

Det Hvite Bånd

– en rusfri verden



«For Gud, heim og alle folk»

105. årgang nr. 1/2 2015



Se utvidet
barn/ungdomssider
s.17 - 24

Landsmøte på Stord
8. - 11. oktober 2015

Det Hvite Bånd

«For Gud, heim og alle folk»



UTGIVER: Det Hvite Bånd
Landskontoret: Torggt. 1, 0181 OSLO
Giro: 7874.06.24252
Org.nr.: 971 422 025
hjemmeside: www.hviteband.no

LANDSKONTOR (telefontid 10.00–14.00):
Regnskapsek./medl.iste Eva U. Trobe
Tlf. 23 21 45 36
Faks: 23 21 45 01
E-post: DHBkontor@actis.no

REGNSKAP:
Katrine Isaksen. Tlf. 23 21 45 12
E-post: katrine@actis.no

HOVEDANSVARLIG REDAKTØR:
Margaret Østenstad, mob: 473 99 402
Medarbeider: Brita Nilssen
Håndskrevet stoff sendes til Landskontoret
Annet stoff sendes margaretostenstad45@gmail.com

PRODUKSJON: Poppcorn design
Opplag: 2 000
Medlemskontingent kr 200,- pr. år.



Innhold

Landsleder hilsen.....	3
Artikkel	4
Brosjyre	5
Riisby	6
Riisby	7
Riisby	8
Avd. Sosial	9
Minneord.....	10
Andakt: Vårt håp.....	11
Samarbeidspartnere Familie & Medier	12
Samarbeidspartnere Actis	13
Fra lederkonferansen: Om lederskap	14-15
Juniorleder	16
Barnesider 6 - 12 år	17-20
Ungdom over 13 år.....	21-24
Avd. Bibel og bønn, Andakt fra en ungdom.....	25
Avd. Familie	26
Avd. Utdanning.....	27
Nyhet fra en ungdom	28-29
Krets og foreninger: Til Inspirasjon	30
Medlemsnytt: Rapport fra sykkelsetet	30-31
Krets og foreninger.....	32-35
Hilsen fra Landskontor.....	36
Gaver og nye medlemmer	37
Hva er Det Hvite Bånd	38
Landsmøte 2015	39



Frist til neste blad 18. april



LANDSLEDER
Margaret Østenstad
Rygjehaugvegen 13, 4265 HÅVIK
tlf. 52 84 29 93/473 99 402
E-post: margaretostenstad45@gmail.com
Leder for Internasjonalt Utvalg



BARN OG JUNIORLEDER
Ann June Hallaråker
E-post: annjune.hallaraker@bkkfiber.no



NESTLEDER
Aud Bodil Brekka
Avd. leder: Sosial
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: Bibel og bønn
tlf. 37 08 84 63



Maria S. Moe
tlf. 993 83 859



Brita Nilssen
Avd. leder: Familie
tlf. 98 80 23 92
e-mail: britanilssen@hotmail.com



Torgunn Søyland Skoglund
Avd. leder: Utdanning
tlf. 48 19 70 45
e-mail: torgunnskoglund@live.no

IKKE LA NARKOTIKA HOLDE DEG TILBAKE!

*For jeg vet de tanker jeg tenker om dere, sier Herren.
Det er fredstanker og ikke tanker til ulykke.
Jeg vil gi dere fremtid og håp. Jer. 29.11*

Landsleders hilsen

Kjære alle!

Jes. 45.2 Jeg vil gå fram foran deg, og bakker vil jeg jevne. Dører av kobber vil jeg spreng, og bommer av jern vil jeg hogge i stykker.
3. Jeg vil gi deg rikdommer i mørket og skatter som er gjemt på mørke steder, så du kan vite at jeg er Herren, som kalte deg ved navn, Israels Gud.

Les Jesaja 45

Mektige ord som vi kan starte 2015 med! Jeg er så stolt av alle som har bidratt med å gjøre 2014 til et fremgangsrikt år.

DHB Blad sin nye utgave er nå 5 år gammelt. I 2015 er det utvidet med fire sider slik at det er fire sider for barn 6-12 og fire for ungdom over 13 år. Skal du ha et møte, så bestill ekstra nummer av bladet. Det er vår beste PR og husk at kommunikasjon er viktig!

Jeg leste nylig: *I dette livet vær snillere enn nødvendig, for overalt er det noen som kjemper en form for kamp.* Hvordan vi oppfører oss reflekterer vår organisasjon.

Hvis vi skal få folk til å åpne ørene sine til budskapet om avholdenhet må vi få dem til å åpne sine hjerter.

Maya Angelou, som gikk bort nylig, oppsummerte det slik:
”Jeg har lært at folk vil glemme hva du sa. Folk vil glemme hva du har gjort. Men folk vil aldri glemme hvordan du fikk dem til å føle».

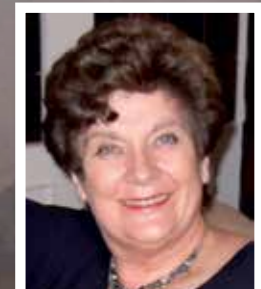
Vi er alle gitt muligheter til å vise at **VI BRYR OSS** på en eller annen måte. Når folk ser at vi virkelig bryr oss om dem, at det ikke bare er tomt prat, så vil de forstå hvorfor vi kommer med advarsler om de skadelige effektene av alkohol, tobakk og andre avhengighets-skapende stoffer.

Husk også at overfall der alkohol er med i bildet, aldri bør tolereres. Det er rett og slett galt! Budskapet er at vold i hjemmet har ingen venner noensteds.

Det gamle ordtaket om at **«hvis du finner noe du liker å gjøre, vil du aldri jobbe en dag i ditt liv!»** er absolutt til stede. Liker du hva du gjør? I så fall spør alle du kjenner om å hjelpe deg å gjøre en jobb under en av våre avdelinger. Kanskje vil hun være glad for å hjelpe og få respekt for organisasjonen og ønsker å være medlem! Du vil aldri vite med mindre du spør!

For å hjelpe oss til å gjøre vårt beste, trenger vi alle å be om en tjeners hjerte - Så lenge som barn er skadet av sin mors drikking under graviditet så vil vi fortsette kampen. Så lenge som familier er ødelagt av alkoholisme og barn er misbrukt vil vi fortsette kampen. Så lenge som mennesker dør av overdoser vil vi fortsette kampen.

Kjærlig hilsen, Margaret



Margaret Østenstad



Karl Løssius,
klinisk psykolog



Bill Tore Ingles,
addictolog

GODHET BLIR AKTIV DØDSHJELP

–Det er vanlig at familien endrer adferd for å tilpasse seg den rusavhengige, sier addictolog Bill Tore Ingles.

–De fortrenger egne ønsker og behov og bruker sitt gode hjerte for å ta vare på den rusavhengige. Og så er de egentlig med på å forårsake en langsom død. For eksempel kan de dosere ut alkohol for å få en viss kontroll over forbruket hans. Eller begynne å drikke med ham for å dempe skammen. De kan ringe på jobben hans og si han er syk, og så skyver de ham langsomt utfor stupet. I verste fall seg selv også, sier addictologen.

De pårørende sliter med skam. De får et innsnevret sosialt liv. De orker ikke dra på jobben. De kommer i økonomiske vansker. De får følelsesmessige problemer. Det er derfor det kalles å være medavhengig. Forskjellen er at den medavhengige ikke har rusen til å hjelpe seg.

–Den eneste måten å hjelpe en rusavhengig på, er å få ham til å ta ansvar for sitt eget liv. Måten å få ham til å ta ansvar på, er å vise ham noen konsekvenser.

Verst å miste jobben

Ingles sier at for en mannlig alkoholiker er det gjerne når jobben ryker at han forstår at han må gjøre noe med drikkingen.

–Jobben er hans identifikasjon og fassade. Når han mister jobben, er skammen total. Da kan alt gå utforbakke, men det kan også være da han virkelig får motivasjon til å snu livet sitt rundt.

Proessen med å slutte å drikke er både tøff og nødvendig. Kortvarige behandlingsprogrammer på klinikk kan hjelpe med å få alkoholen ut av kroppen på en trygg måte og øve opp evnen til å leve uten alkohol, lære om sitt drikkemønster og hvilke funksjoner alkoholen fyller i livet. Langvarige behandlingsprogram-

mer innebærer blant annet opplæring i å motstå alkohol, leve sunt og takle følelser som sinne, angst, kjedsomhet, fortvilelse og depresjon, sier addictologen.

Må få støtte

Det er viktig å ikke tenke at alt blir rosenrødt bare den rusavhengige slutter å drikke. Tiden etterpå kan være tøff, også for de pårørende.

–Plutselig er man klar i hodet og får masse tid og energi til andre ting. Dette gjelder også for de pårørende. De får plutselig mulighet til å tenke på seg selv, egne følelser og behov – alt de har skjovet til side. Det er ikke alltid like behagelig. Det er viktig at både den rusavhengige og de pårørende får støtte i denne perioden, slik at de vokser sammen. De medavhengige har vært en del av problemene. Nå skal de bli en del av løsningen, sier Ingles. ●

Her får du hjelp

Opplevelse av makteløshet, følelse av skam, kontrollbehov, ensomhet og følelse av å være selvutslettet, er tegn på medavhengighet. Det finnes steder der du som pårørende kan få hjelp og støtte. **FriMot** er en selvhjelpsgruppe der du kan treffe mennesker som er i samme situasjon. **Selvhjelp Norge** (tlf. 23 33 19 00, nett: selvhjelp.no) har også grupper, og der kan du få kunnskap om rusmidler og råd om hvordan du kan ta vare på deg selv. Det samme gjelder **Al-Anon** som kun har som formål å hjelpe alkoholikerens pårørende. Tlf. 92 84 45 51. Nett: al-anon.org/norway/

Fakta om alkoholmisbruk

- I 2012 var det 331 alkoholdødsfall i Norge.
- Alkoholmisbruk og alkoholavhengighet er den vanligste psykiske lidelsen i Norge. Misbruket er dobbelt så høyt i store byer som i mindre tettbygde strøk.
- Alkoholforbruket er høyest i grupper med høy inntekt og/eller høy utdanning.
- Mer enn hver 10. av Norges voksne

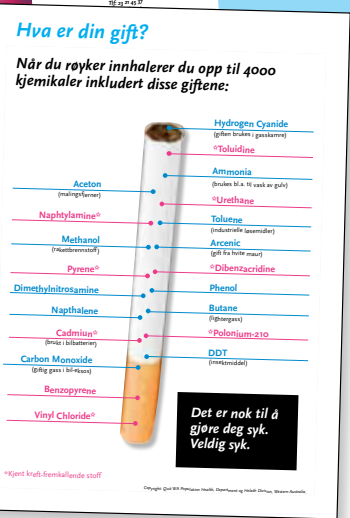
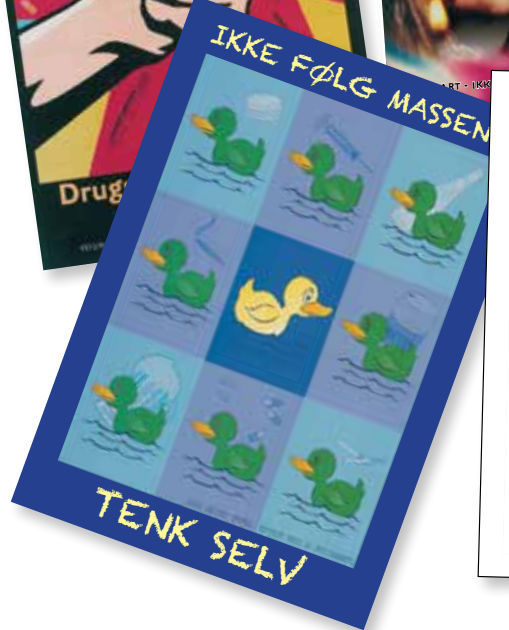
befolkning vil ha hatt minst én periode av livet med alkoholmisbruk eller alkoholavhengighet. Av disse 10 vil åtte ha misbrukt alkohol og to ha utviklet alkoholavhengighet.

- Menn har to-tre ganger høyere risiko enn kvinner for å utvikle alkoholproblemer.

Kilder: Sirus, Helsedirektoratet, AA



Bilder: Helse nr. 5-14 51



Gratis! Bestill fra Landskontoret! Tlf.: 23 21 45 36



Riisby

Tove Kristin Jevne
Institusjonssjef

Hilsen fra Riisby!



Bjørn Svendsen
Faglig leder/ Psykolog

Jeg vil nok en gang få takke for alle de flotte gavene som ble gitt til pasientene til jul. Tusen takk for all omtanke, alle hyggelige hilsener og hjemmestrikkede gaver! Dette er gaver som varmer i dobbelt forstand! Vi mottok også mange pengegaver som vi bruker til kjøp av julegaver, materiell til juleverkstedet, turer, aktivitetsdager og andre trivselstiltak. Året 2015 startet med stor fint besøk på institusjonen den 21. januar. Det var Helse og sosialkomiteen fra Stortinget som var på besøk til ulike institusjoner i Oppland. På denne rundreisen gjorde de altså et stopp på Riisby! De hadde avsatt en time som vi hadde til å fortelle om institusjonen vår. Etter mottakelse på tunet fikk de en kort omvisning på avdeling A, som er det nyeste bygget på Riisby. Vi fortalte at utbyggingen av avdelingen kom som et direkte resultat av at rusbehandling ble en del av spesialisthelsetjenesten fra 2004 og pasientene fikk pasientrettigheter. Flere av medlemmene hadde vært med å vedta denne lovendringen, det var dermed ekstra interessant å

se resultater av det. Jeg fortalte at vi har hatt en styrking av tjenesten i form av blant annet lege i full stilling, sykepleier på vakt hele døgnet, våkne nattvakter mm. Etter omvisningen benket vi oss i stua hvor det ble servert kaffe og kringle. Vi fortalt litt om Riisbys historie, om Det Hvite Bånd som startet opp her i 1960, at de allerede da hadde hatt institusjonsdrift i flere tiår på andre steder før Riisby. Vi fortalte litt om hva behandlingen består i. Også denne gangen fikk vi hjelp av Therese og Robert som fortalte om hvordan det er å jobbe seg ut av avhengigheten. De er to særdeles gode ambassadører for Riisby! Komiteemedlemmene lyttet interessert og hadde mange spørsmål til oss. De var engasjerte og kjente tydeligvis fagfeltet godt. Vi snakket en god del om alle utfordringene knyttet til utskrivning fra institusjon etter endt behandling. Vi pekte spesielt på hvor vanskelig det er å skaffe bolig for mange av våre pasienter. Komiteen fikk tilslutt en orientering om ettervernsprosjektet vi har søkt om. Riisby har søkt midler fra Helse-

direktoratet for gjennomføring av et ettervernsprosjekt ved utskrivning. Prosjektet er planlagt gjennomført over 12 måneder i Oslo i samarbeid med Senter for Rus og Avhengighetsforskning ved Universitetet i Oslo og Nasjonalt Senter for Selvmordsforebygging og Forskning. Det er satt av midler over statsbudsjettet for gjennomføringen av dette i 2015. Formålet med ettervernsprosjektet er å gi pasienter et faglig spesialisert ettervern over tid for å forebygge og forhindre tilbakefall til rus. Riisby har stor tro på at prosjektet representerer et effektivt tiltak for å forebygge tilbakefall for denne sårbare pasientgruppen som ofte faller raskt ut av det kommunale ettervernet ved utskrivning.

Bjørn Svendsen og
Tove Kristin Jevne

RIISBY BEHANDLINGSSENTER

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

I forbindelse med julen 2014 har vi mottatt julepakker og pengegaver. Dette ønsker vi å takke for gjennom Det Hvite Bånd's blad.

Takk for alle gavene i forbindelse med julen 2014 .

Rogaland Krets (Adventsamling)	kr. 1 000,-
Bolsøya Hvite Bånd	« 1 000,-
Lensvik Hvite Bånd	« 2 000,-
Vest-Agder krets	« 5 000,-
Frekhaug Hvite Bånd	« 1 000,-

Bergny Birkenes	« 200,-
Stavanger Hvite Bånd	« 1 000,-
Rogaland Hvite Bånd	« 5 000,-
Volda Hvite Bånd	« 1 000,-

Julegaver til pasientene fra:
Frekhaug Hvite Bånd, Flekkefjord Hvite Bånd, Bergen Hvite Bånd, Randaberg Hvite Bånd, Tørvikbygd Kvite Band, Haugaland Krets, Gjøvik Hvite Bånd, Voss Hvite Bånd, Kragerø Hvite Bånd, Kolvereid Hvite Bånd, Mosjøen Hvite Bånd og Sandefjord Hvite Bånd.

Hjertelig takk for alle gavene.
Med hilsen Stiftelsen
RIISBY BEHANDLINGSSENTER

Tove Kristin Jevne
Institusjonsleder

Ruth Sørseth
økonomikons.

Helsing fra Riisby

Riisby

Åslaug Mjøs
Styreleiar



Godt nytt år! Ved årsskiftet er det litt utskifting i styret for stiftelsen Riisby Behandlingssenter.

Eg som plar skriva i denne spalta, trekkjer meg som leiar i styret, og Tora Husan, med Landsstyrets godkjenning, har lova å ta over stafett-pinnen.

Ho har lang røynsle som lokalpolitikar i heimkommunen i Trøndelag, og har leda mange kommunestyre-møte der. Ho har også fleire år bak seg i styret for Riisby.

Då vil eg ynskja det nye Riisby-styret lykke til, og takk for meg.

Helsing
Åslaug Mjøs.

Takk for trofaste tjeneste!
Fra Landsstyret



Kjære Hvite Bånd!

Mange pasienter tilbrakte julen på Riisby i fint pyntete lokaler med mye god mat, julemusikk og fin stemning. Vi fikk virkelig følelsen av verdighet og hjertevarme som personalet skapte. Mange gledet seg over å feire en rusfri jul, for enkelte var det mange år siden sist.

Julaften var selvsagt høydepunktet med åpning av pakker fra Hvite Bånd flere steder i Norge. Det at logistikken under pakkingen kanskje hadde sviktet et øyeblikk da en mann pakket ut en lysrosa topplue, skapte bare masse latter og munterhet.

Men med litt godvilje og gavebyting, fikk den "uheldige" mannen til slutt en farge som modellen på bildet viser. Den rosa luen ble til glede for en av damene. Vi må også rette en stor takk til vår høyt verdsatte prest, Ragnar Enger, som stod for fine samlinger og fortellinger i peisestua i juletiden.

Tusen takk fra oss pasienter! Riisby, Januar 2015





Riisby

Ragnar Engen,
Riisbyprest

Kilder til mening

Alle mennesker søker etter mening. Den lar seg ikke finne sånn uten videre. Men heldigvis finnes anvisning til kilder som gir opplevelse av noe meningsfullt. Forskning viser at kombinasjonen av følgende faktorer er viktig:

Vi opplever mening når

- A) vi evner å se verdien av små ting i hverdagen og gleder oss over dem,
- B) vi sørger for at gjøremål som for eksempel rengjøring og betaling av regninger ikke blir utsatt, men utført i tide,
- C) vi utvikler egen kapasitet og egne ressurser,
- D) vi bryr oss om andre og forholder oss til noe åndelig
- E) vi skaper noe og er kreative
- F) vi er i stand til å tilpasse oss virkeligheten og ikke lar oss knekke av livets små og store påkjenninger.

Disse seks punktene er det som ifølge forskeren Tanja Schnell gir mening. Ut fra egen erfaring må jeg si at forskeren treffer bra. For å teste Tanja Schnells resultater, kan vi snu på

«flisa» og se hva vi erfarer når vi unnlater å følge anvisningen.

Når vi

- A) ikke ser verdien av de små ting, men henger oss opp i det negative, viker mening for misnøye,
- B) utsetter dagliglivets ofte trivielle, men viktige gjøremål, blir utilfredshet konsekvensen,
- C) unnlater å bruke evner og talenter som vi har, blir vi frustrerte,
- D) ikke bryr oss om andre og unnlater å forholde oss til noe åndelig, blir konsekvensen ensomhet og tomhet,
- E) lar være å skape noe, stagnerer vi,
- F) ikke tilpasser oss virkeligheten, men flykter fra og fortrenger det ubehagelige, får resignasjon og apati grobunn.

Beskrivelsen som jeg har gitt her, er kortfattet og svært ufullstendig.

Som leser synes du muligens at noe mangler. I alle tilfeller kan du åpent og fordomsfritt ta for deg de enkelte punkter, reflektere over dem og føye til noe du synes skulle være med ut

fra egne erfaringer. Jeg tror sikkert det ville være meningsfullt.

Å bry seg om andre og forholde seg til noe åndelig (punkt d) er helt i Det Hvite Bånds og Riisbys ånd. Hele virksomheten hviler på dette.

Kilde til mening er å tenke at hvert enkelt menneske har uendelig verdi og skal møtes med respekt og omtanke. Og den dypeste kilde til mening er troen på Gud, som sier «Vær ikke redd, for jeg er med deg. Se deg ikke rådvill omkring, for jeg er din Gud!» Jesaja 40,10.

Lykke til med livet ved meningens kilder!

Hilsen Riisbyprest
Ragnar



Friske skudd på tørr grein

Avd. Sosial

Aud Bodil Brekka



Bjørka stod som et fyrverkeri i vannkanten. Det gnistret i knall oransje, lyste solgult og brunt i sjatteringer som nesten tok pusten fra en ensom høstvandrers.

For et spill av farger! Jeg stoppet opp og stirret på den hvite neveren som lyste fra en stamme som lutet forsiktig utover vannflaten. «En ungbirk stander ved fjorden og vannspeilet ganske nær» - Jørgen Moe's vakre dikt tok form i minnet.

Plutselig oppdaget jeg en kvist på treet som hadde irrgrønne, friske blader.... Det var da underlig!

Hele treet var merket av den gyldne årstid som høsten er og så stod noe frekke, frodige blader og liksom smilte til meg. «Her er vi! Sterke og optimistiske i litt tørre omgivelser».

Forunderlige natur med sine mange luner. Mens høstens regn og litt sure grader satte sitt preg på landskapet ble jeg vitne til at en liten bjørk hadde tålt påkjenningen, trosset tøffe omgivelser og fremdeles hadde livsmotet i behold. Ikke enkelt å forklare, bare konstatere at sånn var det.

Tankene mine tok til å vandre; stanset ved menneskenes måter takle livets mange «tildragelser på.»

For noen er livet en reise på blikkstilte hav, andre må kjempe seg gjennom bølger og stormkast. Det underlige er at den som har møtt motgang og prøvelser får en indre styrke som bærer når storkastene river i mast og seil på livets skute. Som bjørkebladene ulike styrke når høstens kjølighet melder seg, sånn et det med oss mennesker.

Noen tåler tørke og tunge tider uten å miste livsmotet, mens andre strever med å møte en ny dag. Meningen med å leve får en større dimensjon når våre medmennesker erfarer at vi er til for dem.

«Bær hverandres byrder» er Bibelens oppfordring. Vi takler livs kriser på ulike måter, det er ikke lett å stå med frodige grønne blader når alt rundt oss gulne og visner.

Da er det godt å ha en hånd å holde i og vite at Jesu ord om at Han er med ALLE DAGER fremdeles er gyldig!

Jeg vil sende en kjærlig hilsen til alle DHB medlemmer rundt i hele landet. Det spirer irrgrønt flere steder enn vi aner! Det sørger vår Himmelske Far for!

Aud Bodil Brekka

*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 duftet
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

To av våre tidligere aktive medlemmer her i Rogaland Krets har gått bort i 2014.



MAGNHILD HØYE

Sandnes. Døde i vårhalvåret



EDITH HELENE SKÅLAND

Nærbø. Døde i september 91 år gammel

Hun var leder for Ganddal Hvite Bånd gjennom flere år, helt til laget måtte legge ned da det ikke fikk ny leder. Magnhild vokste opp i Flekkfjord, men hennes mann var lærer i vid. skole i Sandnes, og det var her hun fant sine oppgaver å gå inn, i bl.a. Hvite Bånd. Hun var med i Kretsstyret, var ei skrivekyktig, klok dame, som og ga til kjenne sitt syn på våre administrative oppgaver innen kretsen, selv om det ikke fikk gjennomslag da. Hun var talskvinne for at pengene ble brukt når en satt med høye beløp på kontoen, og oppgavene var mange både lokalt og ut fra Hvite Bånds arbeid generelt. Kretsstyret har enstemmig styrt etter hennes gode råd i mange år.

For noen år siden hadde vi kretsårsmøte på Nærbø, og Magnhild kom til meg med et nett fullt av foreningsbøker. Hun var da langt over de 80, og fortalte hvordan hun hadde prøvd å finne noen som kunne overta som leder for Ganddal Hvite Bånd, uten at det hadde lyktes. I dette laget var da også tidligere Sandnes Hvite Bånd.

Nå måtte de legge ned, men de hadde mange medlemmer, de fleste med en høy alder. I 2014 har de 26 medlemmer! Magnhild Høye var en av våre æresmedlemmer, og ble 92 år. Da hun fylte 90 år, fortalte hun at medlemmer hadde sagt:

«Vi skulle ikke ha lagt ned, vi hadde det så gildt!»

Vi takker Gud for alt Magnhild Høye fikk gi ved å bære

Hvite Bånd arbeidet videre!

Edith Skåland var utdannet lærer og rikt musikalsk utrustet. Hun spilte flere instrument, var leder for barnekor som de første årene hadde øvelse heime i hennes egen stue. Seinere ledet hun og musikklaget på Bedehuset, og hadde pianoelever. Men dette var ikke alt, hun hadde og tid til Det Hvite Bånd, var medlem og med i Kretsstyret. På 1960-tallet var hun vår faste sjåfør for Hvite Bånds «legendariske» Gesine Aakre fra Egersund, da hun reiste langs Jærkysten og stiftet Hvite Bånd lag! Ved minnestunden i Nærbø gamle kirke, stilte barn og barnebarn opp med instrumenter og sang fra en av sangene hun hadde i korene sine:

«Han tek ikkje glansen av livet, den Frelser som kaller på deg. Fyrst då kan for alvor du leva når han får deg følgja på vei. Han fører deg frelste over fjorden, heilt fram til den Himmelske stand. Når døden sin brotsjø du møter, vil Jesus dra båten i land.»

Takk til Gud for alt Edith Skåland fikk gi Hvite Bånd og andre arbeidsgreiner innen det kristne arbeidet!

Solveig Vatland Bøe

Vårt håp

Er vi tilgitte syndere, har vi del i det evige livet.

Dette var den trøsten og det håpet Petter Dass hadde innfor evigheten.

Glad nordlending: **«Min sak er klar! Gud skje lov! Min sak er klar. Gud skje lov! Jeg fred alt har. Fred med Gud, som før var vred. Fred med min samvittighet.»**

Det var hr. Petter som skrev dette. Petter Dass. I manges bevissthet er Petter Dass selve eksemplet på frødighet. Og det skal han ha: Han var dristig i billedbruken. Frisk i språkbruken. Hverdagsnær. Romslog. Folkelig. Han var rett på sak og temperamentsfull. Han levde tett på samtiden. Han merket seg folks reaksjonsmønster. Han kunne levende beskrive sjøsprøyt og uvær. Han skildret fjellverdenens sjarme og uhygge, bondens slit og fiskerens strev i åpne båter. Han kjente de ulike fiskeslagenes særtrekk. Han hadde stor glede av å leke med ord. Han hadde også en skarp evne til å registrere detaljer i bibeltekstene. Han gledet seg over spennende bibelfortellinger. Han brukte dem til i forkynnelsen sin. Det gamle testamente var en skattkiste for ham. Især ga det ham et forråd av bilder som han brukte for å illustrere livet med Gud.

Ja. Alt dette er sant.

Men han var et vanlig menneske. Noen ganger ga han etter i fristelser. Grove overtrap? Kanskje ikke. Men hans treffsikre beskrivelse av syndens ulike utslag vitner om en som kjente sitt eget syndige hjerte.

Han visste at kjødet verken er Guds lov lydig, eller kan være det (Rom 8:7). Innsikten i noe av dette danner bakteppet for det verset jeg siterte ovenfor. Han har fått se lys i tunellen! Verset er et av tretti vers om uttrykket «syndenes forlatelse» i trosbekjennelsen. Gjennom hele salmen er det som han tviholder på «det rykte» som går: At Gud er en Gud som tilgir (v. 5). Ja, den bildebruken som Guds engel anvendte overfor Abraham (når det gjaldt etterkommere), bruker Petter Dass om synden:

«Er den tallrik, så som sand, jeg tror dog min frelsermann har til fulle klarert alt og den hele sum betalt.»

Ja, selv den iboende synden har Jesus gjort noe med. Påskeevangeliet inneholder hemmeligheten:

«Er den synd som i meg bor så som hele klipper stor, større dog min Jesus er i sin død og lidelser.» Fordi Guds vrede ble uttømt over Sønnen på korset, er saken nå god: **Er du Gud nå på meg vred? Jeg har Sønnen i mitt sted. «Han, din sønn, tok alt på seg, Han, ja, han er nok for deg.»**

Kanskje tenker han også på mennesker han har møtt i sjelesorg. Mennesker han snakket med før de fikk sin dødsstraff. Mennesker som visste at de sto i en bunnløs gjeld til Gud. Han visste at de kunne tvile på nåden i Kristus. Han kjente den tvilen selv. Han visste Satan ville skape fortvilelse i hjertene.

Derfor avslutter han salmen slik: **«Bort all vantro, kom deg bort! Bort fortvilelse, pakk deg bort! Bort all Satans fristelser, Jesus min forløser er.»**

Kan jeg stole på dette? Ja. Gud glemmer ikke det nådeløftet som han har møtt oss med i Kristus. Fra hans side er det alvorlig ment. **«Min sak er klar!»** Formuleringen **«syndenes forlatelse»** i tredje trosartikkel er ikke for ingenting plassert like foran ordene om det kristne håpet. Rekkefølgen er **«... syndenes forlatelse, legemets oppstandelse og det evige liv.»** Er vi tilgitte syndere, har vi del i det evige livet. Dette var den trøsten og det håpet Petter Dass hadde innfor evigheten. **«Petter Dass-prisen»** lå foran ham. Det er også min trøst og mitt håp. Jeg skal også få «Petter Dass-prisen» en dag. Ufortjent.

I ham har vi forløsningen som ble vunnet ved hans blod, tilgivelse for syndene. Så rik er Guds nåde.

Egil Sjaastad
Fjellhaug Internasjonale Høgskole

Kilde: www.dagen.no

Et nytt år med senkede skuldre



Jeg har et ambivalent forhold til nyttår. Ikke selve feiringen. Den er hyggelig nok. Men overgangen til et nytt år har jeg litt delte følelser for. Det handler om nyttårsforsettene som omgir oss, ikke minst i pressen. Nok et år skal vi bli flinkere enn vi var året før.

For å ta det positive først. Selvfølgelig er det fint når årsskiftet blir en hjelp til å endre livsstil, som å slutte med røyking eller ha et sunnere kosthold. Noen går enda dypere og tar valg som gjør noe med deres trosnivå. De bestemmer seg for å lese gjennom Bibelen på ett år. Eller de legger opp til et mer systematisk bønneliv. Kanskje også nyåret for noen kan bringe med seg et nystartet liv i et kristent fellesskap?

Et nytt år kan, om vi bruker det som en anledning for å ta gode valg, bringe nye velsignelser inn i våre liv.

Jeg hadde også tenkt å komme med råd angående nyttårsforsetter, ved å skrive en kommentar om vår mediebruk. Om å bruke årsskiftet til å ta noen gode valg for 2015 også i vår mediehverdag. For hvor mye og hva vi fyller oss av ulikt medieinnhold, vil prege livene våre. Eller for å si som Ordspråkene: «Bevar ditt hjerte framfor alt du bevarer, for livet går ut fra det.» Det er vanskelig å understreke nok hvor viktig disse hverdagsvalgene er for våre liv, ikke minst for vår gudsrelasjon.

Men det er likevel noe skummelt her. Jeg kjenner - og observerer - en utslitthet som sniker seg inn, umerkelig, gjerne ikledd gode forsetter.

Vi skal bli sprekere, slankere, smartere, sunnere og saligere. Nå er det på tide å luke bort alle feilene vi har og la middelmådigheten bli et tilbakelagt stadium. Også i gudslivet vårt er det nok å ta tak i. Nå er det tid for å bli flinkere. Som om lykken finnes der fremme et sted, gryten med gull i enden av regnbuen. Der fremme skal vi endelig kjenne tilfredsheten over å fikse livet. Denne tankegangen ender i ytterste konsekvens i at verdien som menneske måles ut ifra hvor godt vi lykkes i å slanke oss, jogge lengre eller være mer iherdige bibellesere. Dermed fyller pressen og markedsførere sine forsider og reklamer med råd og produkter som skal hjelpe oss med å finne lykken i et nyttårsforsett. Godt hjulpet av vår selvopptatthet og dårlige selvbilder.

Tomheten og utslittheten venter på oss hvis valgene våre tas på feil grunnlag. Hvis vi tenker at nyttårsforsettene skal føre oss opp på et høyere nivå av trygghet og tilfredshet, har vi kommet skjevt ut fra starten. Da vil lykken vi jakter etter, ikke vare lengre enn vi klarer å holde de gode løftene. For hjertene forandres ikke av forsettene nakketak. Bibelen snakker ikke om å bli flinkere. Gud ønsker ikke skippertak fra oss, og han snakker heller ikke i varme ordelag om dem som skaper et ytre skinn av å fikse livet.

Bibelen snakker om å dø fra seg selv. Om å finne styrke i svakhet. Om at Gud vil bo hos dem som har et sønderknust hjerte. Om å ha blikket festet på Jesus. Om at hans nåde er nok for oss.

Jo, det krever bevisste valg fra oss. Men valgene handler mer om å dø fra seg selv enn å bli flink. For Gud er ikke opptatt av kompetanse, posisjon eller dyktighet. Han vil ha knuste hjerter. Hjelpeløshet. Rop om nåde.

Der kan noe nytt skapes. Et frø av Guds rike som bærer i seg en vekstkraft vi ikke aner rekkevidden av. En flamme av Den hellige ånd som spres i våre relasjoner. Et nytt hjerte, der vi kan si det samme som Paulus: «Jeg er korsfestet med Kristus; jeg lever ikke lenger selv, men Kristus lever i meg. Det livet jeg nå lever som menneske av kjøtt og blod, det lever jeg i troen på Guds Sønn, som elsket meg og ga seg selv for meg.»

Og på det grunnlaget kan vi ta gode valg, også i vår mediehverdag. For nå handler det ikke om den endeløse jakten etter lykken ved enden av regnbuen. Nå handler det om å bli det vi allerede er. I takknemlighet og med senkede skuldre.

Ha et velsignet nytt år!



Det Hvite Bånd ser alkoholbruk og drikkeskikkene som et av de største samfunnsproblemer. Derfor arbeider denne organisasjonen iherdig for å vekke kvinnene til å se sitt ansvar og ta et avgjort standpunkt mot alkohol og andre rusgifter. Vi verdsetter våre samarbeidspartnere og det viktige arbeidet de gjør.

DETTE ER VÅRE SAMARBEIDSPARTNERE:



Actis kongress 26.-27. september, 2014 Referat

Arne Johannessen åpnet kongressen. Han sier den nye regjeringen legger opp til lettelse i alkoholpolitikken: Nye åpningstider på vinmonopolet, sprit mot mindre tobakk, gårdsutsalg m.m. For oss er en restriktiv alkoholpolitikk meget viktig

Det er ubehagelig å arbeide mot alkohol og narkotika. Den norske alkoholpolitikken er human. Vi har også et spillproblem i Norge, det er beregnet at vi har 20 000 avhengige. Actis er viktig i denne situasjonen. 50 % av sykefraværet er rusorientert, så forebyggende arbeid er meget viktig.

Ved presentasjonen av deltagerne var det 53 stemmeberettigede.

Årsberetning 2012-2014:

Actis la ned mye arbeid ved regjeringsskiftet, fikk god hjelp av KRF. Mina Gerhardsen ble valgt til ny generalsekretær. Eivind Hasle var bekymret for at det blir mindre representanter fra distriktene, og flere fast ansatte i Actis. Det er veldig viktig med det regionale samarbeidet. Det var også snakk om å legge ned de regionale kontorene, men det ble det ikke noe av.

Regnskap v/Svein Iversen:

Det var et bra resultat. (Ett lite overskudd) Enstemmig vedtatt **Forebygging V/Hanne Widnes.** Krefter i Actis må settes inn i det viktige arbeidet. Oslo vest utvikler seg i en dårlig retning, med mye rus og piller etc.

Ved siden av alle gode private krefter, må kunnskapsdirektoratet inn.

Forbruk:

Det er beregnet at det foretas 130 000 kjøreturer med ruspåvirkning. Folket har mange muligheter til å kjøpe alkohol: Vinmonopolet har 288 utsalg, taxfriutsalg og kjøp i utlandet. Det er beregnet at mens årlige forbruk ligger på 5,53 liter, kvinner 2,51 liter. 40 % av alkoholinntaket skjer i forbindelse med arbeidet. Det er gledelig at forbruket blant ungdommen går ned. Også cannabis bruken har en nedgang. Men de nye syntetiske rusmidlene er livsfarlige.

Forslag til handlingsplan for Actis 2014-2016:

Flere alkoholfrie arenaer for både barn, ungdom og voksne. Arbeide mot politiske partier og politiske prosesser er en hovedoppgave. Få offentlige målekriterier for rusforebyggende arbeid. Arbeide for endringer i Taxfree-ordningen. Prinsipielt mener vi at den bør avvikles.

Jobbe mot alle forslag som vil bidra til å gjøre alle stoffer mer tilgjengelig. Styrke samarbeidet mellom alle medlemsorganisasjonene. Hindre ytterligere liberalisering av spillpolitikken. Globalt forbud mot alkoholreklame. Komme inn i konfirmasjonsundervisningen (En ny god tanke).

*For Gud Heim og Alle Folk
Eva Unsgaard Trobe (referent)*

Fra lederkonferansen

Mange er kalt - få er utvalgt, noen er født til det. Andre ønsker å være, noen prøver å være. Noen lykkes - andre ikke, noen er bestemt til å være, noen kommer til det på ærlig vis-andre på uhederlig vis, noen burde være - andre ikke.

Hva er det vi snakker om? Jo, om LEDERSKAP, nærmere bestemt kristent lederskap. Jeg har nylig lest meg opp om DHBs tidlige ledere. De var strålende oppsummert i dette dikt som er oversatt fra engelsk:

I vår Hvite Bånds historie har vi lært/ at yrkeskvinner det har de vært./ De som begynte her i 1889/ og helt opp til vår tid/. De hadde yrker av forskjellig sort/, fra vitenskapspersoner - prestekoner og faktisk baroner/. Comtesse Ida W. Jarlsberg og Birgitte Esmark /- kjente navn i historien vår/ og som eksempler står.../ For det de så alvorlig og stort/ var å kjempe mot alkoholen i vårt land/. Derfor tok de saken i egen hand.

De ble også kalt Fakkeltbærere - dvs én som går foran på veien, som viser vei og lyser opp så andre kan følge etter. Det finnes så mange vidunderlige beskrivende ord. Ord som beskriver Frances Willard, den ANDRE verdenspresident: Inkluderende, karismatisk, tydelig, konsekvent, hjertelig, bestemt, lojal, veltalende, entusiastisk, fast, frisk, sjenerøs, vennlig, harmoniserende, ærlig, nyskapende, storsinnet, magnetisk, organisator, frimodig, fredelig, overtalende, radikal, initiativtaker, ubøyelig, trygg, åndelig, sikker, følsom, begeistret, unik, optimistisk, velkledd.

Hva hadde disse kvinnene felles? Kan man finne ett fellestrekk? - Jeg vil si LIDENSKAP. Og LIDENSKAP er en nøkkelkomponent for det å være leder.

Her er 2 definisjoner:

1. Et intenst ønske eller entusiasme for noe.
2. Sterke følelser som med nød og neppe lar seg beherske.

Jeg har lidenskapelige følelser overfor DHB , og jeg er glad over å være her og dele med dere.

Da jeg begynte å legge planer for dette kurset om LEDERSKAP, leste jeg noen bøker, bladde gjennom gamle notater og brukte en del tid til å tenke gjennom dette. Jeg lurte på hvordan jeg skulle sammenfatte alle disse vidunderlige tingene jeg leste, for å dele med dere. Så stoppet jeg bare ved slutten av en bok og tenkte på ledere jeg har kjent, skrev ned deres navn (jeg landet på 12 ulike mennesker:8 kvinner og 4 menn. Noen lever fortsatt, andre er fra en tid tilbake) til venstre på siden, og til høyre skrev jeg så ned alle adjektiver jeg kunne tenke de hadde felles.

Du kan også gjøre dette. . . . stopp opp og gjør det nå. Tenk på de du kjenner. Jeg kom frem til 8 viktige egenskaper som jeg anser vesentlige for en leder, og som hver av disse bemerkelsesverdige menneskene hadde:

De var FOKUSERT, LIDENSKAPELIG, OG SYSTEMATISK, De hadde evner til å KOMMUNISERER, hadde KARAKTER, og var UTHOLDENDE, TROVERDIG og FORPLIKTET.

FOKUSERT

Definisjon: Konsentrert, vise særlig oppmerksomhet overfor. Sitat: ***“Hvis du jakter to harer, vil begge slippe unna.”*** ***”Fokuser på å utføre det som er viktigst, det viktigste”*** (John Maxwell)

De har brukt tid, noen ganger år, på å studere, lære og finne ut av hva de tror på. De er meget fokuserte, har ikke spredt seg ***“her og der”***. Dette er meget viktig i vår tid hvis vi ønsker å bli effektive ledere: Å fokusere på vårt mål eller vår sak. Det er så mye der ute som vil ta fra oss vårt fokus. Vår sak - avholdssaken -trenger vårt FOKUS: 70% på det vi vet og kan -som er vår styrke, 25% på nye oppgaver - alltid være opptatt av å lære, komme videre, 5% på områder hvor vi er svake - delegere dette arbeidet til andre.

LIDENSKAPELIG

Utsagn som ***«Vi har sagt det før», «hva var det vi sa?»*** uttrykker neppe følelser eller entusiasme i forhold til en sak. Sitat: ***«Man kan aldri lede noe man ikke har lidenskap overfor»***

Hvis man ser på suksessfulle ledere for ulike berømte etater, vil halvparten av disse være uten akademisk utdanning, og visste du at nærmere 75% av USAs presidenter var under middels på skolen, og at 50% av alle millionærer aldri fullførte videregående!

Hva gjør dette mulig? Jo: LIDENSKAP.

Ild - et lite bål lager lite varme, et stort bål har et enormt potensiale til å brenne. Du kan ikke tenne en ild i vår organisasjon med mindre det brenner en inni deg. Våkner du opp hver dag med entusiasme for din nye dag? Hvor lenge er det siden du ikke fikk sove fordi du var så begeistret for noe?

SYSTEMATISK

Det handler i virkeligheten om selvdisciplin. Hvor mange av oss driver gjennom dagen og gjør snart ditt og snart datt, stopper opp, starter, uten helt å vite hvor vi går. Sanne ledere var og er selvdisciplinerte. De både har planer og lager nye planer. De har lister, tidsgrenser, mål. Det finnes mange mennesker som underviser i dette. Lederne jeg tenker på, var og er selvdisciplinerte. Det er en av hovedgrunnene til at de er blitt så suksessfulle som ledere.

Hva trenger du for å bli systematisk? List opp noen punkter. Tidsforvaltningssystem kan inkludere skrivebord eller rom, kurv til å holde alt på plass, eller et eget rom, dernest dagbok, telefon, adressebok, arkivskap, arbeidspult, datamaskin, lpad, Ipod, Iphone Så BRUK DET! Forandre, korrigere om nødvendighet, men HOLD FAST PÅ DIN PLAN. Bruk lister, flere lister... Planlegg dagen din: Inkluder nok søvn, tid for måltider, hvilken mat du trenger i forhold til hjernen, trening, lesing, stillhet, bønn. Og ***«Kvitt deg med alt som ikke er nyttig, vakkert eller til glede»*** (en organisator jeg leste) Det vil hjelpe deg til å rydde ditt hus og din tanke. . .

Om lederskap

KOMMUNIKATOR

Sitat: ***«En leder må være i stand til å dele kunnskap og ideer som kan overføre en følelse av iver og entusiasme til andre. Hvis en leder ikke makter klart få fram et budskap og motivere andre til handling, betyr det å ha et budskap ingenting.»*** Gilbert Amelio.

Følgende må huskes når man skal lage en tale eller et kåseri:

1. Forenkle budskapet: Innledning - Midtparti i 3 punkter - Konklusjon: Må gi folk lyst til å handle.
2. Ha tro på det du har å si. Ha en brennende overbevisning.
3. Hver gang du taler til folk, gi dem noe for følelsene, husk det og gjør det.
4. Tenk over ditt utseende: Klær, stell, smil, gester, øyekontakt. Tenk gjennom din presentasjon: Stemmekvalitet, tone, tone høyde, artikulasjon, hurtighet, volum, projeksjon. Bruk pauser, men vær ikke treg.

Og husk Ordspråkene 12.25 ***«Bekymring gjør mannen tung om hjertet, men gode ord gjør ham glad», og 16. 24 «Vennlige ord er som dryppende honning, søte for sjelen og sunne for kroppen. Vi eier nøklene til glede og helbredelse»***. For et ærefullt ansvar! Øv og tren ! Sett i gang! Snakk høyt! Si så en bønn: ***«Herre, la meg si det som er viktig og vesentlig, gi meg et vink når jeg har sagt nok.»***

KARAKTER (personlighet)

Definisjon: Moralsk kvalitet, målbevisst, sømmelig. **Sitat: «Lederskap er kapasitet og vilje til å samle menn og kvinner om et felles mål og en karakter som inngir tillit.»**

Karakter er hvem du egentlig er på innsiden, En liten jente ble spurt av sin far om hun virkelig kunne spise alt det. Hun svarte: ***«Ja, selvsagt, jeg er mye større inni enn utenpå»***. En leder vil leve hva hun lærer og preker. Vi har ingen kontroll over våre foreldre, vår bakgrunn, våre gener, hvor vi vokste opp, eller vår IQ, men vi må velge vår karakter. Vi gjør det hver gang vi tar et valg. Slik utvikles vår sjel. Jeg minnes et sitat fra jeg var barn: ***«Det eneste vi tar med til Himmelen er vår karakter»*** (personlighet). Jeg vet ikke hvor det kommer fra, men har alltid tenkt på det. Og jeg ønsker å ha en god karakter, verdig for Himmelen.

UTHOLDENDE

Ledere gir ikke opp. De prøver videre. Abraham Lincoln er et fremragende eksempel på dette. I 1832 mistet han sin jobb og led nederlag på nederlag i politikken, mislyktes i forretninger, fikk nervøst sammenbrudd, men endelig i 1860 ble han valgt til president, og han er fremdeles den mest berømte president i USAs historie.

Hva fikk ham til å holde ut? En forfatter sier det slik: ***«Hans tro på at han fulgte Guds vilje, og hans overordnede visjon om hva Amerika kunne og skulle bli.»*** For å gi opp, trenger man ikke å ha bein i nesen, eller være modig. ***«Utholdenhet er rosverdig og modig.»*** (Julie Baker). ***«En småstein i dammen»***. Hebr. 12, 2 -3, En av mine favoritt-tekster, sier det slik:

Fra lederkonferansen

«Med blikket festet på Ham som er troens opphavsmann og fullender, Jesus. . .» Ja, tenk på Ham som holdt ut en slik motstand fra syndere, så dere ikke blir trette og motløse.

TROVERDIG

Disse lederne som jeg tenker på er dyktige til å uttrykke seg, til å dele og vise at de er selvstendige, karakterfaste

personligheter. De har lidenskap og en brennende interesse for sin sak, og er fullstendig fokusert. Når de så formidler sitt budskap, muntlig eller skriftlig, er de troverdige og overbevisende. De kan ikke hjelpe for det. De kjenner sitt fag, de lever det, de spiser og puster det, og sannsynligvis sover og drømmer om det. Så når de overbringer sitt budskap til oss, er de dypt troverdige. Til å illustrere bruker de historier som rører våre hjerter. De vet at det er nødvendig. Og i tråd med dette er de alle mennesker med dyp medfølelse og empati for andre. De har lyttet, vist omsorg og identifisert seg med mennesker. De viser stor grad av troverdighet ved vanligvis å være mer opptatt av andre enn av seg selv, og hvordan deres medmennesker kan bli hjulpet, bli inspirert og få en forandring i sine liv.

Det berømte sitatet: ***«Mennesker bryr seg ikke om hvor mye du vet og kan, før de vet hvor mye du bryr deg»*** (John Maxwell) er et bemerkelsesverdig utsagn. Ha en leders hode. Forstå mennesker. Elsk mennesker. Hjelp mennesker.

Her er gode leveregler for en leder som har med mennfesker å gjøre:

Mennesker liker å føle seg spesielle, så gi komplementer.

De ønsker en bedre morgendag, så gi dem håp

De ønsker retning for sine liv, så naviger for dem.

De er selvpoptatte, så tal først til deres behov.

De er følelsesmessig nede, så oppmuntre dem.

De ønsker å lykkes, så hjelp dem til å vinne.

Da vil de følge deg, du har en lett oppgave med å overbevise dem.

FORPLIKTET

En mann sa ofte at han tar bare på seg det han er villig til å dø for. Det er et utsagn, som har påvirket meg, Vær klar i ditt ståsted. Hvis vi er splittet i vår tenkning, i vår ledelse, er vi ikke forpliktet på det viktigste. Sann forpliktelse tiltrekker mennesker. Det inspirerer og tiltrekker andre, og de vil følge etter. Det starter i hjertet, blir prøvd i handling, og åpner døren til oppnåelse.

Tenk på Jesus. Han gav seg selv, hadde overgitt seg så fullt og helt til å dele Gud med oss, at han var villig til å dø for det, og det en fryktelig død. Han hadde forpliktet seg til å undervise, helbrede, tale og demonstrere at Gud er kjærlighet. Han er vårt perfekte eksempel.

Margaret Østenstad



Dette bildet viser en helt vanlig jente som er fotoshopet.

Beskyttelses BRILLER

Hva er frykt? I ordboken defineres frykt som en følelse man kjenner ved trussel eller risiko, både ekte og innbilt. Redsel er synonym til frykt. Hva har du frykt for? Hva gjør deg redd?

Jeg er sammen med tenåringer hver dag. Hva hver enkelt av dem har frykt for, det vet jeg ikke, men jeg vet hva jeg er redd for. Jeg er redd for at de unge jentene ikke skal ha gode nok beskyttelsesbriller mot populærkulturens påvirkning!

Det kropps- og livsstilspresset som medie- og populærkulturen skaper gjør ikke oss jenter godt! Stereotype fremstillinger av kvinner og uopnåelige idealer gir mange jenter lav selvfølelse. Behøver det å være slik? Nei, jeg mener at det ikke trenger å være slik! Det handler om å gjennomskue falskheten, løgnen, det kunstige og uekte. Reklame i alle varianter forteller oss hva som er den ideelle kvinnekroppen.

Sannheten er at nesten alle bilder er retusjert eller fotoshopet. Mange av fotomodellene har spiseforstyrrelser. De er med andre ord syke. Vi må skaffe oss gode briller vi kan se klart med og som beskytter oss mot den ødeleggende påvirkningen.

Brillene skal sortere ut løgn og falskhet. Dette emnet er stort og omfattende. Filmer, musikkvideoer, aviser, blader, reklame, sosiale media og blogger forteller oss hvordan vi skal se ut. De er gjennomsyret av holdninger som påvirker vårt selvbilde, vår selvfølelse og våre liv på en negativ måte....
Jenter: det finns ingen idealkropp, ikke én rett kroppsfasong!

Det som gjør meg aller mest redd er den påvirkningen bloggerne har. Lørdag 24.01.15 gikk jeg inn på vg.no. Overskriften som møtte meg var: "Eksperter advarer mot populær blogger. Hun påvirker unge til å gjøre farlige ting". Bloggeren Lotte sier: "ikke mitt ansvar". Tjuetre år gamle Lotte ble på få dager Norges mest leste blogger. Hun skriver, som de fleste andre bloggere, om kropp og utseende. Hun forteller om hvit neglelakk på tennene og restylane (kosmetisk injeksjon) kjøpt på nett og satt i leppene på "pikerommet". At det er farlig innrømmer hun, at hun påvirker unge jenter innrømmer hun også, men ansvar har hun ikke! Hun skriver bare om hva hun selv gjør. Hun anbefaler det ikke til andre og da har hun ikke ansvar, hevder hun! Skremmende ansvarsfraskrivelse.....

Jenter: på med beskyttelsesbrillene når du surfer på nett og leser blogg!!

Hvor kan vi finne trygghet og den ekte sannheten om oss selv i en "jungle" av media påvirkning? Hvor kan vi finne noe om hvem vi er uten å måtte bruke beskyttelsesbriller? Bibel.no er trygt! 26 Gud sa: «La oss lage mennesker i vårt bilde, så de ligner oss! De skal råde over fiskene i havet og fuglene under himmelen, over feet og alle ville dyr og alt krypet som det kryr av på jorden.» 27 Og Gud skapte mennesket i sitt bilde, i Guds bilde skapte han det, som mann og kvinne skapte han dem. 1. Mosebok 1. 26 og 27

Tenk noe så fantastisk! Du er skapt, ønsket og elsket av Gud! Flere gode ord om hvordan du ble til og hvem du er finner du i Salme 139 13. - 17.

Så var det frykten da. Bibelen har gode ord til trøst for oss når vi er redde også....
For jeg vet hvilke tanker jeg har med dere, sier Herren, fredstanker og ikke ulykkestanker. Jeg vil gi dere fremtid og håp. Jermia 29.11.



Barnesider fra 6-12 År

SI NEI TIL RUS

Hender Det noengang at Du er redd? Hva er Du redd for?

AV OG TIL ER VI ALLE REDDE FOR NOE ELLER NOEN, BÅDE BARN OG VOKSNE.

Når det er mørkt og du skal sove.



Fargelegg



Noen for edderkopper.



Noen for juling og mobbing.



At ingen vil være venn med deg, men ler av deg.



Har du lest i Bibelen om når Daniel var i løvehulen? Han var redd han! Men hva gjorde han? Jo, han bad til Gud og Gud sendte sine engler og lukket igjen gapet på løvene.

Hvem roper du på når du er redd og hvem går du til når du vil ha trøst og hjelp? Har du falt og slått deg og trenger plaster på sår, springer du inn til mor eller far. Drømmer om natten eller vonde tanker når vi ligger og skal sove, kan gjøre oss redde.



Du kan si det til mor og far, men du kan også si det til **Jesus!** Alt du tenker på kan du si høyt eller stille inni deg og Jesus hører og ser deg! Av og til er det nok bare å si navnet Jesus og vonde tanker forsvinner. Mange både barn og voksne har en fast aftenbønn de ber hver kveld!

Våg å si neil

Velg rett!

Gode vaner, venner og valg!

SI NEI TIL RUS
www.hviteband.no

BLI MEDLEM I DHB's JUNIOR eller UNGDOMSKLUBB

RUSFRIE BARN OG UNGDOM

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

Navn: Fødselsdato:

Adresse:

Ververs navn: Ververs adresse:

Vervepremie til den som verver. Velkomspakke, Medlemsblad og Medlemsbevis til den som blir vervet.

Medlemskapet er gratis. Alder 6-18 år

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

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

Foresattes underskrift:

Send til: DHB Landskontoret, Torggt. 1, 0181 OSLO

AftenBønner og sanger

Nå lukker seg mitt øye, Gud Fader
i det Høye. I varetekt meg ta!
Fra synd, fra sorg, fra fare din
engel meg bevarer, som ledet
har min fot i dag.

Amen

(Peter Thun Foersom)

Kjære Gud jeg har det godt,
takk for alt som jeg har fått.
Du er god du holder av meg,
kjære Gud går aldri fra meg.
Pass på liten og på stor,
Gud bevarer far og mor
og alle barn på jord.

1. Nå lukker solen sitt øye,
snart lukker jeg også mitt.
Vår Fader i det høye,
du lukker aldri ditt!
Du ser hver stjerne i vrmlen,
og hvert et barn på jord.
Du hører høyt i himlen
det sakteste bønnens ord.

2. Deg ber jeg om å kalle din
englehær på vakt,
når far og mor og alle
seg også til sengs har lagt.
Nå vakt oss alle sammen
så ingen drømmer stygt.
Så sier jeg glad mitt amen,
og sover sunt og trygt.

(Christian Richardt)

1. Ingen er så trygg i fare
som Guds lille barneskare,
fuglen ei i skjul bak løvet,
stjernen ei høyt over støvet.

2. Herren selv vil sine berge.
Han er deres skjold og verge.
Over dem han seg forbarmer,
bærer dem på faderarmer.

3. Ingen nød og ingen lykke
skal av Herrens hånd dem rykke.
Han, den beste venn blant venner,
sine barns bekymring kjenner.

4. Gled deg da, du lille skare!
Jakobs Gud skal deg bevare.
For hans allmakts ord må alle,
fiender til jorden falle.

5. Hva han tar og hva han giver,
samme Fader han forbliver,
og hans mål er dette ene:
Barnets sanne vel alene.

(Lina Sandell)

BØNNEN SOM JESUS
LÆRTE OSS Å BE:

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 også vi tilgir våre skyldnere.
Og la oss ikke komme i fristelse,
men frøs oss fra det onde.
For riket er ditt og makten
og æren i evighet.

Amen.



OPPSKRIFT PÅ mat fra mange land

Smoothie

Populær, god og kjempesunn drikke!
Her er tre oppskrifter på en gul,
en rød og en grønn Smoothie:

1 dl syrna melk
2 dl fruktyoghurt
2 dl frosne bær
Ha melk og yoghurt i blenderen/
foodprosessoren.
Tilsett frukta og kjør i ca 30 – 40 sekunder.

Til gul smoothie kan du bruke ananas,
banan, mango, papaya eller det du liker.

Rød smoothie blir flott med jordbær,
bringebær og banan.

I grønn Smoothie tar du kiwi, sitron, banan.

Hvis du ikke har frosne bær, kan du bruke
friske bær, og ha isbiter oppi.

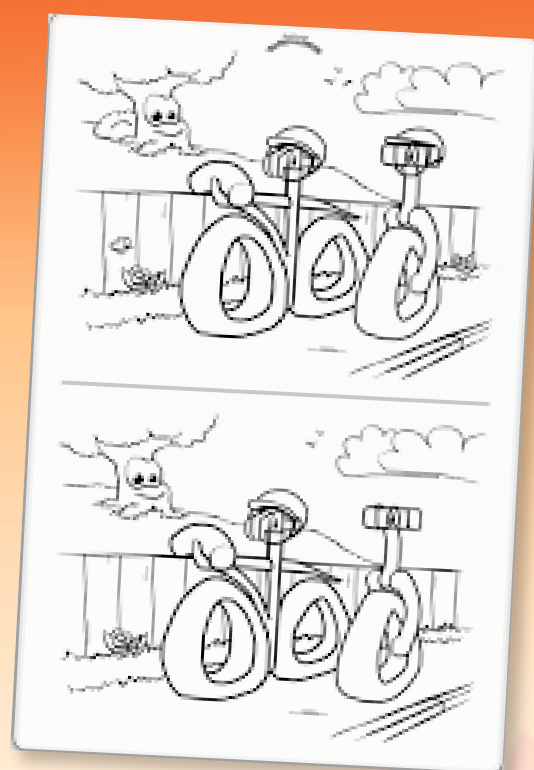
Du kan mikse og ha oppi brunt sukker
eller honning hvis det blir for surt.

Vitser

Far skulle hjelpe lille Lise med matteoppgaven. Hvis jeg har sju appelsiner
i den ene hånda og seks appelsiner i den andre, hva har jeg da? – Store hender!

Bestemor til barnebarnet: "Når jeg hoster, holder jeg en hånd for munnen.
Det må du også gjøre!" "Det trenger jeg vel ikke! Mine tenner sitter fast!"

Test Dine engelskunnskaper:
hjelp Arpee å finne veien ut i frisk luft...



Finn 5 feil
og fargelegg

Vitser

Lille Lise var hos legen og skulle
vaksineres. "Hvilken arm vil du
jeg skal stikke i?" "- i mamma sin!"

Læreren: "Ole kan du si navnet på
en by i utlandet?"

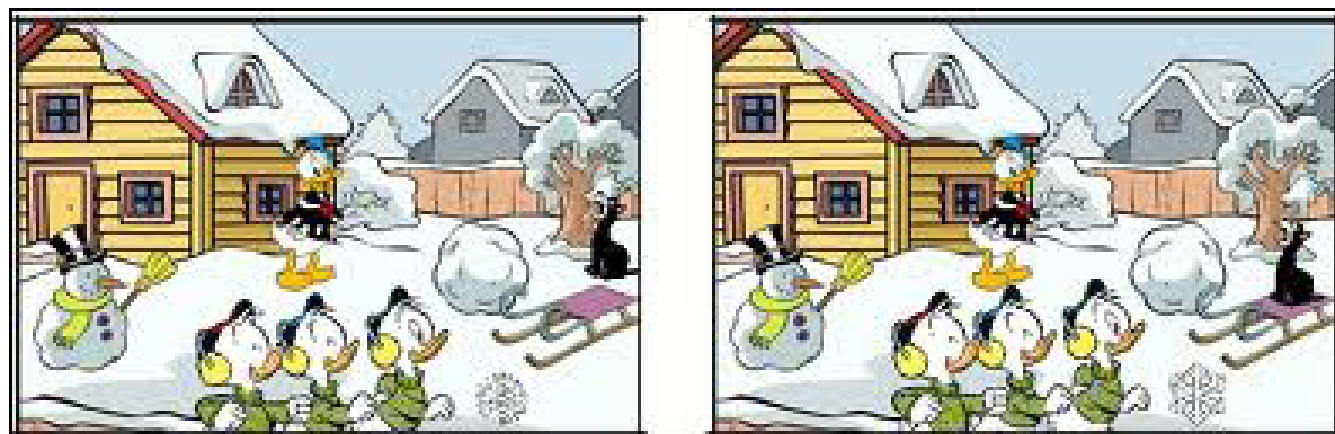
Ole: "Ja, hvilken da?"

gåte

Det satt tre spurver i et tre. To av dem ble skutt. Hvor mange var det igjen i treet?

Finn 5 feil

Svar: Ingen den 3dje ød ble redd og fløy sin vei.



Ungdom over 13 år



ikke ødelegg
livet ditt
du er...

SKAPT til utfolding

Mi mor - Juniorleiaren - har mange
drøyer! Ho drøyer om at vi skal
bli mange born og ungdommar i Det
Kvite Band (DHB) si juniorklubb. Alle
menneske er skapt til utfolding seier
ho ofte - med eit drøymande blikk.
Ho pratar om at viss vi blir mange i
juniorklubben så kan dei vaksne i DHB
kanskje lage leirar og arrangement for
oss med mange forskjellige aktivitetar.
Mora mi er av den kreative typen.
Ho liker å ha kroppen i bevegelse. Eg
føler at eg kan lese tankane hennar
gjennom det drøym-ande blikket...
Turar til lands og til vatns, tarzanløype,
lage morsame og spanande filmar
om rustema, musikk, dans, drama,
teikning, maling,

skriving, foredrag, diskusjonar,
filosofering, andakter og eg vet
ikkje kva meir ho kan har i tankane.
Eg liker mange av mi mors drøyme-
aktivitetar, men det eg kanskje
trenger aller mest er å vite at det er
andre ungdommar som har valt å sei
nei til rus. Eg liker godt å diskutere
og det hadde vore kjekt å ha nokon
å diskutere tema som; "ein bør teste
ut alkohol når ein er ung. Avhalds kan
ein bli når ein blir gammal", eller kva
med påstanden "det står i bibelen
at ein ikkje skal drikke seg full

med andre ord - det står ikkje at ein
ikkje skal drikke i det hele."

Eg møtte Charlotte då vi ble intervjuet
til blad nr. 3. Det var kjekt! Då veit
eg at vi er to unge som har sagt nei!
Charlotte er 18 år. Ho er difor
vaksen medlem sjølv om ho framleis
er tenåring. Eg har lyst til å verve
nokon av venene mine. Eg har ikkje
lyst at nokon av dei skal begynne
med rus. Eg vil føle meg tryggare
og sterkare om venene mine også er
rusfri.

Helsing
Juli-Mari 15 år





AKTIVITETER

AKTIVITETER

©2006 Guildcraft www.guildcraftinc.com

The soldiers made a crown of long, sharp thorns and put it on his head, and they put a royal purple robe on him.
John 19:2



Then the soldiers noticed him to the cross.
Mark 15:27a



They gambled for his clothes, throwing dice to decide who would get them.
Mark 15:24b



Joseph took the body and wrapped it in a long linen cloth. He placed it in his own new tomb, which had been carved out of the rock. Then he rolled a great stone across the entrance as he left.
Matthew 27:59-60



He isn't here! He has been raised from the dead, just as he said would happen. Come, see where his body was lying.
Matthew 28:6



Most of the crowd spread their coats on the road ahead of Jesus, and others cut branches from the trees and spread them on the road.
Matthew 21:8



Then Judas Iscariot, one of the twelve disciples, went to the leading priests and asked, "How much will you pay me to betray Jesus to you?" And they gave him thirty pieces of silver.
Matthew 26:14-15



As they were eating, Jesus took a loaf of bread and asked God's blessing on it. Then he broke it in pieces and gave it to the disciples, saying, "Take it and eat it for this is my body."
Matthew 26:26



Peter declared, "Even if everyone else deserts you, I never will." Peter, Jesus replied, "The truth is, this very night before the rooster crows, you will deny me three times."
Matthew 26:33-34



He went on a little farther and fell face down on the ground, praying, "My Father! If it is possible, let this cup of suffering be taken away from me. Yet I want your will, not mine."
Matthew 26:39



The Easter Story



Den som reddet meg

Vindens kalde pust treffer meg idet døra åpner seg og to gutter fra klassen stormer inn. Hjertet mitt hopper nesten ut av munnen på meg og jeg må klype meg selv i armen for å holde pusten normal.

Gutt nummer én går kledd i en lang, hengslete svart t-skjorte og en blå jogge-bukse, mens gutt nummer to har på seg dongeribukser. De går ikke fort, og de har ikke sett meg. Jeg har bestemt meg for å prøve å skaffe meg litt venner, så jeg reiser meg og går dem i møte. «H-hei, mitt navn er Frida,» stammer jeg og kommer ikke lenger. Som en refleks rekker jeg ut hånden men trekker den raskt tilbake og håper guttene ikke legger merke til det. Istedenfor drar jeg håret bak ørene, begge ørene, får ikke helt med meg alt håret, så jeg må gjøre det igjen. Jeg tenker at jeg ser sikkert teit ut og gir til slutt opp og folder hendene forsiktig bak ryggen. Gutten med joggebukse hever øyebrynene og øynene sperres raskt opp. Det ser ut som om noen har plassert tannpikere mellom øyelokkene hans. Gutten med dongeribuksen sukker derimot langsomt og himler med øynene. «Finn deg noen andre å plage,» er det eneste han sier før han vinker med seg joggebuksegutten og rusler videre. Jeg setter meg ned igjen og stirrer inn i den hvite veggen, og flere folk går forbi. Nå kan de ikke si at jeg ikke har forsøkt.

Det er kaldt. Utenfor hører jeg latter og skravling. Jeg hører jentegjengens sladder, og kjenner med ett et sug i magen. En del av meg forteller meg «**Gå ut, prat med dem!**», men den andre delen stritter strengt imot og sier det er best å bli her. Det er så utrolig kaldt. Tårer renner nedover kinnene mine. Saltvannet treffer de sprukne leppene mine slik som regn treffer tørr asfalt. Mens jentene prater svarer jeg dem og er med i samtalen. Jeg forteller om den gamle skolen min, og hva jeg gjorde i ferien. De smiler tilbake og spør

meg om jeg vil være med dem på kino i kveld. Jeg takker ja med et smil. Handlingen er så usannsynlig at jeg avbryter fantasiene mine med et kraftig sukk.

Det første jeg gjør når jeg kommer hjem er å gå ut. Jeg hiver på meg jakka, rasker til meg iPod-en og løper ut i skogen. Med sangen «Vondt i Hjertet» av Razika på ørene klatrer jeg opp i et av de høyeste trærne og setter meg på øverste gren. Jeg fant det da vi flyttet hit. På toppen kan jeg se alt. Utsikten er fager. Jeg glaner utover landskapet og tenker at her er jeg fri. Fri som hvilken som helst fugl. Oppe i trærne er det jeg som er sjef og jeg svever over resten av verden. Jeg trekker inn den deilige, friske vinterlufta og hører fossens vakre melodi lenger nede i dalen. Jeg tenker lengtende tilbake på den gamle skolen min, på alle vennene jeg hadde. En umiddelbar tristhet farer gjennom meg som en vind som farer gjennom et hus og omfavner alle med sin kalde pust. Tenk om jeg aldri skal få en venn igjen. Tenk om jeg aldri vil bli lykkelig igjen. Tårene triller for annen gang i dag.

Når jeg våkner neste morgen veier kroppen min tusen tonn. Hodet er tungt og kroppen stiv. Tross alt, tvinger jeg meg selv på skolen. Lysegrønne vegger omgir meg i det de kaller «stjernehallen». Alle gangene samler seg til én felles hall og former en stjerne sett ovenfra. Det pleier å være folksomt her, men så langt er det bare jeg som er kommet. Det er så stille at jeg kan høre min egen pust gå inn og ut. Jeg står midt i rommet og gir meg til å sukke. En tåre treffer bakken. En til. Og enda en. Skritt kan høres i gangene og jeg nøler ikke med å svelge gråten.

En jente med langt, brunt hår kommer inn i gangen. Jeg smiler til henne men hun smiler ikke tilbake. Flere elever strømmer til men ingen enser meg. Da friminutt nummer to kommer har jeg gitt opp. Jeg plasserer meg på samme sted som i går og iPoden på full volum.

Det prikker på skulderen og jeg sperrer øynene opp. Jeg må ha sovnet. En jente står over meg og ser på meg med et skeptisk blikk. Etter noen sekunder spør hun meg om jeg er våken. Jeg merker jeg er forvirret og lur på hva denne jenta vil. Skal hun gjøre narr av meg foran resten av skolen? Jeg ser meg rundt, men det er bare henne der. Jeg studerer de letende øynene og svarer med et vagt nikk. Hun har på seg en rød genser og håret hennes henger løst nedover skuldrene hennes. Hun former et smil med de brune øynene. De stråler av godhet. Jenta strekker ut hånden. «**Hei, jeg heter Ida,»** opplyser hun meg om mens hun hjelper meg opp fra bakken. Lyset fra sola skinner inn gjennom døra og det blir plutselig mye varmere i gangen. En ny tåre renner ned på kinnet mitt, men den er så liten at den ikke kan skimtes. Munnen min former til et bredt smil. For første gang er det ekte. «**Du er den nye jenta, ikke sant?**»

Selma Joyce



Foto: Illustrasjon

Ransak meg Herre

Nå er vi allerede et godt stykke inn i det nye året! Hva det vil bringe av godt og vondt er det ingen som vet. Bare Gud vet. Men i natt hadde jeg en drøm; det var en påminnelse.

Jeg drømte at en venninne kom på besøk til meg. Det var koselig, men jeg hadde så mye rot og støv i huset at jeg skjemtes noe forferdelig! Det verste var at hun til og med pekte på noe spindelsvev i en krok. Hun skulle kaste noe i avfall skapet og der bare fløt det. Ekkel drøm. Men det fikk meg til å tenke på og rydde opp, ikke bare i huset, men i mitt indre «hus». Når Gud

kommer og peker på noe hos meg som bør fjernes da reagerer jeg. Gjør jeg noe med det?

Det kan være ting som jeg ikke er klar over, som kanskje er med og hindrer mitt gode forhold til både Gud og mennesker.

Da må jeg be med Salmisten i Salme 139: 23-24 - «**Ransak meg Gud og kjenn mitt hjerte. Prøve meg og kjenn mine mangfoldige tanker og se om jeg er på fortapelsens vei, og led meg på evighetens vei.**»

Da kan det bli en ordentlig «husvask» og en kan begynne på nytt med nye muligheter.

Kjære Jesus, hjelp oss alle til å ha det ryddig og vasket i vårt indre så vi er rede til å ta imot deg når du banker på. Velsign Det Hvite Bånd.

Godt Nytt År!
Hilsen, Anne Grete

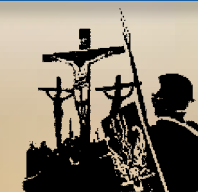


Anne Grete Olsen
Avdelingsleder



Husk 12 bønnen!

Det er alltid noen som ber rundt hele verden



«Ordets gjører»

I Jakobs brev 1, 22 står det følgende, «Men vær Ordets gjører, ikke bare dets hører, ellers vil dere bedra dere selv». Er du en «Ordets gjører»? Vet du hva Ordet sier om hvordan du som en Kristi etterfølger, burde te deg?

I Bibelen finner vi haugevis av rettesnorer for hvordan vi som kristne skal oppføre oss, både overfor medbrødre og de uomvendte, overfor Gud, synd, hvordan vi skal forholde oss til det jordiske, det himmelske, osv. Det nytter ikke bare at du leser eller hører disse rettesnorene og tror at det som står der er sant. Du må ta det inn i ditt handlingsmønster. Jakob sier i Jak 2, 14: «Mine brødre! Hva gagnar det om noen sier at han har tro, når han ikke har gjerninger? Kan vel troen frelse han?» En tro uten

gjerninger er den død tro. Jeg kjenner flere som sier de tror på Bibelens lære, men selv har de aldri virkelig lest noe særlig av det som står i den. For dem er det godt nok å høre på hva som blir sagt på møter en gang imellom. De fortsetter på den samme syndige vei som de alltid har gått, og trivs der. Er du født på ny, kan du ikke fortsette på den syndige vei, og trives! Den Hellige Ånd i deg vil gjøre at du føler avsky og smerte av å fortsette med å leve i synd. Jeg sier ikke at en kristen ikke vil synde. Men det er en stor forskjell på å falle i synd og det å leve i synd.

Det vi trenger for en åndelig vekst, hvor vi ender opp med å gå ut og «gjøre en god gjerning», er å bli tatt inn til Gud og tilbringe mest mulig

Andakt fra en ungdom

tid i hans hellige nærhet. Du vil stille og naturlig bli omdannet til å leve og oppføre deg annerledes enn de menneskene som lever borte fra Gud. I heftet til Adolf Bjerkreim «Et frigiort liv», sier han det slik: «**Vinn seier i det å sitte ved Jesu føtter, så vil du siden helt naturlig gå ut og gjøre gode gjerninger.**» «**Den som ikke har lært å sitte hos Jesus, har heller ikke lært å stå for Jesus.**» Skal vi representere Kristus i det daglige, da må vi hver for oss bruke tid på å oppleve han i Ordet først. Åndelig vekst kan du ha resten av ditt liv. Lev i nærværet til din himmelske Far, og han vil skape en forandring i deg som andre og du selv vil føle og ha glede av.

Sara Louise



Avd. familie

Brita Nilssen

Stoff - rusgift

Barn trenger hjelp til å ta rette valg



HER ER TI GODE RÅD SOM ALLE KAN BRUKE

1. Alle barn trenger å ha et godt selvbilde. Gi ros når det gjør noe bra.
2. Gi mulighet til å utvikle gode verdier. Det gir mot til å ta de rette valg og avgjørelser.
3. Vær du selv en god rollemodell og et godt eksempel. Foreldrenes vaner og verdier har stor innflytelse på barna sine valg.
4. Snakk med barna om alkohol og andre rusgifter. Foreldre kan gjøre en forskjell fra det venner og media sier.
5. Lær deg å lytte til barn. Når barn ser at voksne bryr seg og lytter til dem, vil de igjen lytte til voksne.
6. Hjelp barn til å takle negativt press og påvirkning. Oppmuntring og støtte gir barna større mulighet til å stå imot press.
7. Barn trenger faste rutiner i familien. Når faste regler finnes i en familie, blir det lettere for barn å si nei til alle rusmidler.
8. Oppmuntre til aktiviteter som er rusforebyggende. Hobbies, skoletilstillinger og aktiviteter som engasjerer barna.
9. Kom i kontakt med andre foreldre. Foreldre kan støtte hverandre i tema om stoff og rusgifter og håndheve det de gjør hjemme.
10. Ha en åpen dialog med barna, for lettere å oppfange mulige problem. Ikke vær redd for å søke profesjonell hjelp.

HJELP TIL Å KOMME I TALE MED TENÅRINGER

Hvor mange sauer tok Noa med i arken?

Dette spørsmålet kan være inngang til en god samtale med en tenåring. For sikkerhets skyld - les 1. Mos. 7. kap. først!

Når en snakker med folk som er mye yngre enn oss, er det viktig å snakke med og ikke til vedkommende. Det er også viktig å uttrykke seg klart og direkte. For eks.: Kjenner du noen

som har fått det bedre med alkohol/rus? Barn og ungdom har behov for god kommunikasjon, og når vi voksne lytter og setter oss inn i deres situasjon, oppnår vi tillit. Da først kan vi lære de unge hvorfor det er så viktig med grensesetting.

Foreldre må forstå at det å sette grenser i barnas liv er like viktig som



god mat for å få hjerne og kropp til å fungere skikkelig. Hvis barna aksepterer fornuftig grensesetting og lærer å ta vare på seg sjøl og andre, vil livet bli mer meningsfylt. Da forstår ungdom bedre den bibelske sannhet om å være skapt i Guds bilde.

Harald Norman Storland
Tidligere rektor

SVAR 1 sau og 1 vær

Avd. utdanning

Torgunn Søyland Skoglund



Føtalt alkohol syndrom

Føtalt alkohol syndrom er ei gruppe av tilstander om kan opptre hos et barn dersom mora drakk under svangerskapet. Disse problema kan inkludere psykiske ting og vanskar med oppførsel og læring. Ein person med FAS har ofte ei blanding av desse problema.

Årsak og førebygging

FAS skuldast at ei kvinne drikk under svangerskapet. Der er inga kjent mengde alkohol som er trygg å drikke under svangerskapet. Der er heller ingen trygg tidsperiode under svangerskapet og ingen trygg sort alkohol å drikke. Mykje drikking under graviditeten kan føre til spontan abort eller ei rekkje av skader kjent som føtalt alkohol spektrum syndrom, og der er føtalt alkohol syndrom det mest alvorlege.

For å førebyggje dette, må ei svanger kvinne la vera å drikke alkohol, eller til og med når ho kan bli gravid. Dette fordi ei kvinne kan bli gravid og ikkje vita om det i vekevis. Mange graviditetar er ikkje planlagde, så det er då best å unngå alkohol.

Der er ingen kur mot dette. Behandling er fokusert på mental helse og medisinske tenester for å leva med dei livsvarige vanskane dei får. Desse vanskane inneber læringsvanskar, problem med oppførselen, språket, forseinka sosiale ferdigheter, motoriske ferdigheter, trøbbel med minnet og og konsentrasjonsvanskar.

Teikn og symptom

FAS viser til ei heil rekke tilstander som kan førekoma hos ein person som hadde ei mor som drakk under graviditeten. Desse tilstandane kan variere frå person til person og kan rangere frå milde til alvorlege.

Ein person med FAS kan ha:

- Unormal ansiktsform slik som ei mjuk fure mellom nasen og overleppa. Fura kallast philtrum
- Lite hovud
- Mindre enn gjennomsnittshøgde
- Lågare vekt
- Dårlig koordinasjon
- Hyperaktivitet
- Konsentrasjonsvanskar
- Dårlig minne
- Vanskar på skulen spesielt med matte
- Læringsvanskar
- Forsinka tale og språkferdigheter
- Intellektuelle vanskar og låg IQ
- Vanskar med resonnement og bedømmelse
- Sove og sugeproblemn som baby
- Syn og hørselsvanskar
- Vanskar med hjarte, nyre og bein

Typar av føtalt spektrum alkohol-syndrom

FAS kan beskrivast på ulike måtar alt etter kva type symptom ein ser.

Føtalt Alkohol Syndrom:

representerer det mest alvorlege i denne samanhengen. Spebarnsdød er den mest ekstreme utgangen av å drikke alkohol under svangerskapet. Menneske med FAS kan ha unormal ansiktsform, vekstproblem og problem med sentralnervesystemet. Folk med FAS kan ha problem med å lære, minnet, evnen til å lytte lengre stund om gongen, kommunikasjon, syn eller hørsel. Dei kan ha ein miks av desse problema.

Dei har ofte tøffe tider på skulen og trøbbel med å koma overens med andre.

Alkohol-relatert nevroutviklings problem: Folk med denne lidinga kan ha intellektuelle begrensingar og problem med oppførsel og læring. Dei kan gjera det dårleg på skulen og ha spesielt vanskeleg for matte, med minnet med å følgje med og med å bedømme situasjonar og dårleg impuls kontroll.

Alkohol-relaterte fødsels defektar: folk med dette problemet kan ha problem med hjarta, nyrene, bein i kroppen og hørselsvanskar. Dei kan ha ein miks av desse.

FAS er fullstendig mulig å førebyggja og kan unngåast. Det er ikkje verd å leve heile livet med anger når ein hadde eit valg.

La oss arbeide saman for å spreie informasjon og merksemd mellom kvinner og familiar om at dei tek ansvar og ikkje brukar noko slags rusmiddel under svangerskapet.



PROJETO AMAR - et innblikk i et annet liv

«Lær den unge den veien han skal gå,
så forlater han den ikke når han blir gammel»



15 små barn i alderen 6-7 år, kommer springende mot meg med åpne armer før de nesten krasjer inn i meg og klamrer seg fast. Jeg befinner meg plutselig midt i en flokk av barn som smålig knuffer i hverandre for å komme nærmest mulig. For første gang i mitt liv stod jeg med ett ønske om å ha 15 armer slik at jeg kunne holde rundt dem alle samtidig. Siden dette helt klart var umulig å innfri, måtte jeg til slutt slå meg til ro med at dette bare var den første dagen, og at jeg i løpet av de neste fire månedene ville få nok av tid til å være med hver enkelte

Project Amar er et dagsenter som ligger i det fattige strøket utenfor Goiânia. Av sikkerhetsmessige grunner bor vi ikke i dette strøket, men hos en dame i byen. Vi tar busen ut der hver morgen og dette tar oss mer eller mindre en time hver vei. Prosjektet er grunnlagt for å hjelpe barn med fattige, fraværende,

en av dem. For dere som ikke enda kjenner meg: mitt navn er Charlotte Lauritzen, jeg er 19 år gammel og har vært medlem av DHB i snart ett år. Jeg studerer flerkulturell kommunikasjon, bibel og misjon ved misjonsskolen Gå Ut Senteret (GUS) og befinner meg derav for øyeblikket i byen

Goiânia i Brasil. (For mer info om skolen gå inn på vår nettside www.gus.no) Her i Brasil har jeg min «praksisperiode» som volontør ved daghjemmet «Projeto amar» eller som det heter på norsk «Prosjekt kjærlighet». Jeg har allerede vært her i to måneder og har enda to måneder igjen av tiden her.

vanskeligstilte, alkoholisererte eller fengslede foreldre. Alt arbeidet går gjennom den Presbyterianske kirke Maranatha. Det fungerer slik: folk utenfor kan «adoptere» ett eller flere barn og deretter betale for deres opphold på prosjektet. Alle barna har ett sted å bo og sover hjemme om natten, men de tilbringer dagene med oss på senteret. Barna er i alderen 2-14 år og er delt opp i 5 grupper etter alder. Hver aldersgruppe har aktiviteter, lekser, skole, bibelundervisning og leker basert på hvilken alder de er i. Barna dusjer, pusser tennene, spiser og leker på senteret og en buss kommer midt på dagen for å hente barna som skal på skolen og kjører dem tilbake igjen etterpå.

Det jeg synest er mest utrolig er at mange av barna har det virkelig tøft hjemme og sitter på tunge og vanskelige opplevelser med mye smerte. Men på tross av dette stoler de 100% på alle arbeiderne på senteret, bare de aller minste på 2-3 år er litt smålig skeptiske helt i begynnelsen. Men det tar ikke mange minuttene før de også er ivrig med å leke. Barna kjente oss ikke en gang første dagen, men kom likevel springende til oss i full tillit og kalte oss «tia» som betyr tante. Det er så godt at de vet med 100% sikkerhet at de kommer til å bli behandlet godt av alle som kommer dit, uansett hvem. Denne blinde og barnlige tilliten kan de ikke bruke hverken hjemme eller



ute på gatene, men her på prosjektet kan de igjen få bli de bekymring frie og tillitsfulle barna som de var ment til å være.

Da jeg kom til prosjektet så jeg for meg at vi skulle komme til med hjelp, men jeg oppdaget raskt at det var ikke akkurat slik. Det ble totalt motsatt. Barna hjalp meg dag for dag. Fireåringene lærte meg språket, toåringene lærte oss sanger, syvåringene lærte meg å skrive ordene riktig, niåringene lærte meg å lage smykker og armbånd og de alle lærte meg å se glede i alle folkene rundt meg hver dag. De lærte meg at gleden i Gud er den samme uansett hvor du er, og at barn er like rampete i Brasil som i Norge. De lærte meg respekt for de eldre som de bare kaller ved «Hr» og «Frue». De lærte meg fryktløshet og ansvar der de leide sine små søsken hjemover i gatene hvor vi vanligvis ser oss rundt i smålig frykt. De viste meg kjærlighet i alle de små tingene de gjorde og klamret seg til meg. De adopterte oss rett og slett og leide oss rundt mens de viste og forklarte. Mang en gang har de knist inn i hånden sin når jeg fortvilet har prøvd å prate Portugisisk, men etter kjærlig korreksjon er rosen aldri langt

unna. Begeistringen og gleden de får av å lære oss ting, er utrolig rørende.

Man kommer så tett innpå disse barna, og vi får se på nært hold alt de mener, føler, tenker og opplever i hverdagen. Vi får være sammen med dem når de ler av vitser, vi får holde rundt dem når de er redde for tordenværet utenfor, vi får tørke håret deres når regnet kommer for brått på og vi får sove på siden av dem på gulvet når det er sovetid. De beste øyeblikkene jeg har hatt her på prosjektet har vært når ett barn kommer krypende opp på fanget for at jeg skal holde dem. Det er bare jeg og barnet som i stille tillit til hverandre bare eksisterer sammen. Det trengs verken ord eller handlinger, bare at jeg holder dem inntil meg og gir dem av tiden min. Dette er de mest dyrebare øyeblikkene for meg.

Noen barn kommer til prosjektet med sår og merker. Noen har blitt mishandlet og behandlet galt. Noen er blitt forlatt av foreldre og andre igjen har vært vitne til at foreldrene har blitt drept. Men alle får muligheten til å lege sårene og tilbringe tiden sin sammen med alle dem som jobbe på

senteret. De kan få føle seg trygge og beskyttet av folk som virkelig bryr seg om dem og som ønsker det aller beste for deres liv. Vi har en mulighet til å vise barna at livet kan leves på en alternativ måte, gi dem undervisning i bibelen og vise hvordan de kan leve et liv fylt med kjærlighet og tillit. Vi er dem som kan lede dem vekk fra rus og alkohol miljøet som er så sterkt i disse områdene. Vi kan lære de unge den veien de skal gå slik at de ikke viker ifra den når de blir gamle. Det er det vi ønsker å gjøre her på prosjektet.

Jeg er stolt av å si at jeg kjenner disse barna og jeg kan med sikkerhet si at de har forandret meg og mitt liv. Jeg har lært mer enn jeg noensinne kunne drømt om. Om du får sjansen til å oppleve noe lignende, så grip den! Det er det livet som kristen handler om: å lede andre og å selv bli ledet nærmere Gud og hans vilje.

- Charlotte Lauritzen

Besøk Verdens Hvite Bånd sin nye nettside: www.drug-freeyouth.org



Til Inspirasjon

HUSMØTE I HILLEVÅG

Tirsdag 23. september skulle Stavanger Hvite Bånd ha møte hos Astrid Innvær Tvedt i Hillevåg, og hadde bedt inn medlemmer fra Bryne og Randaberg. Dere skulle ha HØRT hvor gildt vi hadde det! Og samtalen var konstruktiv. Hva gjør vi nå, når laga blir færre og det minker på ledere og medlemsmassen eldre? Vi fikk gode råd og dere skulle bare ha hørt hvor ivrige de ble. Da slår vi oss i lag med «fellesmøte» for de som vil.

Bryne Hvite Bånd hadde møte hos Ingrid Serigstad mandag 22. september.

Klepp Hvite Bånd har og startet opp i høst. Kretslederen, Solveig Vatland Bøe, ba inn til Adventsmøte heime i si stove på Bryne, 24. november. Da vil vi og be inn fra andre steder.

Vi var 11 samlet hos Astrid, og hun har ei lita stue, det samme har Solveig på Bryne.

Men der det er hjerterom - er det og husrom.

Dette er spennende.

Solveig Vatland Bøe



Bilde - Illustrasjons foto



Då fekk eg spørsmål av svigerinna mi om eg kunne tenkja meg å delta på eit sykkelløp på denne strekninga. Det er eit sponsorløp som skal gjerast til inntekt for skulebygging i Uganda. Organisasjonen Child Africa har i over 20 år drive skuleverksemd for fattige barn i det landet. Mellom anna får døve barn gå på skule her. Dette starta ved at ei dame som var for lys for Idi Amin, galningen som styrte i Uganda tidlegare, måtte koma seg ut av landet. Elles ville ho miste livet sitt. Sidan vart ho gift med ein nordmann. Og ho ynskjer å gi noko att til landet sitt.

I England har dei tradisjon for å drive ulike idrettsarrangement til inntekt for veldedighet, eller charity som dei kallar det. Organisasjonen Classic Tours driv sykkelturar jorda rundt. Ein av dei som leia turen ein pensjonert lækjar, hadde sykla 50 slike turar. Mellom anna i Kina, Uganda og Malawi. Andre deltakerar sykla for kreftsak, diabetes, hospice osv.

Så set eg her og skal sykla. Londontrafikken er tett. Vi sykklar på venstre side. Eg vert fort bakerst. Ikkje rart, eg vart litt fælen då eg såg alle dei veltrente damene og mennene, dei fleste yngre enn meg som skulle delta. Men eg hadde lækjaren bak meg. Eg merka fort at tempoet var rimeleg tøft. Men eg trødde etter

Rapport frå sykkelsetet



Så set eg her endeleg på sykkelsetet mitt på tur ut frå hotellet i Bexley Heath i utkanten av London. Klokka er 8 om morgonen 20. juni 2014. Vi er 18 syklistar som skal trø oss frå London til Paris. Dette har eg vore førebudd på frå november i fjor.

beste evne også i oppoverbakkane. Vi svinga etter piler som var sette opp på førehand. Det var ein lettelse då vi kom ut på landet. Det var fine landskap på veg mot Dover. Men trøinga kravde sitt, så på lunchplassen, vart vi enige om at eg fekk sitja på i følgebilen dei siste 4 mila. Etter flott fergetur over frå Dover til Calais, var det stuptrøtt overnatting på ein grei stad. Neste dag kjende eg at kreftene kom tilbake, og sanneleg greidde eg etappen på 12 mil. Gjennom vakre landsbyar med store hortensiar og kalaer i hagane. Maleriske åkrar med raude valmuar i. Krusifiks på stolpar langs vegane. Det var fredeleg og vakkert alle stader. Kyr beita ute, ein del av dei kvite. Men slett ikkje overfeite eller trasige på noko vis. Inntrykket av landsbygda i Nord Frankrike vart veldig godt. Her dyrka dei kveite, raps, kål. Sukkerroer, mais bønner og potet. Vi stoppa for å få i oss energi, kjeks, frukt salt og drikke. Så var det på an igjen, opp på setet og trø vidare. Fleire enn eg kjende det bak, men det var berre å venta til ein vart nummen så gjekk det betre.

På dei ulike lunchstadene var det veldig koseleg. Med all den mosjonen i kroppen vart humøret veldig bra. Vi flira og lo og hadde det løye. Vi vart betre og betre kjende for kvar dag som gjekk. Ei dame var frå Bulgaria. Ei hadde svenske aner. Ei var frå Finland, og ei var gift med ein kar frå Brønnøysund. Ein mann hadde operert hofta for 6 år sidan. Ein annan mann var 71 år. Han hadde ein herleg hjarteleg lått. Det var godt å høyra på.

Vi hadde følgebil som hadde sjåfør som fiksa syklane om noko gjekk gale. Han var flink, vittig og grei. Hadde tidlegare brukt marihuana, men flytte ut av London og slutta med det. No lærde han opp ungar og ungdom i sport.

Siste dagen førebudde vi oss på innsykling til Paris og avfotografering ved Eiffeltårnet. Det var landleg det meste av den turen og, vi sykla og trødde gjennom åker og englandskap. Vi stoppa i ein stor skog ved ein brei veg og hadde vår siste energimat. Inn i byen kjørde vi over Seinen 5

gonger. Ei stor brei elv. Det galt å stoppe på raudt lys og kjøre på grønt. Svinge, vente kjøre på. Vi stoppa ein siste gong før Eiffeltårnet. Her langs Seinen var det og dessverre ein trasig trafikk. Damer som sel kroppen sin for pengar. Arme dei. Men slik har vi det i alle storbyar. Til slutt fekk vi sjå tårnet. Det ruva godt i landskapet ja. Men det stod ikkje riktig slik eg hadde førestilt meg. Men flott var det. Målet var nådd. Nesten 40 mil med tråkking. Noko verk vart det saktens men det var likt for alle. Dei som gadd lyfte sykkelen i veret, gjorde det, og fotoapparata gjekk varme. Om kvelden var vi ute og feira med god mat på ein restaurant. Mange gode ord og klemmar vart utveksla. Vi fekk den erfaringa at kroppen greier meir enn vi trur. Trening på førehand er sjølvstøtt ei forutsetning for å lukkast. Det vart eit minne for livet. Ein god måte å markere 60 år på. Dette vart min rapport frå sykkelsetet 20 til 23 juni i år. Ein godvers rapport. Og eg er veldig takksam for alle som gjennom dette har støtta skulebygginga økonomisk.

Førjulsfest i Randaberg Hvite Bånd

Lokallagsleder Solfrid Storland ønsket velkommen og minnet om Johs.14.27: - Jesus sier:
Min fred gir jeg dere, ikke den fred som verden gir. La ikke hjertet bli grepet av angst og motløshet.



Landsleder Margaret Østenstad og kasserer i landsstyret Aud Karin Førland sang mange fine og gilde sanger med akkompagnement av major i Frelsesarmeen Rolf Stockbom.

Margaret Østenstad overrakte Solfrid Det Hvite Bånds hederspris før hun holdt kveldens hovedtale. Hun åpnet med å si at vi har grunn til å være stolte av at Det Hvite Bånd er den eldste vedvarende organisasjonen i verden. Avholdssaken ser ut som en tapt sak, men vi må ikke gi opp! fortsatte hun. Hun siterte Winston Churchill: - En pessimist ser problemer i enhver mulighet, en optimist ser muligheter i ethvert problem. Optimisme forbedrer immunforsvaret, forebygger kronisk sykdom og er til hjelp når vi skal takle dårlige nyheter, fortsatte hun.

Det Hvite Bånd står for tre ting:

- vi er kristne, vi praktiserer total-avhold og organisasjonen styres av kvinner. Vi er ett i Kristi kjærlighet, og hvordan vi oppfører oss mot andre reflekterer vår organisasjon.

Hvis du blir spurt om noe du aldri har gjort før, ikke vær redd for å tre fram. - Ett menneske kan utgjøre en forskjell, og alle burde prøve, sa John F. Kennedy en gang. Når mennesker som tror på Kristus arbeider sammen, vil deres fellesskap i troen være med å gi lys i denne verdens mørke. Hun avsluttet med å sitere fra Mat.kap.5: Jesus sier: Dere er verdens lys. En by som ligger på et fjell kan ikke skjules, slik skal deres lys skinne for menneskene, så de kan se de gode gjerningene dere gjør, og prise deres far i himmelen.

I pausen ble det servert riskrem m/ rød saus, julebrød og kaffe.

Etter blomsterutlodningen holdt Aud Karin Førland andakt over 5.Mos.31.8: *Herren selv skal gå foran deg. Han skal være med deg. Han svikter deg ikke og forlater deg ikke. Vær ikke redd og minst ikke motet.*

Hun understreket at Han spesielt støtter deg når du er trøtt og sliten. Han slipper deg ikke. Han er trofast. Det er ikke grunn til mismot eller angst.

Du er i Hans hånd.

Til slutt sang Margaret «Den hellige stad»
 - en mektig avslutning av kvelden.

Solfrid Storland / Bergit Bø

Kretsårsmøte i Haugaland krets av Det Hvite Bånd



Grand Hotell Stord, 1. september 2014

Haugaland krets av DHB hadde sitt årlige møte på Stord, med medlemmer fra Haugesund, Karmøy, Fitjar, Halsnøy og Stord. Vi var litt færre enn i fjor, men det blei ein fin flokk likevel, 18 søstre og 1 bror, Jan Jakobsen, som under møtet ble verva av kona si, Asbjørg. Betasuppe med tilbehør smakte nydelig. Kari Bolette Lundal var med oss og hadde program med markering av Frances Willard 175 års dag og leste for oss fleire flotte dikt, til ettertanke for oss alle. Aud Karin hadde åpningsord fra Salme 55,23, med bønn for arbeidet. Margaret viste bilder og fortalte om Francis Willard. Aud Karin hadde minnestund og Hvitveisene sang. Eva Trobe var med oss fra kontoret i Oslo, og hadde andakt der hun leste fra Johs 4, om kvinnen ved Sykars brønn.

Årsmøtesaker: Bjørg leste årsmelding, Aud Karin hadde regnskapet, begge deler ble godkjent.

Valget:

Kretsleder: Margaret Østenstad
 Nestleder: Brita Nilssen
 Sekretær: Bjørg Østevik
 Kasserer: Aud Karin Førland
 Styremedlem: Irene Naustdal
 Vara: Margit Særstein
 Juniorråd: Bjørg Østevik, Margaret Østenstad og Aud Karin Førland

Valgnemd neste år er Kari Viste og Inga Reidun Vikse. Inga Reidun Viste overtar etter Ruth Sørbø i valgnemda. Aud Karin Førland gikk av som kretsleder, men de andre som stod på valg, tok gjenvall.

Etter årsmøtet var det kaffikos med sang og trekning av loddøkene, som gav et flott resultat på 10.200 kr. Eva Trobe hadde noe for smilebåndet

og Bjørg fortalte stubber som satte oss alle i god stemning. Landsleder Margaret Østenstad holdt festalen «Møte fremtiden med optimisme». Brita Nilssen hadde et innlegg «Vi bryr oss» om hvor viktig det er å se den eine. Ikke gå forbi, men hjelpe der vi kan. Brita og Margaret delte med oss fra Internasjonalt arbeid, Russland og Guatemala. Kretsmøtet gir oss anledning å komme sammen og det trenger vi. Aud Karin Førland ble takka av Bjørg Østevik for mange år med trofast innsats som kretsleder. Igjen takk til Vår Herre og Mester for at Han tar hånd om oss og arbeidet i DHB. I 2015 blir Landsmøtet på Stord.

Bjørg Østevik,
 Sekretær. 1.sept.2014.

Rogaland Krets - Hvite Bånd treff i Sandnes



Det Hvite Bånd treffet vi har brukt å ha hvert år i Egersund i Hvite Båndhuset der, måtte vi flytte på i år på grunn av sykdom. Vi måtte derfor se oss om etter et nytt sted, og fant ei åpen dør på bedehuset Salem i Gandal, Sandnes. Det er Normisjon som driver arbeidet og der fant vi oss riktig godt tilrette i «Peisstova». Dagen var lørdag, 6. september. Kretsstyret kom i god tid og pyntet og stelte til «Feststund» - for feststund blir det når vi møter de andre Hvite Bånd medlemmene! Vi var mellom 20-30 samlet, litt mindre enn på treffet i Egersund.

Taler var Holger Kjølvik som og hadde trekkspillet med seg. Han sang og spilte for oss og spilte til allsangen, og har alltid noe godt å gi fra vår Herre å gi videre, til trøst og oppmuntering. Han fortalte om avholdsløfte han hadde holdt, slik far hans og hadde holdt og far hans igjen hadde holdt. Holgers bestefar, tenk det! Det nytter å så og være et forbilde for de unge! Det ble gitt en god gave til arbeidet vårt og loddboka for Kretsstyrets basar ble sendt rundt i all stillhet til de som ikke hadde fått lodd. Medlemmene har sørget for gevinster og

sitter på ulike sentra i Klepp, Bryne, Nærbø og Undheim og i november skal vi få sitte på MEGA i Sandnes. Oddny Skårland i kretsstyret spurte om å få sitte på Prix på Undheim der de hadde fått ny butikk og ny styrer. Hun ble nok både glad og litt overrasket da styreren svarte henne - «Ja, det skal du få! Mor mi var og Hvite Bånd medlem!»

Solveig Vatland Bøe

Haugesund DHB

Tradisjon ivaretas, 44 frammøte på julemøtet. Loftsmusikken hadde flott sang og vitnesbyrd før loddtrekning.



Vest-Agder krets - Høstfest 2014 i Lyngdal



Den årlige høstfesten ble holdt på Å bedehus i Lyngdal den 23 september 2014. Kretsleder Astrid Risholm ønsket alle hjertelig velkommen. I år var vi så heldige å ha Lindesnes Fyrlis kor som sang mange herlige sanger. Vi var i år så glad for å få Eva Unsgaard Trobe med. Hun orienterte fra arbeidet på landsbasis. Hun fortalte mye om DHB. Det ble stiftet i 1874 i USA, og kom til Norge i 1889 Og i dag har vi lag og foreninger i de fleste av landets fylker. Åpnings-sangen var: «Å, kjenner du det

skjønne Jesu navnet.» Til innledning ble det lest fra Efeserne 5 v/ Astrid og deretter bønn. Så ble det fin sang v/ koret.. Eva snakket med en søster som ønsket å bli Hvite Bånd medlem. Hun ble kalt frem og fikk festet nålen deretter ba hun for henne, og ønsket henne hjertelig velkommen i Det Hvite Bånd. Så var det Andakt v/ Eva. Tekst var fra Johannes Evangeliet 4, om den samaritanske kvinnen. Det var en gripende tale om Guds omsorg for den enkelte. Etterpå sang Eva og Bjørg: «Jeg har funnet en skatt.»

Bordvers ble sunget, og mye god mat ble servert. Det var stor basar med mange flotte gevinster, noe som gav mye penger. Det var 75 mennesker samlet, ny rekord Astrid takket alle som hadde vært med og gjort en fantastisk innsats for DHB Avsluttet med Fadervår. En flott fest!

Referent:
Solveig Larsen,
sekreter Vest Agder Krets.



Det Hvite Bånd har sitt landskontor i Torggata 1, Oslo. Dette er Actis - Rusfeltets samarbeidsorgan sin administrasjon, og DHB har kontorfellesskap med mange andre avholdsorganisasjoner. Hit henvender kretser, foreninger og enkeltpersoner seg for å få praktiske råd, og materiell tilsendt. Landskontoret fører regnskap for landskassen, gavefondet og Olafiafondet.

Medlemsregistrering og innkreving av kontingent skjer her. Landskontoret har telefontid mellom 10-14 hver dag. Landskontoret forbereder saker og iverksetter de saker landsstyret vedtar. Landskontoret utarbeider søknader om økonomisk støtte, og rapporterer for mottatt støtte til myndighetene. Landskontoret arbeider med opplegg av landsmøter, lederkonferanser og andre arrangementer. DHB er medlem av Hovedorganisasjon Virke.

Hilsen fra Landskontor



Eva Unsgaard Trobe

Hilsen fra Landskontoret

Så vil vi ønske hverandre ett riktig godt Nyttår 2015. Tenk at vi enda skulle få oppleve et nytt nådens år fra Gud. Godt at vi kan si med sangeren: "Min framtid er i Herrens hender". Ja, det er nåde fra Gud hver dag vi kan stå opp. Her på kontoret er jeg i full gang med mye papirarbeid. Nå har dere vel mottatt kontingen-ten for 2015. Ikke legg den vekk, men vær snill å betal den hurtigst mulig. Det betyr så mye at den er betalt i tide.

Først da er du fullverdig medlem. I år er det er landsmøte i oktober på Stord som dere ser avbildet påforsiden på bladet: Stord Hotell. Sett av tiden å bli med!

De nye lovene er også sendt dere sammen med kontingenten. Vi har hatt en deilig mild vinter her i hovedstaden. Sender også nå i disse dager ut papirene til årsmeldingene, kretsmøter og Olafiasøknader. Så her er jeg ikke arbeidsledig! Så ber vi for arbeidet i DHB og for landsmøtet som nærmer seg, og valgene. Be at de rette personer kommer på de rette plassene! Ønsker dere alle Guds rike velsignelse over det nye året! Gud er trofast!

Med søsterhilsen
Eva Unsgaard Trobe
Regn. Sekr.



PR er viktig!
Fra Vårt Land
27.12. 2014
Takk til Ola Gjethammer



Aud Karin Førland
Kasserer i landsstyret.

Hjertelig takk

Hjertelig takk til dere som har sendt inn gaver til de forskjellige prosjekter. Jeg er stolt over giver gleden til Det Hvite Bånd!

Vi er i gang med en ny brønn i Etiopia som vil gi rent vann til mange mennesker. Gud velsigne dere med et godt nyttår!

Hilsen Aud Karin

Gaver og nye medlemmer



Hjertelig takk for alle gavene!

Brønn:	25.11.14	kr. 62 290
Stavanger DHB		1 000
Rogaland Krets		5 000
Randaberg DHB		2 000
Asbjørg Bildøy		500
Total:		kr. 70 790

Gaver til DHB:

Stavanger DHB (Barn og Ungdom)	2 000
Rogaland Krets (Ungdom)	6 000
Offer 2014 Vestnes Sokneråd	698
Testamentariske gave /Arv - Tora Flottorp	15 000
Andreas Hassell	1 000
Rogaland Krets Adventsamling - Ungdom	1 350
Nærbø DHB (Barn og Ungdom)	3 000
Volda DHB	1 000
Unni Fyrde	500
Hjørdis Sørbø	2 000
Inger Marie Aasrum	200
Voss Kvite Bånd	5 000
Sirdal Søkneråd, Tønsberg . offer	2 690
Rogaland Krets Adventsamling	1 000

Internasjonalt arbeid:

Rogaland Krets-Guatemala	4 000
Norheimsund HB-Guatemala	4 000
Randaberg DHB-Guatemala	5 000
Björgvin Krets- Russland	2 500
Asbjørg Bildøy-Guatemala	500
Haugesund DHB- Guatemala	5 000

Nye medlemmer

Harald Lystad, Oslo
Amanda Saus, Moss
Torunn Helene Aslaksen, Sundbyfoss
Anna Vatnøy, Volda

vervet av

Ragnar Enger
Eva U Trobe
Seg selv
Seg selv

Hva er Det Hvite Bånd

Vis vi er stolt! Vis vi er glad!

Det Hvite Bånd er en kristen avholdsorganisasjon for kvinner, tilslutta WWCTU, World Womans Christian Temperance Union, Verdens kristne avholdsorganisasjon for kvinner. Vi arbeider for en rusfri verden.

Den blei starta i USA i 1874 av Frances E. Willard, og er den eldste frivillige kvinneorganisasjonen i verden, som har eksistert utan opphold sida starten.

Den har foreninger og lag i over 46 land i Nord Amerika, Central og Sør Amerika, Asia, Oceania, Afrika og Europa.

Her i Norge er det små og store foreninger og lag, spredt over heile landet. Vi samlast alle under mottoet: «FOR GUD, HEIM OG ALLE FOLK.» Det er 3 ting som alltid har kjenne-

tegna organisasjonen: vi er kristne, vi praktiserer totalavhold og det er kvinner som styrer.

Fra starten av har det vert kampen mot alkohol og rusmisbruk som har vert hovedmålet, men også kvinners rettigheter vart kjempa for fra starten av, som:

- stemmerett for kvinner og minoriteter
- vern av kvinner og barn som har vorte misbrukt
- 8 timers dag
- lik lønn for likt arbeid
- mot barnearbeid
- statlig hjelp til utdanning og barnehager
- Fængselsreformer og
- fredelige demonstrasjoner for fred i verda.

I 2007 og for åra framover har Det Hvite Bånd på agendaen skadeverknad av tobakk, fosterskade pga

alkohol, unges drikkekultur og spileavhengighet.

Vi har gitt økonomisk støtte til ungdomsarbeidet. Derfor vil vi oppfordre alle kristne om å støtte opp om Det Hvite Bånd. Vi trenger dere, og dere trenger oss, for å stå sammen i kampen mot rusmisbruk. Til ungdom - En har sagt: «Det gjelder å være tilstede i sitt eget liv!» Et liv i rus fratar deg den muligheten. Så vær tøff du som er ung, sei nei til rus!

Vær hjertelig velkommen i Det Hvite Bånd.

Red.

Det Hvite Bånd – en rusfri verden
Vær med i dette viktige arbeid!
Fyll ut og send til landskontoret:
Det Hvite Bånd,
Torggt.1, 0181 Oslo



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 Bånd's merke, prøve å få andre med i avholdsarbeidet.

Medlemskapet

Navn:

Adresse:

Fødselsdato:

Medlemsvervet

Navn:

Adresse:



Kilde: Stord Hotell



Landsmøte

Invitasjon til Landsmøte på Stord

Stord Hvite Bånd har den store glede og invitere Det Hvite Bånd sine medlemmer til Landsmøte på Stord Hotell 8. – 11. oktober 2015, på Leirvik Stord.

Kommer du til Stord kan vi love deg en flott opplevelse av fantastisk vestlandsnatur! Øya Stord ligger i innseilingen til Hardangerfjorden, sentralt i Sunnhordland mellom Stavanger og Bergen. Her er fjell og fjord, sjø og elver, bakker og bygder. Vel verd et besøk!

Bykommunen Stord med Leirvik som sentrum har til sammen 18 000 innbyggere. Vi har videregående skoler, høyskole, sykehus, mye industri relatert oljevirksomhet og

god kommunikasjon med omverdenen. Stord Lufthavn har daglige avganger til Oslo, Trekantsambandet gjør oss landfast med Bømlo og Haugalandet/Haugesund, Europavei 39 går over Stord og nordover til Bergen. Vi har Hurtigbåter og buss-forbindelser døgnet rundt.

Stord Hotell ligger bare 5 minutters spasertur fra Leirvik sentrum, eller "Vikjo" som det heter på lokalspråket. Her finner du to store kjøpesenter og mange småbutikker i Gå gata gjennom sentrum.

Vi i styret for Stord Hvite Bånd ønsker DEG hjertelig velkommen til Landsmøte på Stord Hotell.

Hilsen

Irene Naustdal,
Dagrunn Fauskanger,
Marit Langeland og
Brita Nilssen



«For Gud, heim og alle folk»



Høstfest på Lyngdal