Telemark krets 17. mars.....	30
Vårfest i Norheimsund Kvite Band	31
Hilsen fra Landskontor: «Gleden i Herren er min styrke»	32
Gaver og Appell	33
Artikkel: Eldre og rus	34
Brev fra Ban Ki-Moon (Generalsekretær i FN).....	35

Det Hvite Bånd «For Gud, heim og alle folk»



UTGIVER: Det Hvite Bånd
Landskontoret: Torggt. 1, 0181 OSLO
tlf. 23 21 45 37 (telefontid 10.00–14.00)
Faks: 23 21 45 01
Giro: 7874.06.24252
Org.nr.: 971 422 025
hjemmeside: www.hviteband.no

LANDSKONTOR:
Kontorregnskap: Eva U. Trobe Tlf. 23 21 45 36
Kontorsekretær: Eva Djupvik Tlf. 23 21 45 37
E-post: DHBkontor@actis.no

REGNSKAP:
Actis Regnskap v/Katrine Isaksen, vikar.
Tlf. 23 21 45 12
E-post: katrine@actis.no

REDAKTØR: Brita Nilssen, permisjon
Hovedansvarlig medarbeider:
Margaret Østenstad, mob: 473 99 402
E-post: wwctu.most@c2i.net
Stoff sendes til Landskontoret

PRODUKSJON, LAYOUT OG TRYKK:
Haugesund Bok & Offset AS
opplag: 2 000
Medlemskontingent kr 200,- pr. år.



LANDSLEDER
Margaret Østenstad
Ryggehaugvegen 13, 4265 HÅVIK
tlf. 52 84 29 93/473 99 402
E-post: wwctu.most@c2i.net
Leder for Internasjonalt Utvalg



BARN OG JUNIORLEDER/Avd. leder
Brita Nilssen, permisjon



NESTLEDER
Aud Bodil Brekka
tlf. 35 98 94 50



LANDSSTYREMEDLEMMER
Aud Karin Førland (Kasserer)
Postboks 1596, 5505 Haugesund
tlf. 52 71 23 62, mob. 413 37 043



Jenny Kristiansen
tlf. 77 69 95 04



Anne Grete Olsen
Avd. leder Evangelisering
tlf. 37 08 84 63



Maria S. Moe
Tlf. 99 38 38 59

Landsleders hilsen



Margaret Østenstad

Kjære deg!

Nå går vi mot høst og kan ser tilbake på en regnfull sommer. Men vann er livsviktig! Følgende utsagn viser til betydningen av å gi vann til de som trenger det, og fra vår synsvinkel, bidra til å redusere bruken av alkohol som en erstatnings drikke. **«Selv om ingenting kan være enklere enn et glass vann, er det ingenting mer fantastisk (spennende) for dem som har levd uten vann. Vann er den første katalysator for samfunnets transformasjon. Det er virkelig første skritt for å bryte ut fra ekstrem fattigdom. Mangelen på rent vann er den ledende årsak til død og sykdom i verden. «Gi vann» kampanje eliminerer en arbeidsintensiv ork og overvinner en byrde som alltid ville hindre folk fra å bryte ut av fattigdom».** Takk til dere som har gitt til DHBs innsamling til «Brønn». Det er ennå tid. Se side 33.

Det er flere kommende dager som gir oss mulighet til å dele fakta om alkohol og andre rusmidler. Dette vil gi mennesker opplysning om vår organisasjon der vi mener totalavhold er det beste og alkoholfritt det beste alternativet.

28. september (Frances Willards bursdag) er Det Hvite Bånd BØNNEDAG. Dette er en spesiell tid for å prise Gud for alle Hans velsignelser og å søke hans veiledning for vår fremtidige innsats. Det er makt i bønn. I Mark 2, 3 fortelles det om en mann som ble båret frem for Jesus av sine venner. Slik kunne han få legedom og syndenes forlatelse. Vi som kristne skal bære andre frem for Gud i bønn, slik den lamme ble båret frem for Jesus.

Bønnens makt

*«På kne i stille bønn for Gud der åpnes livets dør.
Der kommer trette sjeler frem for ham.
Der er det liv og kraft å få for trette syndere.
Og Gud han setter hjertene i brann!*

*Kor: Ja, bønnens makt er helt unektelig utenkelig,
den løser bånd og setter sjeler fri.
Ja, jeg vet at mor og far de ba min sjel til livets vann
og jeg takker Gud at jeg kom hjem til Ham.”*

Det er veldig viktig å huske hvorfor vi ber. Jesus sa at hedningene ramser opp mange ord for de tror at da blir de hørt. Men Gud hører det minste hjertesukk. Han kjenner våre hjerter. Vi må ikke be for å vise oss frem, men heller gå inn i vårt lønnkammer og lukke vår dør før vi ber. Vårt lønnkammer er et sted der vi «ålene med Jesus er», som det står i sangen «Ved Jesu føtter» - et sted der vi er alene med Jesus. Det er her vi skal bære våre bønnebarn frem for Ham. For en trett sjel vil lønnkammeret bli et sted der vi får kraft og liv, og hjertene kan igjen settes i brann. Bruk lønnkammeret til å legge dine kjære i Herrens hender, til å få styrke og liv fra den løfterike Herren!

2. oktober er Verdens Nei til Alkohol Dag. Dette er en annen mulighet til å informere offentligheten om problemene forårsaket av alkohol og å oppmuntre til avholdenhet som et klokt valg av livsstil.

Spørsmål om alkohol, narkotika og tobakk fortsetter å være svøpe i vårt samfunn, og det har vært tragisk å se så mange dødsfall blant unge mennesker. Disse dødsfallene har vært på grunn av alkohol og dens innflytelse. Dette skjer overalt.

Visste du at, ifølge WHO (Verdens Helse Organisasjon) dør 2.5 millioner mennesker hvert år på grunn av alkohol? Dette er på linje med HIV/Aids og langt fler dødsfall relatert til malaria! Så dette er alvorlig og det er noe vi alle er kalt til å gjøre noe med. **Vær med!**

*Kjærlig hilsen,
Margaret*

“Vet minst i Europa om alkoholskader” stod det med fete typer på første side i avisen Vårt Land, torsdag, 5. juli 2012.

“Bare en av tre nordmenn har fått med seg at alkohol øker faren for hjerte- og karsykdommer. Kun en av fem vet at alkohol kan føre til kreft.”

Guri Spillhaug, leder for Senter for rus og uavhengighetsbehandling mener undervisning om alkoholskader må inn i undervisningen allerede på barneskolen, og sier i samme artikkel: “Jeg tror mye mer på kunnskap man får som liten enn på store plakatoopplysninger senere.”

Videre inne i artikkelen med overskrift: “Drikker uten å kjenne

helsefaren” har Petter Egge intervjuet Aud og Arve Altern: **“som ikke hadde hørt om alle helserisikoene forbundet med alkohol, og var skuffet over folkeopplysningen”.**

Videre i artikkelen viser de til en undersøkelse Sentio gjorde for Actis i 2011 om nordmenns kunnskap om skadevirkningene av alkohol.

1000 personer under 15 år ble stilt spørsmål om alkohol på telefonen.

33 prosent var enig i at alkohol kan føre til hjertesykdommer, **19 prosent** var enig i påstanden at alkohol kan føre til kreft. Da samme spørsmål ble stilt i de 27 EU-landene, hadde ingen andre land så lav bevissthet som Norge på disse spørsmålene. (sitat slutt VL)

Dette sier oss at vi i DHB må fortsette med å videreformidle til barn, unge og voksne vårt viktige arbeid. Nemlig å gi god, tydelig og korrekt informasjon om alle alkoholens skadevirkninger både helsemessig og sosialt i samfunnet vårt.

Vi må bruke alle de kanaler og midler som er tilgjengelige i våre dager, DHB bladet vårt, plakater, brosjyrer og ikke minst, media og internett.

Det er ikke bare det offentlige sitt ansvar, men like mye oss som organisasjon og deg og meg som enkeltindivid.

Brita Nilssen

Feriedrikking inn i hverdagen

Daglig drikking i ferien kan bli problematisk når man er tilbake i hverdagen. Ekspertene råder folk til å følge med på eget alkoholkonsum og stille seg selv spørsmålet «drikker jeg for mye?».

Av: Hildegunn R. Hov

STAVANGER: En undersøkelse publisert av A3-OG-EL i november viser at halvparten av nordmenn som ferier i ferien, med barn til stede, drikker mer enn de gjør i hverdagen. 31 prosent oppga at de drikker mer enn de gjør i hverdagen daglig, og 19 prosent oppga at de drikker mer enn de gjør i hverdagen, men ikke mer enn de gjør i ferien.

– Sommersferien er en periode der mange kommer seg med mer skolebarn, sier Petter Egge, leder for Senter for rus og uavhengighetsbehandling, som skal handle på et forebyggingsprosjekt, som skal handle på et forebyggingsprosjekt, som skal handle på et forebyggingsprosjekt.

Uten ansvar
De fleste tenker vel først og fremst på å ha en god ferie, men når de kommer tilbake, kan de oppleve at de har drikket mer enn de gjør i hverdagen. Det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

Skadevirkningene
Ekspertene sier at det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.



Foto: NTB/Scanpix. Feriedrikking inn i hverdagen. Ekspertene råder folk til å følge med på eget alkoholkonsum og stille seg selv spørsmålet «drikker jeg for mye?».

Drikker uten å kjenne helsefaren

Petter Egge
petter.egge@vl.no

NORDMENNENS ALKOHOLKUNNSKAPER

Nordmenn vet minst i Europa om alkoholens skadevirkninger.

– Det er vanskelig å gi noe tall på hvor stor risiko alkoholen utgjør ved så eller så mye drikking, men det er utvilsomt at bruk av alkohol er en medvirkende årsak til over 60 sykdommer, hvorav hjerte- og karsykdommer er de mest alvorlige, sier Guri Spillhaug, leder for Senter for rus og uavhengighetsbehandling ved Universitetssykehuset i Oslo.

De fleste tenker vel først og fremst på å ha en god ferie, men når de kommer tilbake, kan de oppleve at de har drikket mer enn de gjør i hverdagen. Det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

Sentio utførte i 2011 en undersøkelse om nordmenns kunnskaper om skadevirkningene av alkohol, på oppdrag fra Actis – rusfeltets samarbeidsorgan.

1.000 personer over 15 år ble stilt spørsmål om alkohol på telefon.

33 prosent var enige i påstanden «alkohol kan føre til hjertesykdommer».

19 prosent var enige i påstanden «alkohol kan føre til kreft».

Det samme spørsmålet ble stilt i undersøkelsen Eurobarometer, som gjennomføres jevnlig i alle de 27 EU-landene. Ingen av landene hadde så lav bevissthet som Norge på disse spørsmålene.

Kilder: Actis, Universitetssykehuset i Oslo, Sentio.

med et rus- eller avhengighetsproblem, det være seg alkohol eller andre rusmidler. Opp til 40 prosent har psykiske lidelser samtidig med sitt rusproblem. Dette kan gå begge veier – du kan få et rusproblem av depresjon, men også omvendt, sier hun.

En ny undersøkelse fra Sentio viser at nordmenn vet minst i Europa om alkoholskader. Bare 33 prosent vet at alkohol øker faren for hjerte- og karsykdommer, og kun 19 prosent er oppmerksomme på at alkohol kan føre til kreft.

– Det er viktig å være oppmerksom på at det er en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange, og det kan være en utfordring for mange.

helsedepartementet, Tord Dale, synes ikke funnene i undersøkelsen er overraskende.

– Vi har nok hatt for lite debatt om skadevirkningene av alkohol i Norge, både når det gjelder virkningene på den som

«Jeg tror mye mer på kunnskap man får som liten enn på store plakatoopplysninger senere»

Guri Spillhaug, leder for Senter for rus og uavhengighetsbehandling

drikker og på de rundt, sier hun. Dale påpeker at regjeringen derfor har viet skadevirkningene mye plass i rusmeldingen de la frem nylig.

– Vi trenger å bidra til mer informasjon og kunnskap om dette, blant annet gjennom helsejenesten og det offentlige velferdssystemet.

Dale er imidlertid skeptisk til å legge inn mer undervisning om dette i skolen.

– Det er nok like viktig å treffe voksenbefolkningen med informasjon om dette, gjennom for eksempel kampanjer, sier han.



Aud og Nerve Altern hadde ikke hørt om alle helserisikoene forbundet med alkohol, og er skuffet over folkeopplysningen.



Kari Lossius

Alkohol er helseskadelig

- Kvinner har mer fett, og alkoholen trenger vann å blandes ut i. Siden alkoholen har mindre vann å blande seg ut i i kvinnekroppen, tåler vi mindre, sier Klinikkdirektør i Stiftelsen Bergensklinikkene, Kari Lossius. (Dagbladet)

Hun forteller videre at menn også har et enzym i magesekken som gjør at all alkoholen brytes ned der. Hos kvinner brytes en del ned i leveren.

Ungdom som har sett foreldrene sine fulle, har større sjanse for å få et uheldig forhold til alkohol senere. (Aftenposten)

- For å unngå at den norske drikkekulturen arves av våre barn, må vi rett og slett drikke mindre de gangene vi drikker, sier Kari Lossius, klinikkdirektør ved Stiftelsen Bergensklinikkene

FAKTA:

- Kvinner har økt alkoholforbruket de siste tiårene mer enn menn, men menn drikker fortsatt mer enn dobbelt så mye som kvinner
- Alkoholforbruket er størst blant kvinner under 30 år
- Antallet jenter mellom 15 og 20 år som har smakt alkohol har gått ned siden 90-tallet

- Unge kvinner i Oslo drikker mer enn unge kvinner på landsbasis
- Hos kvinner i Oslo vedvarer bruken av alkohol etter de første årene med økonomisk uavhengighet, studietid og rett til å kjøpe alkohol. På landsbasis går alkoholforbruket ned med økt alder.

Kilde: sirus.no

Drikker du for mye?

Her er tegn på at du kanskje bør tenke gjennom forbruket litt:

- Drikker du mer enn andre?
- Drikker du alkohol også når alle andre velger alkoholfri drikke?
- Skjuler du forbruket ditt?
- Får du skyldfølelse når du drikker?
- Drikker du så mye at du får blackout?
- Har alkoholen et økende fokus i livet ditt?
- Gjør og sier du mye du angreir på når du drikker?

Kilde: Kari Lossius



Kjøring i påvirket tilstand i Norge

Det er vel kjent at drikking og bilkjøring er en farlig kombinasjon. Å kjøre i alkoholpåvirket tilstand kan føre til tragiske konsekvenser, og de aller fleste land tar dette på dypt alvor. Det handler selvsagt ikke bare om å kjøre i alkoholpåvirket tilstand; også kjøring mens man er påvirket av andre rusmidler, som narkotika eller medisiner, eller en kombinasjon av disse, er et voksende samfunnsproblem. Men det er fremdeles alkoholen det fokuseres mest på når politiet i ulike land arbeider for å få ned fyllekjøringen.

Kjøring i alkoholpåvirket tilstand måles i form av promille i blodet. I første omgang måler man det ved hjelp av en pusteprobe, dernest gjennom en urinprøve. Det kan også kontrolleres ved hjelp av spyttet. I Norge vil man automatisk bli tiltalt for å ha kjørt i alkoholpåvirket tilstand dersom man har en promille som er høyere enn 0,02 prosent eller 0,2 promille.

Norge var ett av de første land i verden som lovfestet en øvre grense

for hva som regnes som å kjøre i alkoholpåvirket tilstand. En lov fra 1936 slo fast at enhver som kjører bil med mer enn 0,5 promille ville miste førerkortet for en tid, i tillegg til bøter eller tilmed fengselsstraff dersom promillen var spesielt høy. I januar 2001 ble denne grensen satt ned til 0,2 promille.

Norge er ett av de land med den strengeste lovgivningen på dette området, og med den laveste promillegrensen. Land som Sverige og Polen har den samme grensen, mens enkelte østeuropeiske land som Romania, Slovakia, Ungarn, Tsjekkia og Russland ligger enda lavere, men en promillegrense på 0.

Grensen på 0,2 promille gjelder enhver fører av et motorisert kjøretøy eller fartøy. Den gjelder også for piloter og syklist. I 2010 ble en norsk mann dømt til å betale en bot på 50 tusen norske kroner og 21 dagers fengsel, pluss at førerkortet hans ble beslaglagt for 11 måneder. Dette fordi han hadde kjørt en

traktorliknende plenklipper med 0,23 i promille. I Norge kan man også bli dømt for å ha sovnet i fører-setet under påvirkning av alkohol, selv om du ikke har kjørt bilen en eneste meter.

Den nye promillegrensen vakte mange reaksjoner da den ble innført i 2001. Det ble hevdet at den var både urealistisk og upraktisk. Denne kritikken har stilnet, men Norge har fremdeles et svært høyt antall dødsofre i trafikken, målt pr. innbygger. En studie fra 2010 viste at to av 10 dødsulykker i trafikken skyldtes at sjåføren var påvirket av alkohol eller andre rusmidler.

Det ser ut til at folk flest er klar over faren ved det å kombinere drikking og bilkjøring. Utfordringen er å få dette budskapet gjennom til de som utøver en slik destruktiv praksis. Derfor er det arbeidet som avholdsorganisasjonene gjør så viktig i et moderne samfunn.

Kilder: World White Ribbon Bulletin
v/Brita Nilssen 2. Verdens Visepresident



Bilde : Free Software Foundation



Riisby

Åslaug Mjøs,
Styreleiar på Riisby



Helsing frå Riisby

Det er fint å bli kjend med den nye Bibel-omsetjinga. Kong David prisar Herren i stor glede: "Ditt er riket, Herre, og du er opphøgd som overhovud over alt. Rikdom og ære kjem frå deg, og du rår over alle ting!" Ja, 1. Krønikebok kap. 29 er fint å lesa, og teksten blir som ny i den nye omsetjinga. Vi får kvar dag gode gåver frå Herren Jesus, og vi blir glade når vi tenkjer på at Herren rår over alle ting. Han er nådig og full av miskunn, slik at vi kan gå til Han med alle ting, og bli møtt med kjærleik.

På Riisby er ferien avvikla, med ein del ferievikarer. Leiar Tove Kristin Jevne kan opplysa at pasientane har fått sin behandling som vanleg, med gruppeterapi, individualsamtaler, praktisk trening, og organisert tur kvar fredag. Det er tøft å vera rusavhengig, slik dei fleste er som kjem til behandling på Riisby. Mange har alvorlige helseplager, og sjukerommet i nybygget har vore mykje i bruk i sommar. Vi er takksame for det nye bygget. Det gjer at vi kan yta betre hjelp til dei som treng det.

Mangel på bolig er eit stort problem for rusavhengige. På Rusfagleg forum i Bergen 15. juni d.å. fekk vi vita at Norge har 6000 personar i boligkø, og 70% av dei er rusavhengige. Samstundes vart det understreka kor viktig det er for ein person å ha ein god stad å bu. Hospits, campingplasser og hotell vert ikkje rekna som gode plassar å bu. Fagfolk understreka at fast bolig ville redusera kriminalitet, redusera bruk av rusmidlar, gje mindre feilernæring, og mindre akuttbehov for tenester frå sjukehus og psykiatrisk hjelp. Fast bolig kan gje auka trivsel og betre økonomi. Sosiolog Lars-Marius Ulfrstad heldt foredrag om dette tema, han er forfatter av boka "Bolig og velferd". – Det er nok mange av pasientane på Riisby som står i boligkø. Dette å skaffa seg bolig, er noko dei brukar mykje tid og krefter på, saman med sine behandlere på

Riisby og myndighetene i heimkommunen. Dei som sluttar å rusa seg, har som regel betre sjanse til å få eit varig boforhold. Og likevel er det vanskeleg.

Riisby fekk ny driftsavtale med Helse Sør-Øst frå 1. juli 2012. Det er gledeleg. Men sommaren vart travel fordi ledelsen må tilretteleggja drifta i samsvar med avtalen. Det blir bruk for fleire nye sjukepleiarar, arbeidsturnus må tilpassast nye krav, og behandlinga skal no gjennomførast på kortare tid (6 mndr) for ein stor del av pasientane. Det er blitt ein trend at myndighetene bestemmer at same arbeid skal utførast på kortare tid no enn før! Så vil framtida visa korleis dette fungerer for våre pasientar. Som fagperson er eg redd for at myndighetene forreknar seg i denne saka.

Helsing Åslaug Mjøs



Hjertelig takk for gavene

Vi ønsker med dette å takke for gavene vi har mottatt fra:

Bjørgvin Krets	kr. 2.000,-
Stavanger Hvite Bånd	kr. 5.000,-

Gavene vi mottar minner oss på at det er mange som har gode ønsker for Riisby og det gir oss anledning til å fortelle pasientene om Det Hvite Bånd. Pengegavene forsøker vi å forvalte på beste måte slik at det kommer alle pasientene til gode, bl.a. blir en del benyttet i forbindelse med turer som arrangeres gjennom hele året.

Med hilsen
Stiftelsen
RIISBY BEHANDLINGSSENTER

Tove Kristin Jevne
Institusjonsleder

Ruth Sørseth
økonomikons.

RIISBY BEHANDLINGSSENTER
Tove Kristin Jevne,
Nordsinni 356, 2870 DOKKA
tlf. 61 11 28 00
Giro: 2075.07.18389

Riisby

Kåre P. Gravem



Tirsdagsgruppa

Andre tirsdag i måneden, unntatt juli og august, samles noen tidligere og inneliggende pasienter i Oslo. Turen fra Riisby Nordre starter kl.15.10. Vi er innom på Søndre og tar med de som vil være med derfra. Vi har fast "luftepause" på Roa. Siste året har det vært mye vegarbeid i Søndre Land, så det er godt med pause etter mye risting. Ofte er det noen som bor langs ruta som gjør avtale om å bli med oss siste stykket. Gleden er stor når vi blir tatt imot litt før kl. 18 av vertskap og tidligere pasienter.

Apriilmøtet var i nye lokaler i Treschowsgate 2. Tidligere var møtene i Sandakerveien 61. Det er i samme område og samme utleier.

Oppslutningen om gruppa er fortsatt god, selv om det merkes at færre av pasientene kommer fra Oslo. Avtalen er nå med Helse sør-øst slik at pasientene kommer fra sør og østlandet. Den gang gruppa startet, var det avtale med Oslo kommune ved rusmiddelstaten.

De som er med fra Riisby synes det er fint å møte personer som har vært innlagt for flere år siden og høre deres erfaringer med livet etter behandlingen på Riisby. Mange av disse har møtt trofast i gruppa i svært mange år. De som klarer seg så bra er aktive med å ha fokus på rusfrihet. Mange er med i grupper som AA, Lenkene, Aktiv på dagtid og lignende 1 til 2 ganger i uka.

På denne måten får de nære venner med samme livserfaring. Det er viktig å ha noen å dele både gleder og vanskeligheter med.

Eva og Knut Trosdahl er vertskap hver gang. De har klar deilig mat til vi kommer kl. 18.00. det kan være middag, koldtbord eller pizza. De har tatt imot oss i flere år. Det betyr så enormt mye at de forbereder alt det praktiske til møtet. Etterpå vasker de opp og rydder lokalet slik at det er i orden når det forlates.

Hilsen Kåre



Björg Styrmo, Knut og Eva Traasdahl, Ragnar Enger.



Aud Bodil Brekke

Hilsen fra Aud Bodil

Troskap i tjenesten!

For noen dager siden fant jeg en gammel, velbrukt sangbok etter min mor og far. Der fikk jeg se en gammel misjonssang som ble mye sunget da jeg var liten.

Jeg siterer første vers og refreng:

Hør hvor høstens Herre ømt deg kaller:
Hvem vil følge meg på marken ut.
Sjeler synker og i døden faller, Hvem
vil bringe dem mitt frelses bud?

Refr:

Herre tal – Herre tal! La en glød fra
altret rense meg.
Herre tal – Herre tal! Glad jeg svarer:
- Her er jeg, send meg.

Troskap – et herlig ord

Det rommer så mye. Det blir brukt i mange sammenhenger med positivt fortegn.

Troskap mot Gud og mennesker. Troskap i kjærlighetslivet, i familien, mellom arbeidsgiver og arbeidstaker – mellom venner! Troskap mot det kall vi har fått, himmelsk eller jordisk kall, troskap er noe av det mest verdifulle og fine som vi kan vise i vår ferd. Om vi ikke alltid lykkes fullkomment i vår gjerning, er det underlig hvordan

inntrykket mildnes om ordet troskap lyser over det hele. Troskap er å gjøre så godt en kan, så langt evner og krefter rekker, - Han som oppdragsgiver. Vår Himmelske far har sendt ut sin ordre, gitt oss et kall til å gå inn i Hans tjeneste – I Herrens tjeneste er det mange ulike felt og oppgaver å ta fatt på.

Hovedordren er å være menneskefiskere, vinne mennesker for Himmelen. Nøden i vårt samfunn roper på oss alle, det er enormt behov både åndelig og legemlig hjelp. Mennesker går til grunne på grunn av mangel på kjærlighet og omsorg. Da er det lett å ty til rusgifter!

Her må vi se vårt ansvar i Det Hvite Bånd!

La oss være en bror og søster for dem som lider, og la oss rope et høyt varsko til dem som enda har gått klar rusgiftenes forbannelse. Det er våre barn og unge som må skjermes!

Hvor er den store skare kristne mennesker i dette bilde? Her trengs en oppvåking så ansvaret for våre medmennesker blir tydelig!

Vi regner med deg, du er vel trofast på den plass du er satt?

Varm hilsen – Aud Bodil Brekke.

BREV TIL REDAKSJON

Ønsker vi, vil vi at våre studenter skal bli tatt i mot ved våre universiteter og ønsket velkommen med øl av fadderne? Når vi vet hvor alvorlig rusproblemet er, kan vi som DHB komme med hjelpe til et rusfritt alternativ? Noen debuterer og får kanskje bittert erfare konsekvensene av denne velkomsten.

Vårt Land 13.08.2012 kom med skremmende opplysninger fra STUDENTENES HELSE OG TRIVSELSUNDERSØKELSE for 2012. 43% av studentene har et farlig drikkemønster og 17% har et drikkemønster som innebærer alvorlig risiko for helseplager. Disse har dårligere livskvalitet enn andre studenter. 16% av studentene drikker alkohol flere ganger i uka.

Hjørdis Sørbo

I kjærlighetens lys

Den vakreste blomsten har jeg nå sett, den lå helt inntil Faderens bryst.

Den var meget spesiell, skapt av Ham selv i kjærlighetens fullkomne Lys.

Han varsomt la farger og kronblader slik at Friheten ble dens navn.

Han lyste for blomsten, gav næring, gav vann.

Og blomsten, den duft av skjønnhet, just nettopp for Ham som bar den helt nær til Sin barm.

Den blomsten er DU, du min kjære venn. Du er elsket og formet av Faderen selv. Det er deg Han bærer helt nær ved Sin barm.

Det er deg, kjære venn.

Rita Aasen

Vitnesbyrd

«Bønnen er nøkkelen til nådens dør»

Jeg vokste ikke opp i et kristent hjem. Mine foreldre var stabile og gode mennesker, men de lærte meg aldri å be: "Gud, som haver barnen kjær" - Min mor ble en kristen i 80 års alderen!

I 1949 begynte jeg på skolen, der var det 3 skolekamerater som tok meg med til Frelsesarmeen i min hjemby Örebro. Jeg begynte i søndagsskolen og småspeideren. På FA oppdaget jeg at når man ba så snakket man med Gud med egne ord og ikke bare i bønner, som jeg hadde lært meg utenat i skolen. Jeg tenkte mye over dette til jeg tok mot til meg og spurte en speiderleder om jeg også fikk "prata med Gud" for nå visste jeg at både Gud og Jesus var glad i meg. Speiderlederen pratet en liten stund med meg og for første gang i mitt liv fikk jeg bøye mine kne og i barnslig tillit bekjenne min tro. Jeg var da 9 år gammel. Speiderlokalet ble himmelens port. DER og DA reistes himmelstigen i mitt liv. Jeg var ved himmelens port. Stigen fungerer fremdeles! Ofte ser jeg engler passere den opp og ned. Fremdeles lever speiderlederen som ba sammen med meg.

Alle år siden da har jeg fått oppleve hva bønnens makt og kraft betyr i de forskjellige livssituasjonene. Jeg har fått gå fra mitt lille ståsted, rakt inn i mulighetenes verden.

Jeg har fått møte Herren hver ny dag. Når jeg våknet har Nåden stått ved sengen og tatt imot meg. Jeg har fått takket og lovprist min Skapere for at Han har bevart meg, for at Hans løfter holder uansett om tiden har skiftet.

Iblant har bønnen vært et skikkelig "grovarbeid". Jeg har kjempet en kamp i fortvilelse, kjent meg oppgitt, har ikke sett noen utvei.

Det har vært som "den Onde" selv har stått ved siden av meg og lett av meg. I slike situasjoner av kamp og motgang har jeg som Jakob fått ropa ut: "Jeg slipper deg ikke uten at Du velsigner meg." Etter en slik kamp har det vært fantastisk når den stille susningen har åndet på mig.

Som FA-offiser har uniformen vært en hjelp til å nå mennesker. Jag kan ikke telle alle de som har kontaktet meg ute i vrømmelen. I busser, på jernbanestasjoner, i varehus for å få en liten pretestund. Mange av dem har bedt om forbønn. De fleste av dem har vært helt anonyme for meg, men "kjente av Jesus." Midt i stresset og folkevrimmelen har jeg fått retten å bære frem mine medmenneskers ærend innfor Ham, som regjerer fra Nådens trone.

Jeg har også selv, mange ganger, fått opplevd hva det innebærer å være et "bønnbarn" spesielt under en sykdomsperiode som strekte seg over noen år. Kvelden før jeg skulle ha

min første operasjon ringte en kollega til meg. Jeg bøyde mine knær ved en stol og vedkommende leste fra Joh.15:7: "Dersom dere blir i meg, og mine ord blir i dere, da ber om hva dere vil, og dere skal få det" "Hvilken trygghet å få høre venner si: "jeg ber for deg" Noen taler min sak innfor Ham som har all makt i himmel og på jord!

Som Jesu venner skal vi be for og med hverandre. Det er en styrke for oss å dele disse erfaringene i bønnens underbare verden. Disse gjør at vi vokser sammen og blir ett i Kristus Jesus. Vi oppbygger hverandre i vår tro, når vi forstår og erfar at Herren kan gjøre MER enn hva vi ber om.

Så vil jeg takke for muligheten å få medvirke i Det Hvite Båndets avise. Jeg og min kone er medlemmer i Haugesund Hvite Bånd. Vil ønske alle Guds rike velsignelse!

Rolf Stackbom

Major, Frelsesarmeen, Kopervik





Gateprest for Ungdom i Oslo

«Hvordan kan ledere i et ungdomsarbeid møte ungdom som har foreldre som ruser seg.»

Gatepresten for Ungdom i Oslo ble spurt «Hvordan kan ledere i et ungdomsarbeid møte ungdom som har foreldre som ruser seg.»

«Takk for et viktig spørsmål! Jeg vil svare i tre deler: Først om hvordan vi i ungdomsmiljøet snakker om å ha det vanskelig hjemme, så om hvordan vi møter en som ønsker å snakke og til slutt litt om meldeplikten.

Alle mennesker har oppturer og nedturer. Alle strever med livet til tider. Og i alle ungdomsmiljøer finnes de som akkurat nå har det vanskelig, og som bærer på det alene. For de som har foreldre som ruser seg, kan det være utfordrende eller umulig å finne ordene og beskrive hva som skjer hjemme. Mange vil strekke seg langt for å beskytte og forsvare foreldrene sine. De kan være usikre på om det som skjer hjemme er galt, og ikke minst skamme seg over at ting ikke er som i «alle andre perfekte familier» (som i virkeligheten knapt finnes). Vi mennesker har en lei tendens til å rangere hverandre, og når man har det tøft er det lett å sette seg selv nederst og kjenne på alt det man må skjule når man er sammen med andre.

En viktig motgift mot skam, er alminneliggjøring: Å si noe om hvor vanlig det er å ha det vanskelig generelt, og å ha det tøft hjemme. Dette kan vi snakke om uten å spesifisere hvor aktuelt dette er for gruppa, eller hvem som kjenner på det. Alminneliggjøring bidrar til at de som har foreldre som ruser seg kan tenke «kanskje er dette så vanlig at jeg kan snakke høyt om det med noen?».

Dersom en ungdom som har det vanskelig hjemme tar kontakt med deg, er det viktigste du kan gjøre å

lytte. Å fortelle om hvordan man egentlig har det, kan oppleves som et stort og usikkert skritt. Du kan være den første de snakker med. Da kan en velment henvisning videre til helsesøster eller barnevern, oppleves som en avvisning. Det kommer en tid for å oppmuntre til å søke annen hjelp. Men først er det viktig å lytte og spørre etter hvordan det er å være ham/henne, hva han/hun føler på og opplever her og nå. En hånd på skuldra er til mer hjelp enn en hånd som vil peke på andre hjelpere.

Samtidig finnes det situasjoner som er så alvorlig at politi eller barnevern må gripe inn og hindre at ungdom blir skadet. Da har vi meldeplikt, og derfor kan vi ikke love at vi «ikke skal si det til noen». Når en ungdom opplever rusrelatert vold eller overgrep hjemme, er hensynet til ungdommens beste viktigere enn å holde på hemmeligheten. Da er det enkleste du kan gjøre å ringe alarmtelefonen for barn og unge (tlf. 116 111), som alltid er åpen.

Det er ikke alltid lett å vite hva man skal gjøre. Rådfør deg gjerne med andre ledere eller ansatte, men gjør dette i en fortrolig sammenheng og på en måte som beskytter den aktuelle ungdommen best mulig. Det går an å dele et «case» med fakta om ungdommens situasjon, uten å avsløre navnet på ungdommen eller detaljer om hvordan han/hun har det. Selv om vi kan rådføre oss, må vi unngå å gjøre en ungdoms vanskelig situasjon til en «snakkis».

I alt dette: Vær frimodig på at du er viktig, og at du kan bety mye. Når noen tar kontakt med deg, er det noe ved deg som har gitt grunnlag for tillit, og som de opplever som en støtte. Dersom du møter dem helhjertet og med et ønske om å være til hjelp, vil du komme til å være nettopp det..»

Hilsen Jan Christian Nielsen
Gateprest for ungdom i Oslo
www.gatepresten.no



Flere rusavhengige med barn enn antatt
OSLO: En kartlegging gjort i 49 kommuner viser at om lag 1.000 tungt rusavhengige personer har ansvaret for barn her i landet. Regeringen åpner nå for en tilsvarende kartlegging i alle landets kommuner. Kartleggingen er gjort av Regionalt kompetansesenter for rusmiddelforskning i Stavanger og kommuner som har deltatt i prosjektet fanger nå opp flere barn av rusavhengige enn tidligere. — Alle kommuner vil bli tilbudt undersøkelsen slik at den kan brukes lokalt. Regeringen vil også bidra økonomisk til gjennomføringen, men vi har ennå ikke mottatt noen kostnadsoverslag, sier statssekretær Kjell Erik Øie (Ap) i Helse- og omsorgsdepartementet. www.

Informasjon

Ungdom og rus

Ungdom drikker på seg skader

En av fire unge kjenner noen som måtte på legevakten etter fylleslagsmål.

En av tre ungdommer mellom 15 og 17 år kjenner noen som er blitt pumpet som følge av stort alkoholkonsum.

Dette kommer fram i en undersøkelse som Norstat har utført på oppdrag fra Helsedirektoratet. Avdelingsdirektør Anne Hafstad sier at ungdom drikker mindre enn for et par år siden, men at det fortsatt er problemer knyttet til ungdom og alkohol.

— Forskningen viser at stort alkoholforbruk får konsekvenser for helsen, særlig for ungdom under utvikling. Foreldrenes holdninger er avgjørende for å få begrenset forbruket, sier Hafstad.

Tenåringer kan drikke på seg hjerneskader, det viser tall fra Nord-Trøndelag blant ni tusen ungdommer. En regional undersøkelse blant ni tusen ungdommer er dyster lesning.

Han inngår i en forskergruppe som har analysert drikkevanene som framkommer i undersøkelsen. Resultatene viser også at alkohol fører til psykiske problemer.

Bergen kommune har helsepersonell opplevd mange tilfeller der mindreårige må kjøres til legevakten for å bli pumpet og for å få behandling for andre alkoholrelaterte skader.

Lederen av ungdomsseksjonen ved Bergen sentrum politistasjon, Svein Bjarne Losnegård, har opplevd at ungdom ned i 13-årsalderen er blitt kjørt til sykehus etter å ha drukket seg sanseløse. Han mener foreldrene må vise større ansvarlighet.

Forsyningskilde

— Foreldrene har et klart ansvar for å passe på mindreårig ungdom og sørge for at alkohol ikke er tilgjengelig. Det er en tydelig sammenheng mellom det å få alkohol hjemme og mengden alkohol ungdommen drikker, sier Losnegård.

Undersøkelsen til Norstat viser at hjemmet er en viktig forsyningskilde. 16 prosent av ungdommene mellom 15 og 17 år har fått alkohol av foreldrene, mens 17 prosent sier de har tatt alkoholen hjemme.

— Mange foreldre tror at det tryggeste er å vite hva barna drikker og går i fellen som forsyningskilde. Studier viser at ungdom som bys,



Ikke ferdig utviklet

Hjernen og nervesystemet er ikke ferdig utviklet før i 25-årsalderen. Alkohol kan derfor ha en spesielt uheldig effekt på ungdommenes helsetilstand, sier barne- og ungdomspsykiater Arve Strandheim ved NTNU.

eller får alkohol hjemmefra på denne måten, drikker langt mer enn sine jevnaldrende. Foreldrene gir legitimitet til et normbrudd om at det egentlig er i orden at ungdom drikker, sier undervisningssjef Arne Klyve ved Stiftelsen Bergensklinikkene.





«Vendepunktet i mitt liv»

Som tenåring var jeg nok det mange vil kalle en drittunge. Jeg hadde ingen respekt for autoriteter, dro på fest hver helg og ga blaffen i hva andre tenkte om meg. Jeg droppet ut av skolen, og en vanlig dag for meg begynte vanligvis klokka 3 om dagen og varte til klokka 5 om natta. Hverdagen var fylt med krangler, slossing, røyking, festing, stjeling og sex. Jeg hadde ikke akkurat et godt forhold til foreldrene mine. Jeg var alltid udydig mot dem, hørte ikke på hva de sa, ga katten i dem. «Det er mitt liv, jeg må få leve det sånn som jeg vill!» var mitt faste argument. Selv om de alltid kom og hentet meg etter fester, kausjonerte meg ut av fengsel (fordi jeg hadde knust et vindu og stjålet penger i den lokale matbutikken), ga meg mat, penger, klær og tak over hodet, var jeg utakknemlig og mente de ødela livet mitt. Ga de meg husarrest, hoppet jeg ut av vinduet på rommet mitt. Uansett hva de gjorde, dreit jeg fullstendig i det. Det var ingen regler som gjaldt for meg. Alt var bare fest, fest, fest. Jeg kan ikke skjønne at foreldrene mine fortsatte å være glad i meg, men det gjorde de. Til og med da barnevernet og politiet ble koblet inn, kjempet de for å beholde meg. Jeg må ha slitt dem fullstendig ut, skuffet dem utallige ganger, gjort dem frustrerte, sinte, fortvilet og redde. Jeg viste dem ingen respekt overhodet.

Nå skjønner du nok at livet mitt var ganske gale og at jeg var helt på jordet. Jeg var rett og slett helt «lost». Skjebnen min var forutbestemt: Jeg kom til å bli uteligger, prostituert, rusmisbruker, gjenganger i fengselet eller alkoholiker. Jeg kom til å dø av kulde og sult, overdose, bli drept i fengselet eller av for mye alkohol. Lysende fremtid, ikke sant? Det var ingen vei tilbake for meg.

Dette var den veien jeg hadde valgt å gå og den måtte jeg fortsette på helt til den endte i graven. For oss som har valgt den gale veien, er det egentlig bare en ting å gjøre: fortsette å gå. Du kan ikke rygge eller snu, du må bare gå rett fram. Men for noen heldige kommer det et veikryss. Da har du sjansen til å krysse over på den rette veien igjen. Jeg var en av de heldige som fikk den sjansen.

Da jeg var 16 år, var jeg på en fest. Der ble det litt for mye av det gode, og lang historie kort: jeg endte på sykehuset med 2,4 i promille. Det ble tatt en del prøver av meg, bare for å sjekke hvordan ting sto til. Da kom det fram at jeg var gravid, seks uker på vei. Selv hadde jeg ingen aning om det. Jeg gikk på pillen hver uke, stoppet kanskje en gang hver andre måned for å ha tante M på besøk. At jeg skulle være gravid virket helt surrealistisk. Det måtte være en feil!

Til å begynne med var jeg fast bestemt på å ta abort. Et barn kom til å ødelegge hele livet mitt. Jeg ville ikke vokse opp, jeg ville være ung enda en stund. Jeg hadde andre planer, og barn er ikke en del av de planene. Dessuten ville jeg ikke at barnet skulle ha meg som mor. Et lite uskyldig barn fortjente ikke å ha en

mor som drakk, røykte, dro på fest, hadde sex med hvem som helst og ikke tok ansvar for noe eller noen. Jeg var så absolutt ikke klar for til å bli mor. Det ansvaret ville jeg ikke ta, kunne jeg ikke ta. Jeg følte meg ikke skikket til å ta vare på andre enn meg selv, og det var ikke alltid jeg klarte det engang. Hvordan skulle jeg klare å forsørge oss? Jeg hadde ingen utdanning, ingen skolegang. Skulle jeg jobbe på Kiwi hele livet for å forsørge et barn jeg ikke ville ha? Et barn som hadde hindre meg fra å gjøre det jeg ville? Et barn som hadde ødelagt de beste årene i mitt liv? Og hva skulle jeg svare når det spurte om faren? Jeg visste ikke engang hvem det var!

Adopsjon var jo selvfølgelig et alternativ, men det ville jeg ikke. Tenk om barnet ville finne sin biologiske mor og begynte å lete etter meg, og det det fant var et vrak av en person som hadde gitt barnet sitt fra seg fordi hun ikke ville ha det. Det kom til å bli merket for livet. Det kom til å bli såret og føle seg uelsket. Det ville jeg for alt i verden unngå. Abort var eneste løsningen.

Jeg ble sendt på en avrusingsklinikk. Det var der jeg møtte Tine. Tine var en sykepleier på klinikken. Vi ble etter hvert gode venner og snakket om alt.

En regnfull dag satt vi inne på rommet mitt og drakk kakao. Hun visste at jeg var gravid og spurte om jeg hadde tenkt å beholde barnet. Jeg svarte at jeg hadde tenkt å ta abort fordi jeg ikke følte meg i stand til å være en mor. Da fortalte hun meg at hun var som meg for noen år siden. Hun hadde vært helt på jordet og hadde vært farlig nær ved å dø av en overdose. Da hun fant

ut at hun var gravid, var hennes første tanke abort, men fordi hun var over abortgrensen måtte hun beholde det. Adopsjon ville hun ikke gå med på, så derfor ble hun mor da hun var 17 år. Det hadde forandret livet hennes. Graviditeten hadde vært et veikryss for henne. Den første gangen hun hadde holdt den lille gutten i armene sine, var første gang hun kunne se klart på flere år. Hun var kommet på en avrusingsklinikk og blitt avruset, og etter hvert fikk hun gjort ferdig videregående og begynte på sykepleien. Hun hadde giftet seg med en god mann som elsket både henne og den lille gutten. Den lille uskyldige gutten hadde reddet livet hennes på uante måter. Alt som betydde noe for henne nå, var den lille gutten på snart åtte år. Hun fortalte meg også at hun ikke ville klart å avruse seg, gjøre ferdig skolen, ta vare på gutten og arbeide uten foreldrene. De hadde støttet henne gjennom alt, selv om hun hadde behandlet dem dårlig, og de støttet henne fremdeles. Ved deres hjelp hadde hun kommet seg over på den riktige veien igjen.

Historien til Tine rørte meg til tårer og den fikk meg til å innse hvordan jeg kaste bort livet mitt. Hvis jeg ville

ha et godt, var jeg nødt til å skjerpe meg til tusen. Jeg kunne ikke fortsette på denne måten. Jeg ble rett og slett flau over meg selv og hvordan jeg hadde mistet kontrollen. Tine hjalp meg til å forstå at det ikke var for sent. Jeg var ung og hadde fremdeles resursene til å endre livet mitt. Det første jeg måtte gjøre, var å be mamma og pappa om unnskyldning. Jeg er sikker på at det var våtere inne enn ute den dagen. Utrolig nok var de fremdeles glad i meg og ville fremdeles ha meg. De lovet å støtte meg gjennom hele graviditeten og på veien videre. Jeg var så utrolig takknemlig for dem, er så utrolig takknemlig for dem!

Det neste jeg gjorde var å bli helt avruset. Det tok litt tid, men med utrolig innsats fra Tine, foreldrene mine og legene og sykepleierne på avrusingsklinikken, kom jeg til slutt over på den riktige siden. Jeg tok opp igjen skolegangen, og fikk vitnemålet mitt fra ungdomsskolen. Gjennom hele den harde perioden før fødselen, var det Tine som var forbildet mitt. Hun oppmuntret meg og motiverte meg. Vi holdt kontakten etter at jeg var ferdig på klinikken og jeg fikk møte familien hennes. Hun var et levende bevis på at det går an

å komme seg over på den riktige veien igjen.

Det øyeblikket jeg holdt den lille jenta mi for første gang, kommer jeg aldri til å glemme. Hun lå der i armene mine og så meg rett inn i øynene. Huden hennes var rød og myk, og fingrene bitte, bitte små. Denne lille tulla hadde forandret livet mitt på alle måter. Hun hadde reddet meg fra å gå under. Hun hadde fått livet mitt tilbake på rett kjøp. Hadde det ikke vært for henne, ville jeg vært et totalvrak. Jeg ville hatt en forferdelig skjebne som prostituert eller alkoholiker. Nå fikk jeg i stedet sjansen til å gjøre noe med livet mitt. Jeg fikk sjansen til å rette opp de feilene jeg hadde begått. Jeg hadde rett og slett fått et nytt liv på grunn av henne.

Det er ikke alle som går på den gale veien som kommer til et veikryss. Graviditeten var mitt veikryss. Fordi jeg tok den riktige veien videre, har jeg nå en strålende fremtid i sikte, sammen med den lille engelen min. Den lille jenta var vendepunktet i livet mitt. I stedet for at det fortsatte å gå nedover og nedover i en svart slalåmbakke, går det oppover og oppover som et romskip på vei ut i evigheten.





Björgvin krets sin årlige Barneleir

*Motto: Ditt ord er en
lykt for min fot og et lys
på min sti. (Sal.119,105)*

**Leirsang: Jeg løfter mine øyne opp til fjellene hvor skal min hjelp komme fra.
Det var 32 jenter og 21 gutter på leiren.**

May Britt Røyrvik hadde bibeltimene. Hun startet med å be for den enkelte deltaker med navn. Alle var lydhøre og fikk lære om at Guds ord er vår veiviser. Guds barn vandrer i lyset og Jesus møter oss på mange ulike måter.

Vi debuterte med å bruke dukketeater i formidlingen av budskapet vi ønsker å formidle. Dukketeateret er et verktøy som vi vil satse mer på. Vi fikk dukketeateret fra Australia, som ble brukt under verdenskongressen.

Oddrun Småbrekke hadde informasjonen om: Nei til rusgifter. Giraffen, Georg var med oss i år også. Han kontrollerer at luften er ren. Frisk luft i lungene er godt for Georg og alle barn.

I år fikk vi uventet besøk av en familie fra Russland. Et ektepar med en sønn på 12 år. De vitnet om Jesus og sang på engelsk og russisk. Mannen var en kjent kristen rapper. Dette var til stor glede for oss alle. Velg Jesus! Han ville som vi, peke på andre verdier en rus. Hvordan ta avstand og være et godt forbilde for andre.

I år også ble vi velsignet med godt vær. Så barna fikk glede av alle de ulike fritidsaktivitetene; riding, bading, volleyball m.m. Barna var kjekke og oppførte seg eksemplarisk.

Velkommen igjen! Hilsen fra alle lederne.

Oddrun Småbrekke



Vi i Det Hvite Bånd vil hjelpe deg til å forstå at alkohol og stoff, sigaretter og tobakk er skadelig for kroppen din. Vi vil hjelpe deg til å være sterk og si NEI når noen prøver å få deg til å gjøre noe galt. Vi vil hjelpe deg til å stå imot press fra andre. STÅ FAST – VELG DET RETTE. HUSK IKKE MOBB



Barne- og Ungdomssider



En ny start

August er nesten som nyttår, bare at nå er det et nytt skoleår som begynner og ikke et nytt år.

Det er spennende og mye skal skje. Kanskje har du flyttet til en ny skole, du må finne nye venner og gruer deg litt, eller kanskje veldig mye! Eller du gleder deg kjempe mye til å begynne på det nye klassetrinnet. Det blir gøy å møte igjen alle klassekameratene og fortelle de hva du har gjort i ferien!

Kveldsbønn

Kveldsbønn er godt å be før en legger seg om kvelden og skal sove. Her er en.
" Nå lukker seg mitt øye, Gud Fader i det høye. I varetekt meg ta, fra synd, fra sorg, fra fare din engel meg bevare som ledet har min fot i dag."

Amen

Fargelegg



En ny start er alltid fantastisk!

Alf Prøysen har en flott sang som jeg tror alle kan eller har hørt: " Du skal få en dag i morra, som rein og ubrukt står, med blanke ark og fargestifter til!"

Det kan Gud gi oss også; en ny start når vi har gjort noe galt, eller vi har dumma oss ut! Til Han kan vi si "Omforlatelse", så tilgir Han oss for Jesu navns skyld.

Selmas sider:

Kristen i dag

Hei! Jeg er en jente på fjorten år som liker volleyball og musikk, venner, klær og andre ting vanlige fjortiser liker. Egentlig er jeg en ganske normal tenåringsjente, men det er en ting som



skiller meg fra mange andre på min alder. Det er troen min. Jeg er kristen.

I mange ungdomsmiljø vil en del si de tror på Gud og vil kalle seg kristne, men de vet egentlig ikke hva det går ut på. De jeg omgås vil nok kalle meg "den mest kristne", fordi jeg går i kirken så ofte jeg kan, ber en kveldsbønn hver kveld, synger for maten, går i speider, synger i to kristne kor og drar på kristne leirer. Men egentlig er det ikke alt dette som gjør meg til en kristen, det er at jeg tror på Jesus. Og det gjør meg annerledes i noen sammenhenger, mens jeg utad ser ut som en helt vanlig tenåring.

De fleste unge respekterer hverandres tro og religion, selv om det finnes fordommer.

En kompis av meg fortalte om noe han opplevde på fotballtrening en gang. "Er ikke du



kristen?" hadde en fyr spurt han. "Ja?" var svaret. "men du er jo så god i fotball!?" svarte lagkameraten forvirret. Man kan selvsagt være god i fotball selv om man er kristen, og det samme med alt annet i hverdagen.

En venn av meg var med meg på en kristen leir en gang, og spurte: "er man mindre kristen hvis man synes bibeltimene er kjedelige?" Svaret er selvfølgelig nei, det er mange som synes bibeltimer er kjedelige. Man må bare prøve å forstå det som blir sagt, så blir alt mye kjekkere.

Flere venner av meg tror jeg ikke har skjønnet helt hva kristendommen handler om, og har ikke fått en personlig tro enda. Noen er kristne fordi foreldrene er kristne, men har ikke en egen tro. Flere har vanskeligheter med å innrømme at de er kristen, fordi de synes det er flaut eller

vanskelig. Heldigvis har jeg kommet meg over den perioden, og er en stolt kristen fjortis som snart begynner i niende klasse!



Ungdoms nettside:



Bønn

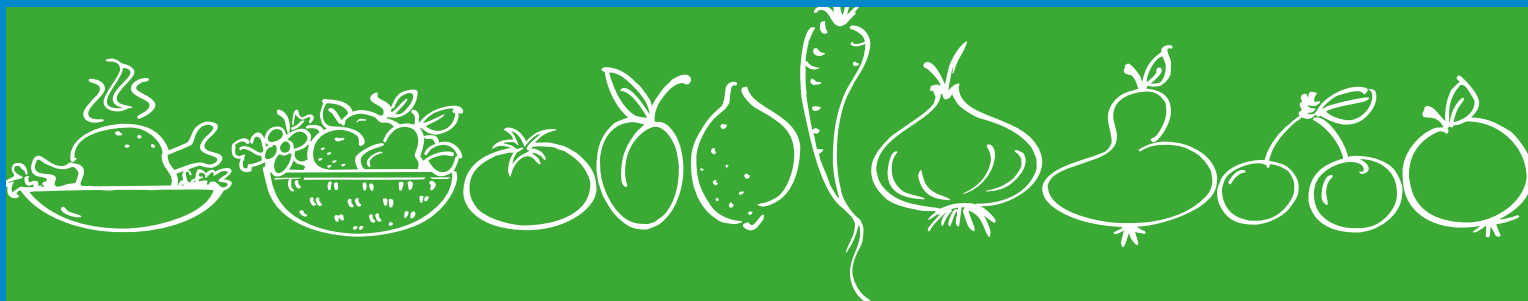


24. september er det DHB sin verdens bønne dag. Da er det godt å vite at mennesker i hele verden ber for DHB og for alle mennesker som har det vondt og vanskelig.

Be kan vi gjøre når vi trenger det samme hva tid det er på døgnet. Men det er godt med faste bønnetider og faste bønner. Jesus lærte oss en fantastisk flott bønn: "FADER VÅR":

Vår Far i himmelen!
La navnet ditt helliges.
La riket ditt komme.
La viljen din skje på jorden
slik som i himmelen.
Gi oss i dag vårt daglige brød,
og tilgi oss vår skyld,
slik vi også tilgir våre skyldnere.
Og led oss ikke inn i fristelse,
men frels oss fra det onde.
For riket er ditt,
og makten og æren i evighet.

Amen



OPPSkrift På mat fra mange land

Banansplitt



Ta en stor banan, skrell den og del den i to på langs. Legg de to halve bananene på hver sin side i en avlang skål. Ta 2 eller 3 kuler med iskrem oppi skåla. Sprøyt med krem over isen. Til pynt på toppen kan du ta det du liker best, sjokoladeglasur, hakka nøtter, mosa bær, enten jordbær eller blåbær.



Tante Louises sjoko Banan

Ta en stor banan. Skjær i skallet på langs, ta ut litt av bananen. Legg oppi 5-6 biter med sjokolade, den typen du liker best! Fyll opp med resten av bananen. Pakk den inn i aluminiumsfolie, og ha den i varm stekeovn i noen få minutter til sjokoladen er smelta. Ved siden av kan du ha iskrem. Kjempegodt!



RUSFRIE BARN

www.drug-freekids.com

Avdeling under Det Hvite Bånd i Norge, og
World's Woman's Christian Temperance Union



Husk at Gud elsker deg, alltid. Johs. 3,16.



Mange er brukere av drug-free kids.
www.drug-freekids.com



Jeg lover, med Guds hjelp, ikke å bruke alkohol, tobakk, eller annen skadelig rusgift.

Signatur:..... Dato:...../...../.....

Underskrift av foreldre/foresatte.....

Send til: Landskontoret, Torggt. 1, 0181 Oslo.

Bergny beretter



Det Hvite Bånd «etter de første 100 år»

Et av spørsmålene jeg stilte i min 100 års beretning var: Hva har så skjedd siden 1853? Og hva har skjedd siden vi var ferdig med de første 100 årene for eksempel?

Vi hadde store vyer og mange håp for fremtiden.

Etter hvert har det blitt vanskeligere å vinne folk for avholdssaken. Det vil ikke si det samme som at vi i vår organisasjon ikke får nye medlemmer!

Vi hadde en vellykket verdenskongress her i Stavanger i 2010 med mange ungdommer, kanskje spesielt fra land i øst som for eksempel Nepal og Albania for første gang.

Men generelt er det vanskeligere i de fleste avholdsorganisasjoner hos oss, også i Skandinavia.

Tidligere var det barnelosje og ungdomslag rundt om i landet. Hva vil så dette si? Er grunnen den at det nå ikke trengs mer avholdsarbeid, for edrueligheten er blitt stor og sterk?

Nei, dessverre, vi leser i avisene etter vedtakene selv om politiet i alle fall her i byen advarer. Her var det en overvektsstemme som avgjorde skjenketiden skulle forlenges også med vin og sprit. Men så leser jeg i Stavanger Aftenblad nå nylig: «Vi gir oss ikke i kampen mot alkoholen». En fra KrF siterer fra et leserinnlegg, om hvordan det er å være helsepersonell på «akutten» i helgene. Hvordan problemet med overstadig berusede personer opptar mye tid og ventetid for «ordinære pasienter».

Men der er kanskje lys i tunellen både for politikere og oss i vår organisasjon, som vil fortsette å jobbe for mer ansvarlig alkoholpolitikk.

En gang het Stavanger «avholdsbyen».

Må dette spore oss alle ellers rundt i Norge til å ta byer og kanskje landet tilbake.

Slik det har utviklet seg er: En tragedie for barn og unge som vokser

opp der alkoholen flyter, også i hjemmet.

Håper ikke dette bare er en svartmaling av situasjonen i vår tid, men vil fremdeles spore oss til å kjempe for at også landets kommunestyre ser alvor. Så vi sier med representanten i avisen: «Vi gir oss ikke i kampen mot alkoholen».

Bergny Birkenes



Det Hvite Bånd – en rusfri verden

«for Gud, heim og alle folk»

Avholdsløftet:

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

Medlemskapet

Navn:

Adresse:

Fødselsdato:.....

Medlemsverver

Navn:

Adresse:

Send til Landskontoret, Torggt. 1 0181 Oslo

Narkotika - hva er det?

Ordet narkotika stammer fra det greske ordet "narke" som betyr søvn. Narkotika har tradisjonelt blitt benyttet som betegnelse på sterke smertestillende stoffer. I dag blir det i Norge oppfattet som et juridisk begrep for alle stoffer som er regulert i henhold til narkotika-lovgivningen.

De narkotiske stoffene som er ført opp på den norske narkotikalist, omfattes av narkotikalovgivningen. All bruk, besittelse, omsetning og andre former for ulovlig omgang med narkotiske stoffer og legemidler kan medføre straffeansvar i Norge.

I motsetning til mange andre land behandles alle stoffer likt etter loven. I praksis vil særlig arten og mengde av stoff få betydning ved straffebedømmelsen.

Legemiddelloven § 24, jr. § 31 omfatter de mindre alvorlige forhold, bruk og besittelse av små kvanta av cannabis og narkotiske legemidler ervervet på illegal måte. Strafferammen er inntil 6 måneders fengsel.

Straffelovens § 162 rammer de øvrige narkotikalovbrudd: tilvirkning, innførsel, utførsel, erverv, oppbevaring, sending og overdraging.

Overtredelse av §162 er inndelt i fire kategorier av narkotikaforbrytelser, med en øvre strafframme på henholdsvis 2, 10, 15 og 21 års fengsel, avhengig av arten og omfanget av forbrytelsen.

Straffeloven § 317 rammer heleri og annet økonomisk utbytte av en narkotikaforbrytelse. Det betyr at hvitvasking av narkotikamidler er kriminalisert. Strafferammen er gradert, men kan under særdeles skjerpene omstendigheter medføre fengselsstraff inntil 21 år.

På narkotikalist står de fleste amfetaminstoffene, ecstasy, kat,



cannabis, LSD og andre hallusinogene stoffer (også fleinsopp), kokain, benzodiazepiner, GHB, heroin, morfin og andre opioider, bl.a. metadon. Det er strenge restriksjoner med hensyn til legenes foreskrivning av narkotiske stoffer.

Salg av sniffbare produkter reguleres av Produktkontrollloven, men bruk og besittelse av sniffstoffer er for øvrig ikke underkastet lovgivningen. Den enkelte forhandler har, ved mistanke om at produktet vil bli misbrukt eller solgt videre til misbrukere, rett og plikt til å nekte salg av produktet. Overtredelse kan

medføre straffeansvar. Selv om det er visse restriksjoner for omsetning av stoffene, vil det være umulig å forby omsetning og besittelse av stoffer som bensin, lim etc. Forhandlere bør likevel utvise stor forsiktighet med omsetning av mulig sniffbare stoffer til ungdom som gjentatte ganger kommer tilbake for å kjøpe.

Vegtrafikkloven forbyr føring av kjøretøy i påvirket tilstand enten årsaken er alkohol eller annen berusende eller bedøvende middel.

Kilde: Helsedirektoratets nettsider

SLUTT Å RØYKE FÅ BEDRE HELSE

Etter 1 veke

Smaks og luktesansen din er blitt bedre.

Etter 1 måned

Vil en bedret blod-sirkulasjon vise bedring på huden din.

Etter 3 måneder

Lungefunksjonen din har forbedret seg med 30 %

Etter 5 dager

Vil mesteparten av nikotinen være ute av kroppen din

Etter 12 måneder

Har risikoen for hjertesykdom blitt halvert.

Etter 8 timer

Det ekstra karbon-monoksidet vil være ute av blodet

Etter 9 måneder

vil risikoen for komplikasjoner under en fødsel være den samme som for en ikke-røyker.

På 1 år

Vil en som røykte 1 pakke sigaretter for dagen, ha spart over 4000, US Dollar. (ca 25 000 NKR)

**HVER SIGARETT DU IKKE RØKER
VIL GJØRE DEG GODT**

Kilde: australia.gov.au/quitnow



Anne Grete Olsen
Avdelingsleder.

Evangelisering avd.

HUSK 28. september er Det Hvite Bånds Bønnedag

**Forslag – Inviter (f.eks.) noen til frokost for å markere dagen.
Les et ord og ha en kort bønnestund sammen.**

GUD GI OSS TRØST

Joh. 25 – 26

Jesus sier til henne: Jeg er oppstandelsen og livet, den som tror på meg, skal leve om han enn dør. Og hver den som lever og tror på meg, skal aldri i evighet dø. Tror du det?

I forbindelse med det tragiske som skjedde 22. juli i fjor, skriver Irja Eskelinen: Hvite Bånd søstre i Norge og over hele verden var i bønn for ofre, familier og alle som var involvert i det tragiske som skjedde.

Bønn var viktig da dette skjedde, men like viktig til alle tider og i alle situasjoner. Det er sjelens åndedrett. Det er så mye sorg, vemod, frykt og hat i verden, derfor vender vi oss til Gud og ber inntrengende om at Han må være nær, gi oss trøst i vår sorg og fylle vårt hjerte med håp. At Han må tørke tårene og gi oss sin fred. Vår Herre og frelser kjenner og forstår alle ting. Vi ber om at Han må gjøre oss mer avhengige av seg, vi mestrer ikke noe på egen hånd. I det øyeblikk drømmene blir knust, gi oss styrke.

Vi leser om Job i Bibelen, en mann som fikk lide over lengre tid. Han har satt sitt håp til Gud, men han vet også at det er en mellommann som skal tre fram, og det er Frelseren Jesus Kristus.

Job 19,25 og 27

”Men jeg, jeg vet at min gjenløser lever, og som den siste skal han stå frem på støvet. Han som jeg skal skue, meg til gode, han som mine øyne skal se og ikke noen fremmed. Mine nyrer tæres bort i mitt liv av lengsel.”

Hilsen Anne Grete



Åslaug Mjøs,
Avdelingsleder

Familieavd.

Kva kan vi i Det Hvite Bånd gjera for born som slit?

I dei fleste heimar er det born, og i dag vil eg skriva litt om born som slit i livet sitt. Ulike born slit på ulike områder, og det kan ha mange årsaker. Noko kan unngås ved å vera føre var: Gravide kvinner som ikkje drikk alkohol, sparer det nye vesle mennesket for store plager på den måten. Andre problem kan vera vanskelegare å forhindra: Det gjeld foreldre som rusar seg, foreldre som prioriterer karrieren høgare enn barnet sine behov, ”kameratar” som mobbar, slektningar som gjer overgrep. Under slike tilhøve blir barnet makteslaus. **Vi reknar at 150-200 000 born i Norge veks opp i eit miljø prega av rus.**

Mange av dei får dårleg omsorg, dei får lite trening i sosiale ferdigheter, dei kan bli utrygge og kjenna seg mindreverdige. Då kan dei reagere med å isolera seg, gøyma seg, eller dei kan utagera og bli skikkeleg rampete. Livet blir eit slit. Når dei blir større, kan dei anten kutta seg, dei kan rusa seg, dei kan byggja musklar, eller dei kan slanka seg. Alt for å halda den indre smerte på avstand.

Kva kan vi i Det Hvite Bånd gjera for born som slit? Vi kan ikkje gå inn i dei tyngste sakene, då må vi henvisa til fagfolk. Men i vårt lokale miljø kan vi kanskje likevel bety ein skilnad for einkvan.

Det var eit lite bygdemiljø der borna kunne finna på mange ting sjøl. Dei mobba innflyttarar, dei plaga gamle damer, dei tulla rundt andre sine hus i mørke kveldar. ”Ola” var føraren, han brukte diverse herske-



teknikkar og sytte for å ha ein lojal stab rundt seg i alt han fann på. - Ei av dei gamle damene ville ha kontakt med desse borna. Ho inviterte dei inn på is og brus ein dag, etter at dei hadde vore ekstra plagsomme. Og dei kom. Så vart det ein open samtale i sofakroken om det som hadde skjedd. Dei vart ikkje uvener! Borna likte at gamlemor såg dei! Situasjonen var trygg, trass i alvoret, og det var plass for humor og respekt. – Det vart eit litt anna klima i gjengen etter dette. Og kanskje vart dette eit godt minne for borna, noko som gav dei litt betre følelsar for seg sjøl og andre.

Den som skal fiksa livet utan rus, treng respekt for seg sjøl. Også vi i DHB kan vera med og byggja opp unge menneske som er utrygge og usikre, slik at dei kan våga å by på seg sjøl utan å rusa seg. Vi kan prøva å ta kontakt, invitera inn, visa borna at vi ser

dei og har tid til å høyra på dei. Ikkje alle greier å løfta blikket frå mobilen, ikkje alle vil snakka. Men alle treng nokon som ser dei, trur eg. Som regel er det klokt å ha eit samarbeid med foreldra. Foreldre kan også inviterast inn. Kanskje du kan nå foreldre gjennom barnearbeidet i menigheten. Eller gjennom ein frivillig forening der du er med. Spørsmålet er: Kva kan foreldre gjera for at borna skal unngå å bruka rusmidlar når dei veks til? Det er kanskje meir interesse for dette spørsmålet enn vi trur.

Mange foreldre har nok sine tankar og bekymringar for borna si framtid i dagens samfunn. Er vi for sjenerte til at vi vågar å snakka om rus? Kven vil ”hengja bjølla på katten” og ta opp eit slikt tema rundt kaffibordet?

Åslaug Mjøs



Husk 12 bønner!

Det er alltid noen som ber rundt hele verden



Verdenskongressen

Adelaide, South Australia 3.–8. mai, 2013

høydepunkter

Du vil ikke ønske å gå glipp av vår kommende Verdenskonferanse!

Her er noen av de planlagte arrangementene.

- Flagparade fra alle deltakerland.
- Keynote-tale ved en fremragende autoritet på marihuana
- Hedring av mange WCTU ledere som førte an i kampen for kvinners stemmerett
- Tur til Cleland Wildlife Park
- Talentprogram
- Rapport fra hvert land sine WCTU prosjekter
- Gudstjeneste i en nærliggende kirke
- Kontinentmøter
- Intervju med Verdensorganisasjonens avdelingsledere
- Australias presentasjon
- Barn og ungdoms program - hedersgjest og verksted med «Ballong Mann»
- Gruppemøter om disse temaene:
 - Alkohol,
 - Andre rusmidler,
 - FASD,
 - Hvordan organisere nye foreninger,
 - Grunnleggende fakta for ledere,
 - Grunnleggende dataferdigheter
 - Hvordan holde tale offentlig

Hva er en Joey?

Kengurubabyer og koalababyer er begge såkalte Joeys!

Kenguruer og koalabjørner er pungdyrmarsupials (pattedyr med en pose til babyen).

Kenguruen er Australias nasjonalsymbol.



Australia WCTU ønsker velkommen!

Ved innmelding send skjema og senere pengene til
D.H.B. LANDSKONTOR, Torggt.1, 0181 OSLO.
Alle sparer penger ved overføring, når vi sender inn
samlet beløp.

For mer informasjon ta kontakt med Margaret
Østenstad 47 39 94 02 –
Nå er det tid for å bestille billige flybilletter.

*Anbefales å komme en eller to dager før
og kanskje en dag etter.



WWCTU - 39th World Convention - May 3-8. 2013 Stamford Grand Hotel, Glenelg, Adelaide, South Australia

REGISTRATION FORM

Please PRINT your name, complete mailing address (Street/Suburb/City/Country/postcode), phone number (area code/country code) and email address.

Name: _____

Address: _____

E-Mail: _____ Phone: _____

CONVENTION COSTS: (Australian Dollars = AUD) Conversion rate: www.xe.com. (Dagens kurs er: 6,2 NOK.)
Package prices for International visitors includes registration fee (AUD \$50), a shared room with two beds for 5 nights and all meals during Convention for AUD \$1,203 per person. Single rooms are available for AUD \$1,690.

BALANCE DUE BY 25th March, 2013

Please tick:

- ☐ I want a single room (enkelt rom)
- ☐ I want to share a "two bed" room with (Hvem ønsker du å dele rom med) _____
- ☐ I need help to find a room mate (Trenger hjelp til å finne romkamerat)
- ☐ I require special dietary meals: (please give details) (Spesielle matbehov) _____

* ekstra overnatting før/etter. I need accommodation booked for _____ nights before / after Convention (circle)
(Room and Breakfast only - Single AUD\$210 per night ; Double/ AUD\$113 (per night)

Please fill in your flight arrival and departure details:

ARRIVE: Airline: _____ Flight No: _____ Time: _____ Date: _____

DEPARTURE: Airline: _____ Flight No.: _____ Time: _____ Date: _____

Krets og foreninger

Kretsårsmøte Rogaland Krets

Det Hvite Bånd i Rogaland krets hadde sitt Kretsårsmøte på Randaberg Forsamlingshus lørdag 25. februar. Det var en solid medlemsflokk som møtte fram, fra Egersund i sør til Randaberg i nord. 35 i alt til årsmøtedelen og over 60 til festen senere på dagen. Vi ble ønsket velkommen til Randaberg av leder for Hvite Bånd laget, Solfrid Storland som åpnet med en kort andakt. Vertslaget hadde pyntet og dekket, og vi koste oss med varmrett og kaffe før vi tok til. Oddny Liv Skårland hadde minnestund over de 11 medlemmer som hadde forlatt oss siden forrige årsmøte. Lys ble tent og hun hadde bibellesning og bønn. Kretsleder Solveig Vatland overtok så ledelsen av årsmøtet og leste årsmeldingen for 2011. Regnskapet ble lest av kasserer Else Reime. Det ble tatt tid til spørsmål og samtale om arbeidet. Årsmeldingen kunne fortelle at kretsen også i 2011 hadde hatt 7 lag og hadde nå 225 medlemmer. De fleste laga har også dette året arbeidet jevnt og trutt med sine faste medlemsmøter, besøk på aldersheimer, vår/adventsfest.



Solfrid Storland, leder for Randaberg DHB ønsket velkommen.



Mens Willy Jess spiller trekkspill, koser medlemmene seg rundt kaffebordet på Salte bedehus. Dette bilde ble tatt på en høsttur i august 2011.

Kretsen hadde sitt Hvite Bånd treff i Egersund i Hvite Bånd huset, med besøk av landslederen vår, til stor glede og en frisk oppstart på høstens å arbeide. Høstens festmøte på Bryne som Kretsen har i lag med Hjemforbundet i Frelsesarmeen, ble og holdt. Kretslederen fikk besøke alle lokallaga, noe hun satte stor pris på. Gildt å få møte gruppene omkring, smil og godord og det å samle seg inntrykk som igjen vil ha sin verdi i kretsens videre arbeid. Foruten støtte til landskontoret og til Riisby, har kretsen og gitt støtte til Frelsesarmeens arbeid i Stavanger og til Marita stiftelsen. Kretsen fikk også i 2011 støtte fra Rogaland Fylkeskommune på Kr. 10.500 etter søknad, noe vi er svært takknemmelig for.

Valget ble ledet av Astrid Innvær Tvedt, og gav lite endring i styret. Styret for Rogaland Krets av DHB. ser da slik utfor 2012:

Solveig Vatland kretsleder/sekr. (Bryne): Åse Marie Jonsson, nestleder (Klepp): Else Reime, Kasserer (Nærbø): Oddny Liv Skårland, (Undheim) og Astrid Innvær Tvedt (Stavanger) begge styremedlemmer. Varamedlemmer Evy Karin Førde, Stavanger og Grethe Askvik, Randaberg.

Vi er veldig glad for den geografiske spredningen vi har i kretsstyret vårt.

Hele 5 lag er med og representerer 5 kommuner, noe Rogaland Fylkeskommune også legger vekt på ved arbeidet vårt. Styreleder for Hvite Bånd huset, Brynjar Wetteland kom med en orientering fra arbeidet der. Folk i byen hadde gitt Det Hvite Bånd masse brukte møbler, noe som førte til flere loppemarkeder. De står nå foran et større vedlikeholdsarbeid av huset, og kretsen vil derfor støtte økonomisk. Vi har oppfordret lokallaga til å være med. Egersund Hvite Bånd hadde og i 2011 Åpent hus hver fredag, med sang/musikk, andakt, litt mat og sosialt samvær. De som kommer, vet at de er ventet! De hadde og tilbud om å feire jul og nyttårsaften på Huset, og det kom 20-30 stykker, det samme på fredagskveldene.

Årsmøtet ble avsluttet med fest der Holger Kjølvik talte, sang og spilte trekkspill. Han fikk forsamlingen med i latter og alvor, og spurte fest forsamlingen: "Hva med vårt avholdsstandpunkt i dag?" Det var 60 år siden Rogaland Krets av Det Hvite Bånd ble stiftet 1962 på Solborg Folkehøyskole i Stavanger. Kretsarbeid hadde det vært i mange år, før den tid. Else Reime leste opp en historikkdel fra Kretsens gamle dager, noe av det for over 100 år siden, og som fikk fram både smil,

hjertervarme og glød hos oss, - over disse så oppglødde Hvite Bånd søstrene anno 1905. Det hele var satt sammen av kretsleder, og vil komme som ett eget lite innlegg senere. Det ble en god fest stund med deilige smørbrød, kaffe og kaker, fest uten rus! Til slutt fikk vi flere gilde hilsninger fra bl.a. tidligere kretsleder Ragnhild E. Håland som mimret så gildt og rørende om en Riisby gave. Tidligere misjonær i Kamerun, Sigrid Braut minnet oss om den alvorlige tid landet vårt er inne i nå.

Festen ble åpnet med Diktlesning av kretsleder. Hun leste dikt av Marta Jordebekk, Haldis Reigstad og Trygve Bjerkreim. Sistnevnte sier i diktet: "Å, Noreg mitt folk, de må ha vakna, og verna din dyraste skatt, så ingen må lyset vårt taka - og det i vårt Noreg vert natt!" Kristenarven er grunnen også under Det Hvite Bånds arbeid!

Takk til alle dere som var med og gjorde dagen til en så rik og fin dag. Skal vi så holde fram i vårt arbeid for "Gud, Heim og alle Folk." - En rusfri verden, og en rusfri sone omkring barnet!

Solveig Vatland, Sekr.



Kretsleder Solveig med ein av de nye medlemmene Unni Thorvaldsen som hadde sin datter med seg.

Kretsmøte i Viken Krets 24. april



Kretsleder Elisabeth Tjeransen og leder i Oslo Hvite Bånd, Eva U. Trobe.

Det Hvite Bånd i Viken krets hadde kretsmøte i Frelsesarmeens lokaler i Nordregate 25 i Oslo tirsdag 24. april. Det møtte opp 15 medlemmer. Kretsleder Elisabeth Tjeransen og leder i Oslo Hvite Bånd, Eva Trobe, ønsket oss velkommen.

Etter en sang åpnet Maria Molvik møtet med å ta utgangspunkt i et vers fra Jesaja 53. Deretter var det bevertning rundt festdekket bord, før vi gikk over til årsmøtet.

I Viken krets er det bare to foreninger nå. Det er Oslo og Hønefoss. Men det er flere enkeltmedlemmer spredt utover i kretsen.

I årsberetningen fortalte Elisabeth fra arbeidet i Hønefoss-foreningen. De holder blant annet kirkekafe i fengslet et par ganger i året, når det er gudstjeneste der. De støtter også økonomisk et arrangement for rusfri ungdom natt til 1. mai.

Eva redegjorde fra Oslo, som har faste møter og en godt besøkt Riisby-gruppe der mellom 25 og 30

møter opp. De har også vervet sju medlemmer i 2011.

Regnskap ble opplest og godkjent. Eva Trobe ble valgt inn i kretsstyret.

Aud Bodil Brekka fra landsstyret fikk ordet. Hun ga oss interessante glimt fra lederkonferansen som hadde vært i forrige måned. Hun avrundet med å si at konferansen hadde vært et interessant og hyggelig samvær.

Etter dette ble det mye fin sang, både duettsang og allsang, med Eva ved pianoet. Flere gledet oss med opplesning av fine og humoristiske stykker.

Så var det tid for kaffe og nydelige kaker med frukt til. Etter bevertningen holdt Aud andakt. Hun siterte Bibelens ord om å ta opp sitt kors og følge etter Jesus. Vi avsluttet med å be Fadervår sammen.

Så var en fin og innholdsrik ettermiddag over, og vi gikk ut i vårvelden med glede og takk for et vellykket kretsmøte.

Rakel Blisten, referent

Årsmøte i Vestfold og Telemark krets 17. mars

Forventningsfulle søstre hadde satt hverandre stevne i Kragerø denne dagen.

Kl. 11.00 var det velkomsthilsen ved Landsstyremedlem og leder i Kragerø DHB, Aud Bodil Brekka, før det ble servering av en solid frokost. Dette hadde søstrene i Kragerø ordnet med og det smakte fortreffelig. Bordfelleskap er viktig når venner møtes.

Minneord over kjære søstre som var gått bort siste år var ved Bjørg Styrmo. Aud Bodil Brekka hadde 12 bønn.

Forhandlingsmøte.

Til å lede årsmøtet ble kretsleder valgt, likeledes ble Aud Bodil Brekka valgt til referent.

Vi var 17 deltagere på årsmøtet; 4 påmeldte var forhindret grunnet sykdom.

Saksliste og årsrapport ble lagt fram av kretsleder Anne Marie Rønningen.

Årsrapporten omfattet tiden fra årsmøte i 2011 som ble holdt i september og fram til 17. mars 2012. Det har av den grunn vært mindre aktivitet enn vanlig, men vi holder motet oppe og går inn i et nytt arbeidsår med iver og glød.

Det er 2 aktive foreninger i kretsen, Sandefjord og Kragerø.

Kretslederen har tatt kontakt med medlemmer som er "foreningsløse"-medlemspleie er viktig, og ett av punktene i DHB's handlingsplan for denne perioden.

En liten hilsen fra kretsstyret til fødselsdagen er for eksempel meget hyggelig, og blir etter vår erfaring satt stor pris på. De medlemmer som er foreningsløse som fyller 75, 80, 85, 90 i løpet av året får en liten blomsterhilsen fra kretsen.

Medlemsregisteret i DHB har fremdeles en del feil. Kretsen må følge godt med slik at data på medlemsmassen er korrekt. Dette har vært et krevende arbeid men kretsleder mener



at medlemslisten for kretsen og foreningene er riktige pr. dato. Det ble henstilt til medlemmene å melde fra om adresseforandring og lignende til kretsleder som da vil gi beskjed til landskontoret.

Valg:

Da det sittende styret kun har sittet i 1/2 år kom det forslag om gjenvalg av hele styret. Det ble enstemmig vedtatt.

Valgresultatet ble:

Kretsleder: Anne Marie Rønningen,
Nestleder: Bjørg Styrmo
Kasserer: Inger Karlsen
Styremedlem: Hildur Einarson
Styremedlem: Inger Lisbeth Røsholmen
1. varamedlem: Jorunn Weissner
2. varamedlem: Ingvild Fjellvang.
Revisor: Inger Liv Høilund,
Varamedl. : Maja Bredalslien.
Valgkomite: Aud Bodil Brekka, Ingvild Fjellvang og Maja Bredalslien.

Kretsstyret har besluttet at det sendes ut et nyhetsbrev til kretsens medlemmer 1-2 ganger pr år.

Regnskapet ble lagt fram av kasserer Inger Karlsen. Årsmelding og regnskap ble enstemmig vedtatt. Også i år vil vi ha en kretsutlodning,

den settes i gang og administreres av Bjørg Styrmo.

Mange fine gevinster, og det blir trekning i mai d.å.

Siste punkt på forhandlingsmøtet var en liten blomsterhilsen til alle i kretsen som i løpet av dette året fyller 75, 80, 85 år. Se bildet øverst.

Da det var litt tid før middagen reiste Anne Marie og Hildur til Kolbjørn Kivle og gav han en liten blomsterhilsen fra kretsen. Dette satte han stor pris på.

Etter middagspause hvor det smakte med gryterett og fruktsalat var det små tilbakeblikk og framtidsplaner. Bjørg Styrmo fortalte interessant fra ettervernsgruppa i Oslo. Hun har vært trofast i mange år i det som en av klientene kalte: "Det Hvite Bånds ryggrad." Tiltaket fortsetter som før noe tidligere klienter på Riisby Behandlingscenter setter stor pris på.

Det er planer om "treff blomsterfest" på et eldresenter på Herre i Bamble.

En fin dag ble avsluttet med en god andakt og sang av kretsleder. Kaffekos før vi dro hver til vårt med takk til Gud og hverandre.

Referent: Aud Bodil Brekka

Vårfest i Norheimsund Kvite Band

Den tradisjonelle 1. mai festen gikk mot slutten da Nils Steinstrø (90) ba om ordet. "Kom ikke i hug det som var før, akta ikke på fortida! Sjå, eg gjer noko nytt! No skal det spira fram." Jes 43.18-19.

Det ble en fin avslutning for alle oss som var samlet til vårfest i Norheimsund Bedehus. Det var kvinner og menn, unge og eldre som hadde møtt opp, vel 65 personer.

Mange setter pris på fest med god mat og lang pause. De unge hadde sitt eget gratislotteri der de kunne velge seg gevinster.

Den nye organisten i Kvam, Sevinj Asgarova, spilte piano, og hun hadde ei venninne fra Japan, Yui Ito, som spilte obo. Det var musikk av beste kvalitet da de satte i gang med Ave Maria. Før det hadde vi også fått høre "Alle fugler" på piano, spilt av Irene Straumstein, elev i 7. klasse ved Kvam Kristne Skule.

Festens hovedtaler var vår landsleder, Margaret Østenstad, og hun fikk formidle viktige saker som vår organisasjon er opptatt av: En rusfri verden – for Gud, heim og alle folk. Hvor viktig det er med foreldre som er forbilder! At vi arbeider for å forebygge slik at barn og unge slipper å ødelegge sitt liv på grunn av rusgifter! At vi hjelper land med å grave brønner og få rent drikkevann – slik at de ikke behøver å drikke alkohol!

Vår kasserer i Landsstyret, Aud Karin Førland, var sammen med Margaret, og de sang duett og hadde også solonummer. "Underbar fred" – vi glemmer ikke så lett når Aud Karin stemmer i den sangen!! Hun hadde også en fin og gripende hilsen om hvordan Gud kan få bitene av et ødelagt kar til å bli et nytt kar – når Han får ta seg av oss – slik det står i Jer 18.

Bjarne Neteland, en av bedehusets trofaste, minnet oss til åpning om mannaen fra himmelen;



Yui Ito, Aud Karin Førland og Sevinj Asgarova

om hvor viktig det er å ete sitt brød. Ellers var det mange hjelpere som bidro for at vi også i år kunne invitere til fest på Bedehuset.

Kari Ljønes Valland, møteleder/referent.



Kari Ljønes Valland gleder barna med gratis lotteri.



En ung deltaker koser seg med barneinnlegg i DHB blad.



Hilsen fra Landskontor

Foto: Selma

«Gleden i Herren er min styrke»

Dette ordet kom til meg i dag, da jeg tenkte på at nå må jeg skrive litt fra landskontoret! Ja, nå er det høsttid! Etter en deilig sommer på det blide Sørlandet, er jeg nå i sving på kontoret igjen.

Høsttid er innhøstningstid. Seden som er blitt sådd skal nå høstes inn! Vi synger i en sang: "En side er vårt liv her i tiden, og snart skal innhøstningen skje." Videre står det i sangen: "Det verk som er utført for Jesus, det skal evig bestå innfor Gud" Håpet vårt, er at vi kan være med å redde mange for Himmelen i denne avslutningstiden vi nå lever i.

Takk til dere som ringer og sender oppmuntrings ord til landskontoret. Vi har en kjær søster Inger Marie, ja, jeg nevner hennes navn. Hun har i lang tid sendt fast kr. 200.- pr. mnd til arbeidet blant de russkade. En minstepensjonist på en aldersheim! Jeg synes det er fantastisk! Et par ganger har hun sendt meg slike herlige brev, hvor hun forteller at dette er hennes gjerning for Gud. Hun sier også at hun ber for oss. Herlig med slike trofaste søstre.

Takk også til dere alle som holder basarer til inntekt for det landsomspennende arbeidet vårt. Minner igjen om adresseforandringer, når dere flytter HUSK: meld ifra, ellers kommer bladet i retur til kontoret!

Minner også om verdenskongressen i mai. 2013. Bli med!

Det ligger en ugjort gjerning og venter på hver og en
Den ene skal løse en knute, den andre skal løfte en sten.
Men gjerningen stor eller liten av Gud er lagt i din vei.
Og skal den løftes i lyset, så må den løftes av deg.

(Ukjent forfatter)

Varm hilsen fra Eva U. Trobe



Eva Unsgaard Trobe

Bestill plakaten/brosjyrer fra Landskontoret



Viktig!

Kjære Hvite Bånd søstre!
20. mars 2012 ble vi godkjent i Skatteetaten om fradragsrett på selvangivelsen.

Fradragsretten etter skatteloven § 6-50 er imidlertid begrenset. Det er etter bestemmelsens fjerde ledd krav om at gaver må utgjøre minst kr. 500 i det år gaven er gitt. Maksimalt beløp det kan kreves fradrag for det enkelte år er kr. 12.000. Den som gir gaven må huske på å oppgi navn, adresse, fødselsnummer og gavebeløpets størrelse. Vi må sende



års oppgave til giver der det framgår at likelydende opplysninger er sendt likningsmyndighetene. Henviser til likningsloven § 6-17 nr. 3.

Lykke til du på ditt hjemsted «For Gud, heim og alle folk».

Hilsen Aud Karin
kasserer i landsstyret.



Hjertelig takk for alle gavene!



BRØNN

Klepp Hvite Bånd	2 000
Torgunn Søyland Skoglund	200
Indre Arna Hvite Bånd	2 000
Stavanger Hvite Bånd	10 000
Asbjørg Bildøy	500
Anne-Marie Bergan	300
Judith Skeie	500
Sigrid Bjørgen	1 000
Kr.	16 500



APPELL FRA Landsstyret til alle foreningsmedlemmer til å gi til dette formål.

Det koster NOK 16 000 for én brønn. Samle inn små penger og send inn til Landskontor – gironr. 7874.06.24252. Totalt 12.08.2012 Kr. 24 940,-
Merk giroen med «BRØNN»

85 års gaven

Klara Egeland 4 000
Gratulerer med veloverstått!
Red.



Minnegave



Åshild Maria Eftevåg 500
Til minne: Brita Synnøve Selnes

GAVER

Björg Østevik (Guatemala)	500
Inger Marie Aarum	200
Björgvin Krets -	
Offer i Myking Kirke	3 377
Klepp Hvite Bånd	2 000
Finnsnes Hvite Bånd	4 000
B. Sigrund Halvorsen	1 000
Per Ingvar Teigland	200
Asbjørg Bildøy	500

Vervekampanje

Den Hvite Bånd søster som verver flest medlemmer fra 01.01.10–01.01.13 får dekket flyreisen og opphold til den 39. Verdenskongress i Adelaide, South Australia i 2013.
Verdi ca. kr 20,000.

Siste sjanse!

En konferanse 25. og 26. januar tok opp et hittil underbelyst tema i rusmiddeloffentligheten: Eldre og rus. Actis og Helsedirektoratet sto bak arrangementet og temaene var hvordan en våt generasjon vil te seg som gamle, hvor risikable de berømte "par glass vin" er for eldre og om våte sykehjem har en fremtid i Norge.

Konferansen Eldres bruk av alkohol og legemidler fant sted i Oslo og samlet 170 deltakere. En stor del av ekspertisen på rusfeltet innledet, sammen med praktikere innen geriatri og hjemmetjenester for eldre.

Bekymringsfullt?

En nokså rusbrukende generasjon er i ferd med å eldes og spørsmålet er om vi vil ta med oss rusvanene inn i alderdommen? – Nei, svarte Sirus. – Ja, svarte NOVA og NTNU.

Ståle Østhus og Elin K. Bye ved Sirus la vekt på at de på 65+ drikker mer, men mindre per gang og sjelden blir beruset.

Britt Slagsvold og Ivar Lima ved NOVA ser alkoholbruken i lys av flere av morgendagens eldre vil ha en

individualistisk fremfor en kollektivistisk verdiorientering. Ifølge deres undersøkelser øker sjansen for å ha et «høyt» alkoholforbruk blant personer med slik verdisett. Den øker også med høyere utdanningsnivå og økende grad av urbanisering.

Med økt alkoholkonsum følger flere med alkoholproblemer. Ifølge denne forskningen vil velutdannede kvinner i siste halvdel av livet være gruppen som får mer alkoholproblemer. Med utgangspunkt i HUNT-undersøkelsen (Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag) mener Morten Støver ved NTNU at det er trolig at personer med problematisk drikkeatferd i fremtiden vil ha større helsemessige utfordringer og behov for mer omfattende helse- og sosialtjenester.

Alkohol som døyver

Hvor stort er alkoholproblemet blant eldre i dag? Psykiater Jon Johnsen ved Vestre Viken HF er blant de som mener at alkoholproblemer hos eldre er underdiagnostisert. Det er registrert at om lag to prosent av de eldre er avhengige mens om lag fire prosent

har et skadelig forbruk av alkohol. Når pasienter har symptomer på depresjon eller hjertesvikt kan ofte alkohol ligge bak, sa han. De som nystarter med høyt alkoholforbruk som eldre, søker trolig den beroligende virkningen eller døyving av angst eller ensomhet.

Borgerrettighet?

Den senere tiden er alkohol – særlig vin – introdusert på sykehjem og aldersboliger. Mer liberale holdninger til pasienters alkoholbruk omtales gjerne som uttrykk for Eldres verdighet og borgerrettigheter. Jon Johnsen mener at det er et paradoks at man oftere maner de eldre til å vise mer forsiktighet i forhold til medisiner enn i forhold til alkohol, mens behovet for forsiktighet i omgangen med alkohol kan være større. Det er ikke gitt at for eksempel alle sykehjemspasienter tåler like mye alkohol. Hvor mye hver enkelt tåler, må ses i sammenheng med hver enkelt pasients medisinbruk og sykdom og hører hjemme i samtaler mellom en eldre pasient og hans eller hennes lege, mente han; – men her drøftes det altfor sjelden. De som er 65 år og eldre tåler halvparten av de som er yngre, og det er svært risikabelt å kombinere alkohol med for eksempel hjerte-medisin, minnet han om.

Jon Johnsens alkoholråd for 65+: Ikke mer enn 7 enheter per uke, tre alkoholfrie dager, max tre enheter per drikkesituasjon.

Ny målgruppe for tidlig intervensjon: I Oslo er det startet et omfattende samarbeid mellom sykehus og bydeler for å bedre helsen og minske hjelpebehovet som følge av rusbruk hos mottakere av hjemmetjenester. Prosjektet Eldre og rus bygger blant annet på elementer fra motiverende samtale. Også Kompetansesenter rus- Oslo har gjort erfaringer med å spre kunnskap i hjemmetjenesten om tidlig intervensjon.

Kilder: Aftenposten



Utfordringer: Kommunale og spesialiserte helsetjenester er ikke forberedt på at endringer i drikkevaner også fører til økt alkoholbruk blant eldre. Illustrasjonsfoto: Colourbox

UNITED NATIONS



NATIONS UNIES

THE SECRETARY-GENERAL BUDSKAP TIL DEN INTERNATIONALE UNGDOMSDAGEN 12. august 2012

Dagens ungdomsgenerasjon – den største verden noen gang har hatt, og hvor langt de fleste lever i land i den tredje verden – har et unikt potensiale til å bedre levevilkårene for hele den menneskelige familie. Likevel lider mange unge, også de som har god utdanning, av lavt betalte jobber, arbeid uten fremtidsmuligheter og en rekord høy arbeidsledighet. Den globale økonomiske krisen har rammet de unge hardest, og det er forståelig at mange blir nedslåtte av de økende forskjellene. Mange har ingen aktuelle fremtidsutsikter, og er utestengte fra de politiske, sosiale og oppbyggende prosessene i landene deres. Hvis vi ikke snart gjør noe med dette, risikerer vi å skape en «lost generation» av bortkastede talenter og drømmer.

Å arbeide med, og for, de unge er en av mine prioriteter. De unge er en styrke som kan tilpasse seg, de er kreative, de er resursfulle og entusiastiske representanter for forandring både her på jorda, og i verdensrommet. Fra deres posisjon som krumtapper i arbeidet for frihet, demokrati og likhet, og til deres globale mobilisering til støtte for Rio+20 UN Conference on Sustainable Development, har de unge igjen energisk vist sine ønske om å snu historiens gang og takle de globale utfordringene.

Unge menn og kvinner er ikke passive trygdemottakere, men likeverdige og effektive partnere. Deres aspirasjon går langt forbi det å få en jobb, ungdom ønsker også et sete ved bordet – en fullverdig stemme i formingen av den politikken som former deres liv. Vi må lytte til, og samarbeide med de unge. Vi må etablere flere og sterkere mekanismer for å aktivisere de unge. Tiden er kommet for å la de unges stemmer få mer å si i den bestemmende funksjonen på alle plan.

I hele verden er det en økende forståelse av behovet for å styrke politikken og investeringene som involverer de unge. På Ungdommens dag vil jeg oppfordre regjeringer, den private sektor, det sivile samfunn og de akademiske institusjoner til å åpne dørene for de unge og styrke samarbeidet med ungdomsorganisasjonene. Ungdommen kan bestemme om vi går mot en mer farefull verden, eller mot mer positiv forandring. La oss støtte de unge i vår verden så de kan bli voksne som kan oppfostre en ny generasjon av produktive og sterke ledere.



Ban Ki-moon
Generalsekretær i FN

Det Hvite Bånd har siden 1953 hatt
NGO status med FN (ECOSOC)



Stol på Herren av hele ditt hjerte