

Det Hvite Bånd

– en rusfri verden



«For Gud, heim og alle folk»

105. årgang nr. 3/4 2015

Fairmont Chateau Laurier Hotel



40. Verdens kongress i Ottawa, Canada

18. - 24. august, 2016

Landsmøte på Stord 8. - 11. oktober 2015



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

LANDSKONTOR (telefonid 10.00–14.00):
Kontorsekretær Eli Kjønsgberg
Tlf. 23 21 45 37, E-post: dnbsek@actis.no
Regnskapsek./medl.iste Eva U. Trobe
Tlf. 23 21 45 36, Faks: 23 21 45 01
E-post: dnbkontor@actis.no
Økonomikonsulent 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	4-5
Riisby	6
Riisby	7
Riisby	8
Avd. Sosial	9
Minneord.....	10
Andakt: Frykt og glede	11
Samarbeidspartner Blå Kors	12
Samarbeidspartner Forut	13
Artikkel fra en ungdom.....	14-15
Juniorleder	16
Barnesider 6 - 12 år	17-20
Ungdom over 13 år.....	21-24
Avd. Utdanning.....	25
Avd. Bibel og bønn	26
Desiderata	27
Referat FOM	28
Avd. Familie	29
Rapport fra Guatemala.....	30-31
Frelsesarmeen: Rusfri dag, 8. juni	32
Krets og foreninger Rogaland	33
Krets og foreninger Vestfold/Telemark og Bjørgvin	34-35
Landskontor, gaver og nye medlemmer	36-37
Innmeldingsskjema.....	38
Landsmøteprogram	39



HUSK! Frist til neste blad 1. august 2015



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



NESTLEDER
Aud Bodil Brekka
Avd. leder: Sosial
tlf. 35 98 94 50



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



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
tlf. 37 08 84 63



Maria S. Moe
tlf. 993 83 859



May Britt Røyrvik
Avd. leder: Bibel og bønn
tlf. 48 21 03 80



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



Landsleders hilsen

Kjære alle

«SER etter LYS på de mørkeste steder, selv når det ser umulig ut.»

Dette sitatet blir levende da Brita Nilssen og jeg nylig besøkt vårt prosjekt i Guatemala City. Lyset var i øynene til de kvinnene på Foundation Debora (se s. 30-31) hvor de får utdanning og yrkesopplæring. Tidligere har de båret preg av undertrykkelse, sårbarhet og en følelse av å være verdiløse. Mange lever i voldelige livssituasjoner og har vært utsatt for seksuelle overgrep. I dag er de oppreiste, flotte kvinner som lyser av selvtillit og livsglede. Se bak på omslaget. Damen til venstre driver sin egen frisørsalong og gir av sin tid til å undervise elevene på prosjektet.

En times langt intervju på nasjonal kristen radio og TV ga mye PR for Det Hvite Båndts arbeid. Spesielt ble jeg spurte om alkohol-relatert vold og kvinners selvtillit. Her er noen sitater til oppmun-
- tring for kvinnene:
Komme til stedet der endring kan

skje. Endring må komme innenfra. Du er verdifull, du er viktig her og nå! For din egen skyld, husk alltid at du er elsket.



Det gir mening til livet når folk er i stand til å se verdi i de små tingene. I å verdsette disse, frigjøres dopamin i hjernen som igjen gir en følelse av lykke, som er noe av det en misbruker opplever ved bruk av narkotika, for eksempel metafetamin. Vi i Det Hvite Bånd har det eneste svaret på spørsmålet om alkohol og andre rusmidler - IKKE START! En ting er sikkert, ingen som drikker gjør det med mål om å bli en alkoholiker, det samme gjelder for andre vanedannende stoffer.

For kvinner som er nedtrykket: Ordspåk: 31:25 «Hun er kledd med styrke og verdighet, og hun ler uten frykt for fremtiden.»

«En kvinnes hjerte burde være så skjult i Gud at en mann skulle måtte søke Ham bare for å finne henne.»
Max Lucado

Hvis ting skjer i livet ditt, og du føler deg ufullstendig ... vit at hvis du tror, er du fullstendig i Kristus Jesus. DU kan ha tillit til HVEM DU ER I HAM!

Dette prosjektet gjør en forskjell i livene til kvinner i et voldelig, fattig område i utkanten av Guatemala City. Det er støttet av Norge, Sør-Korea, Australia og USA. Be for ekstern sponning slik at dette fantastiske prosjekt kan fortsette. Vi må aldri glemme hva Gud har gjort for oss. AMEN!

Kjærlig hilsen
Margaret



Margaret Østenstad

Her er Sebastian, 3 år, som vokser trygt og godt på prosjektets barnehage. Mor var voldtatt.



8 tegn på at du har et alkoholproblem

Mange drikker for mye

Livet du berger er kanskje ditt eget...



1.

Du drikker i skjul. Dette alene er et faretegn.



5.

Du «vinner» festen
De fleste kjenner til den ene som alltid blir for full på fest.



2.

Du klarer ikke å stoppe. Du er ustoppelig etter første slurk.



6.

Du bruker alkohol for å dempe følelser. Drikker du for å lindre psykiske smerter? Det er ofte et fellestrekk.



3.

Alkoholen spiller en stor rolle i livet. Du prioriterer drikkingen foran det meste.



7.

Du drikker mer enn en flaske vin i uka. Mengden du drikker har mye å si



4.

Du drikker når ingen andre drikker. Dette kan være urovekkende.



8.

Du fortsetter til tross for at du er klar over at du har et problem. Du overser de alvorlige konsekvensene alkoholavhengighet medfølger.

Mina Gerhardsen, generalsekretær i Rusfeltets samarbeidsorgan, Actis, sier at det er fullt mulig å ha et for høyt og problematisk alkoholkonsum uten å kvalifisere til å få diagnosen alkoholavhengig. Men mange har fortsatt et problematisk alkoholinntak. - Veldig mange av alkohol-skadene i samfunnet skyldes folk som har et forholdsvis normalt drikkemønster, og i Norge er dette ofte det samme som helgefylla.

Helgefylla fører til mange akutte skader, som for eksempel vold. Rundt 70 - 80 prosent av de som er innblandet i en voldsepisode er påvirket av alkohol, forteller

hun til Klikk Helse. Dersom du selv innser og anerkjenner at du har et alkoholproblem, er det viktigste å tørre og be om hjelp.

- Du må vite at du ikke er alene med problemene dine. Fastlegen er et godt sted å begynne.

Mange fastleger er flinke til å ta opp alkohol med pasientene sine, men vi skulle helst ha sett at dette ble gjort enda oftere. På denne måten har vi muligheten til å hjelpe folk før det går for langt, sier Gerhardsen.

Det finnes også mange gode behandlingstilbud, både kommunale

og private. I tillegg har mange frivillige organisasjoner selvhjelpsgrupper og støttenettverk.



Mona Gerhardsen,
Generalsekretær Actis



Riisby

Tove Kristin Jevne
Institusjonssjef

Hilsen fra Riisby!

Her kommer en liten hilsen fra Riisby. Denne sommeren har vi store planer om å pusse opp stua på avdeling Nordre. Det er mange år siden det sist ble gjort fornyinger der. Det foreligger planer om å skifte gulv og male tak og vegger. Kanskje det blir valgt tapet som passer inn i noen av stuene. Også møblene er modne for utskiftning!

Det er driftsleder sammen med renholdsleder som er ansvarlig for dette arbeidet.

Vi har også mottatt gode forslag fra interiørkonsulent Torill. Noe av arbeidet er allerede påbegynt da vi har malt spisesalen og anretningen og investert i nye stoler og bord der. Resultatet ble kjempebra! Når oppussingen er ferdig kan vi installere teleslynge og høytaler anlegg i stuene. Styret for institusjonen har vedtatt at slikt utstyr skal monteres.

Det er stort behov for slike hjelpemidler. Også avdeling søndre har pusset opp i løpet av året. Både spisesal og anretning er fornyet! Her ble det malt i lys farge og det ble investert i flotte skap og ny serveringsdisk. Disken gjør det lettere å sørge for at maten holder rett temperatur og ellers kan serveres hygienisk forsvarlig.

I samarbeid med pasientene skal treningsrommet på Nordre pusses opp. Her skal det males og noen av apparatene må oppgraderes. Det er viktig at det legges til rette for gode treningsmuligheter. Vi vet at fysisk og psykisk helse henger sammen. Dersom den fysiske formen er god, er det lettere å takle utfordringene som kommer. Vi har nettopp ansatt en ny fysioterapeut som er en god pådriver til nettopp fysisk aktivitet, gjerne gjennom lek og moro med ball!

I skrivende stund holder vi på med forberedelser til Åpen dag. Det er alltid spennende hvordan dagen blir. Mange ansatte er involvert i å forberede denne dagen.

Dugnadsånd og godt samarbeid er kjennetegn ved vår organisasjon!

I dagene rundt Åpen dag arrangeres pårørende seminar, hvor pårørende til pasienter inviteres. Det er ansatte ved institusjonen som har ansvaret for seminaret som strekker seg over tre dager. Det er alltid gode tilbakemeldinger fra de som deltar på disse samlingene.

En riktig fin vår ønskes dere alle!

Hilsen oss på Riisby
Ved Tove Kristin



Riisby Nordre



Riisby Søndre

RIISBY BEHANDLINGSSENTER

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

Kjære alle!



Riisby

Tora Husan
Styreleiar

No livnar det i lundar

(Salme, 1924) Av Elias Blix

*No livnar det i lundar, no lauvast det i lid,
den heile skapning stundar no fram til sumars tid.*

*Det er vel fagre stunder når våren kjem her nord,
og atter som eit under nytt liv av daude gror.*

*Guds kyrkja lysa skulde som høgt på berg ein stad,
med sumar utan kulde og utan solarglad.*

*Guds ord vel alltid lyser, den sol gjeng aldri ned:
det hus som Anden hyser, ligg stødt i ljøs og fred.*

*Men stundom kom då kulde på Herrens kyrkjemark:
det var som Gud seg dulde, og burte var Guds ark.*

*Det var dei myrke dagar, Guds ord var fâhøyrð segn;
og hjarta frys og klagar, det saknar sol og regn.*

*So sende Gud sin Ande som dogg på turre jord;
då vakna liv i lande, då grøddest vent Guds ord.*

*Då er det sæle tider for Kristi kyrkjegrunn;
då lauvast det i lider, då livnar det i lund.*

*Då ljøsna det i landet frå fjell og ned til fjord;
då losnar tungebandet, då kved Guds folk i kor.*

*Då skin det yver strender som sol ein sumarkveld:
då gløder kring i grender ein heilag altar-eld.*

*Du vår med ljose dagar, med lengting, liv og song!
Du spår at Gud oss lagar ein betre vår ein gong,*

*då me med vigsla tunga, med kjærleik heil og klår,
alt utan brest og sprunga skal lova Herren vår.*

*"No livnar det i lundar, no lauvast det i li.
Den heile skapning stunder no fram til sumars tid".*

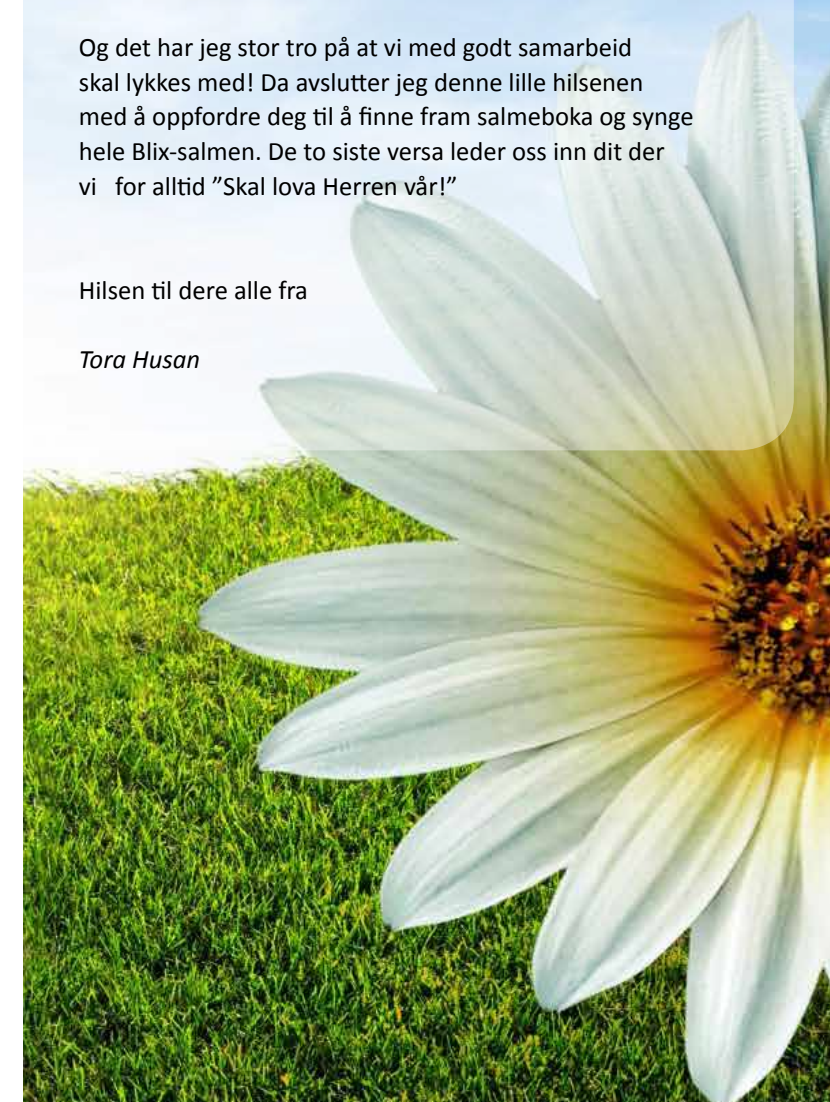
Slik synger vi i den gode, gamle Blix-salmen. Nå om dagen ser vi hvordan spirene presser seg opp og fram, og gleder oss over at vi atter en gang skal få oppleve vårens krefter!

Vi har hatt vårt første møte i det nye styret for Riisby. Jeg savnet Åslog, og er takknemlig for fellesskapet gjennom flere år. Nå er vi et nytt arbeidslag som vil være med å legge til rette for at Riisby skal være en god plass å være,- både for pasientene og personalet.

Og det har jeg stor tro på at vi med godt samarbeid skal lykkes med! Da avslutter jeg denne lille hilsenen med å oppfordre deg til å finne fram salmeboka og syng hele Blix-salmen. De to siste versa leder oss inn dit der vi for alltid "Skal lova Herren vår!"

Hilsen til dere alle fra

Tora Husan





Riisby

Ragnar Engen,
Riisbyprest

Dialog, sårbarhet og skriftemål

Noe av det vi mennesker frykter aller mest, er å bli avslørt. Særlig når det dreier seg om noe som det er viktig «ikke kommer ut». Vi prøver så godt vi kan å holde kontrollen, ikke minst kontrollen på hvordan vi blir oppfattet. De fleste av oss vegrer oss for å bli synlig med alle våre feil og svakheter. Derfor har vi en tendens til å vike unna åpenhet. Følgen av dette blir fravær av oppriktighet og ekthet med fare for å havne i selvbedrag.

Det jeg her skriver er allmenn-menneskelig. Dette strever vi med alle som en, tror jeg. De som kommer til Riisby for å få hjelp med sitt rusproblem, strever også med dette. I samtaler fremholder jeg hvor viktig det er å våge åpenhet om våre feil og unnlatelser. Hvis vi ikke gjør det, går vi glipp av en frigjørende lettelse.

For mange år siden hadde jeg samtaler med en kar her på Riisby. Han betrodde meg noe som han skammet seg inderlig over og som han ønsket var ugjort. Han kjente et stikk i samvittigheten til stadighet og

nattesøvnen ble så som så. Jeg sa til han at hans betroelse overfor meg var som et skriftemål. Han hadde ikke greie på hva det egentlig var for noe, men da jeg forklarte for han innholdet i skriftemålet, sa han ja til å ta imot det. Jeg la hendene på hodet hans og sa: «For Jesu Kristi skyld tilsier jeg deg alle dine synders nådige forlatelse, i Faderens og Sønnens og Den hellige Ånds navn. Amen.»

Jeg understreket at de handlingene han hadde begått, ville han bære med seg i hukommelsen. Men handlingene skulle ikke lenger anklage og knuge han. De var tatt hånd om av en som er større enn oss og som «bærer verdens synd». En ting til snakket vi også om: nødvendigheten av å gjøre opp med den eller de, som han hadde forurettet.

Da vi samtalte noen dager senere sa han at han i forbindelse med skriftemålet hadde opplevd en frigjørende lettelse.

Skriftemål handler om sårbarhet. Når en våger åpenhet om det som tynger og det som en helst vil holde for seg sjøl og bekjenner, skjer det en helbredelse på sjelen. Skriftemålet er en dialog mellom en prest og et annet menneske der også Gud er til stede. Om en kan kvie seg for å vise sin sårbarhet, gir det trygghet å være oppriktig for Han som ikke støter bort den som kommer til han.» Han er den eneste i hele verden som makter å forene de to ordene «sannhet» og «nåde». Sannheten om oss selv kan vi frykte, men i lyset fra Jesus byttes frykten ut med trygghet og frihet.

Hilsen Ragnar prest



Avd. Sosial

Aud Bodil Brekka



Så du det ikke?

*Så du ikke øynene som breddfulle av angst
tagg deg om forståelse og hjelp?*

*Så du ikke hånden som ble strakt mot deg i
håp om å møte din?*

*Så du det ikke fordi
Du gikk så fort forbi?*

*Da så du vel heller ikke øynene da håpet
vek for håpløshet?*

*Du så vel heller ikke hånden som knyttet
seg i fortvilelse?*

*Fordi- DU og alle vi andre
Alltid går så fort forbi!*

*Disse tankene formet i noen enkle vers
er skrevet av en dame ved navn Mildred
Kjønnsvoll.*

*Tanken grep meg:
Går vi for fort forbi de mange som sliter og
trenger «en hånd å holde i»?*

*Må vi se mennesker med Jesu øyne,
Han gikk ikke forbi!*

Sommerhilsen til dere alle,

Aud Bodil Brekka



Husk 12 bønner!

Det er alltid noen som ber rundt hele verden



Minneord



ERNA D. MORTENSEN

Døde 85 år gammel

Erna D. Mortensen fikk hjemlov den 2. januar i år i en alder av nesten 86 år gammel. Erna var aktiv i Haugesund Hvite Bånd i nesten 20 år. Hun har alltid vært ivrig for avholdssaken, helt fra sin ungdom. Hun har vært et forbilde for sine barn og barnebarn.

Erna var veldig ivrig og trofast i Det Hvite Bånd sitt arbeid, hun var aktiv med på kjøkken i mange år, og hun laget de beste kaker til kaffe-kosen. Vi glemmer nok ikke når tidligere Verdenspresident Sarah F. Ward skulle komme på besøk og Erna hadde fått visst at Sarah var så glad i marsipankake. Erna kom til festmøtet med flott hjemmebaket marsipankake med flott sløyfe på (som er vår logo.) Vi var veldig stolte at en av våre medlemmer gjorde dette for oss.

Vi i Haugesund Hvite Bånd bøyer oss i ydmykhet for at Erna D. Mortensen var vårt medlem i mange år og for alt hun gav oss av omsorg og kjærlighet og villighet i tjenesten. Hun var glad i oss og veldig glad i Jesus sin Frelser og er hjemme og hviler nå i Hans armer.

På gjensyn kjære Hvite Bånd søster i himmlens skjønnne land.

Aud Karin Førland



INGEBORG HAUGLAND

Døde 95 år gammel

Like før 28. mars fikk enda et av våre medlemmer flytte heim; Ingeborg Haugland. Hun hadde just fylt 95 år. Ingeborg Haugland var født i Egersund og vokste opp på Hestnes-halvøya. Hun stiftet familie, og da hun seinere, først på 50-tallet, ble kjent med Bryne Hvite bånd, meldte hun seg inn, et medlemskap som kom til å vare i over 60 år.

Ingeborg var trofast på medlemsmøtene våre og på andre ulike arrangementer som Hvite Bånd sto for. Hun var et av våre æresmedlemmer! Hun gledet seg ikke bare over Hvite Bånds arbeid, men og når det lykkes for andre. Hun tok det opp på blant annet Evangeliesenteret, og fortalte, preget av en ekte glede, om mennesker som ble både fri og frelst.

Vi har nettopp feiret påske. Ingeborg satte pris på denne gamle sangen som er knyttet til påskehøytiden: «Herlige Golgata, herlige Golgata, der synden ble sonet og gjelden betalt. -Herlige Golgata! -Takk da for Golgata, takk da for Golgata, der synden ble sonet og gleden betalt. Takk da for Golgata!»

Vi minnes med glede og takk alt det gode du etterlot deg. Må Gud velsigne deg!

Solveig Vatland Bøe



RUTH VEIVÅG JENSEN

Døde 89 år gammel

Det Hvite Bånd har mistet en kjær og trofast søster i en alder av 89 år. Ruth hadde en klippefast tro på sin Herre og Mester, hun ga uttrykk for flere ganger den siste tiden at hun lengtet hjem til Jesus.

Nå har hun nådd målet og vi bøyer oss i varm takk og dyp ærbødighet for hva hun har betydd for DHB. Hun vitnet stadig om at Gud hadde gitt henne kall til denne tjenesten. I Kragerø DHB var hun leder, kasserer og sekretær og var meget dyktig. I Kragerø fengsel gikk hun i over 20 år, sammen med sin kjære Eyolf.

Som kretsleder i Vestfold og Telemark var hun leirsjef på flere barneleirer. Ruth visste at mange barn trengte en herlig sommerferie, og det tok hun ansvar for. På landsplan var hun medlem av barne- og ungdomsrådet i endel år. Hun fikk oppleve flere verdenskongresser, noe som var høydepunkter for henne. Ruth var æresmedlem i DHB og det var hun mektig stolt over!

Vi savner Ruth, men vi unner henne hvilen! Må vi som er igjen ta opp den sterke bønnnetjenesten hun hadde!

Må Gud velsigne vår kjære Ruths gode minne!

For Kragerø DBH Aud Bodil Brekka

Andakt

Geir Styve, Prest



Frykt og glede



Vi har nettopp feiret påske, og Matteus er en av dem som forteller om det som skjedde påskedag. I hans fortelling står det mye om frykt. Som at soldatene skalv av redsel da de så Jesus, og ble liggende som døde. Det gjør inntrykk, for vi kan regne med at de var hardbarkede karer som med stor sannsynlighet hadde opplevd mye i løpet av sin tjenestetid. De hadde ganske sikkert opplevd krigens redsler på nært hold mange ganger, og hadde blitt herdet av det. Men det som møtte dem denne dagen ble for mye for dem. Det er uttrykk for sterk sinnsbevegelse når de skalv av redsel, og ble liggende som døde. Da er en skikkelig redd.

Og de var ikke de eneste. Frykten grep også dem som var i den innerste kjerne rundt Jesus. De som kjente ham aller best og var tette knyttet til ham. Som de to Maria. Det står ikke noe om deres sinns-tilstand. Men de må også ha vært redde, for engelen sa: Frykt ikke. Og det var akkurat det de trengte å høre. Nå holder det ikke å si til en som er lamslått av redsel: Nå må du slutte å være redd. Det er omtrent som å si til en som er deprimeret: Nå må du slutte å være deprimeret. Det går ikke over av den grunn.

Nylig ble presten Even Sundby intervjuet. Han var en av de aller blideste på teologistudiet. Det var han som smilte bredest og det var han som lo høyest. Men etter noen år som prest så stoppet det

dere ikke å være. For Jesus har stått opp og det skal dere fortelle videre.

To ting: Oppstandelsen og oppdraget.

Disse to henger sammen med det de fikk høre. Og det virker, for det skjedde noe med dem. De var fremdeles redde, men samtidig jublende glade. Men nå var det ikke lenger frykten som drev dem. De hadde fått en annen drivkraft.

Det samme gjaldt disiplene som hadde stengt seg inne av frykt for hva som kunne skje med dem. Da de trengte det som mest, kom Jesus til dem. Og så sa han de ordene som vi alle trenger å høre: Fred være med dere.

Det er en dybde i dette som ikke kan beskrives med ord, men Paulus gir uttrykk for det i et av sine brev. At Gud forsonte alt med seg selv, det som er på jorden, og det som er i himmelen, da han skapte fred ved hans blod på korset. Det er vanskelig å begripe det helt når det leses eller høres, og grunnen er at denne freden kan ikke beskrives fullt ut. Den må erfares slik disiplene fikk erfare den. Det som er sikkert er at det skjer noe med disiplene som med de to Maria, og deres vitnesbyrd gir gjenlyd helt inn i vår tid.

For frykten slapp taket og de ble frimodige vitner til alt de hadde opplevd.

Geir Styve

opp for Even. På den tiden var han kapellan i Oslo. En søndag kveld han kom hjem etter en 15 timers arbeidsdag gikk teppet ned. Han ble rammet av en dyp depresjon, og det tok ham lang tid å komme tilbake i jobb. Men han fikk noen erfaringer som han delte videre. Han fortalte at det verste han kun kunne høre var: Nå må du ta deg sammen. Det går ikke. Det er like vanskelig for en deprimeret å ta seg sammen som for en redd å slutte å være redd på kommando. For følelsene overstyrer fornuften. Det er ikke nok å høre: Du må slutte å være deprimeret eller du må slutte å være redd. Det trengs noe mer.

Denne dagen fikk de to Maria høre akkurat de ordene de trengte å høre: Frykt ikke. Men de fikk også noe mer. De fikk også en forklaring på hvorfor de ikke trengte å være redde. For engelen sa: Jeg vet hvorfor dere er redde. Men det trenger

Samarbeidspartner Blå kors

Alvor, humor og fete gitarriff



«Meg og mamma
- en flaskepanters betroelse»
er en alvorlig, men også
humørfylt teaterforestilling
om Rikard, en oppegående gutt
i tyveårene som ser tilbake på
en oppvekst med en mor med
et altfor høyt alkoholforbruk.
Når mor drakk lot Rikard som
ingenting, mens klumpen i
magen bare vokste.

Det er Teater Avvik fra Porsgrunn som står bak «Meg og mamma». Teaterstykket er blitt til på forespørsel og med støtte fra KoRus Sør Borge-stadsklinikken. Porsgrunn kommune og Fond for utøvende kunstnere har også bidratt økonomisk. Stykket, skrevet og regissert av Lars Vik, hadde offentlig premiere i Ælvespeilet i Porsgrunn 28. januar.

Skuespiller Tobias Vik, sønn av Lars, står alene på scenen gjennom hele forestillingen. Han takler rollene som både Rikard og moren Gro. Han har solid støtte i tekniker Lars Løberg, og ikke minst Rolling Stones. Hele 34 låter av bandet dundrer ut over høyttalerne i løpet av de 55 minuttene forestillingen varer. Det blir mange slagere, men også mer ukjente perler fra gruppens omfattende katalog. «Meg og mamma» handler også til en viss grad om mamma Gros

lidenskapelige forhold til Rolling Stones. - STONES HAR MANGE BRA LÅTER, og vi predikerer gjerne for unge mennesker at det er et band de burde sjekke ut. Og så er jo Rikard selvsagt kalt opp etter gitaristen Keith Richards, forteller Lars Vik til Porsgrunn Dagblad.

Vi var til stede på en lukket forestilling av «Meg og mamma» i regi av Barnas Stasjon på Hamar. Der var vi vitne til strålende bruksteater, i ordets aller beste forstand, koplet med en sterk kunstnerisk nerve. Å se Tobias Vik i rollen som Rikard overbeviste undertegnede om at her sto en skuespiller på scenen med egne såre oppveksterfaringer. Men på scenekanten etter forestillingen ble vi minnet om at det er noe som heter innlevelse og solid skuespillertalent.

- FORELDRENE MINE VAR
EKSEMPLARISKE I MIN OPPVEKST

for de drakk aldri mens jeg var til stede. Jeg hadde derimot en venn som hadde en alkoholisert mor. Jeg koblet meg på dette vennskapet i forberedelsen til stykket, forteller Tobias.

Forestillingen «Meg og mamma - en flaskepanters betroelser» er spesialtilpasset for turnering i skoleverket. Den passer til de eldste på ungdomsskolen og de yngste på videregående skole. Den egner seg også overfor foreldre- og lærergrupper og folk innen helsesektoren.

Teater Avvik har i samarbeid med Hilde Fiskum og KoRus Sør utarbeidet et pedagogisk hefte som kan brukes til oppfølging og samtaler i etterkant av forestillingen.

Kilde: 29.04.2015 | Glimsdal, Steinar



Barneaksjonen fra Nepal

Velkommen til ny barneaksjon fra Nepal!

I år skal vi være med Puspa, Biswas, Nischal og Monki ut og ri på elefanter!! Kanskje vi ser andre spennende dyr også.....

Vi fortsetter å følge de samme barna som vi ble kjent med i barneaksjonen 2014/15, men alt materiellet er NYTT (bortsett fra CD'n)

- Hvordan har de det nå....?
- Hva har skjedd siden i fjor...?

FORUTs barneaksjon er et godt pedagogisk opplegg, som dekker

mange aktuelle læringsmål i barnehage og grunnskole.

Det legges vekt på demokrati, solidaritet, toleranse, livssyn, kulturforskjeller og fordeling av verdens ressurser.

FORUT ønsker at barn i Norge skal lære om barn i andre land.

FORUT ønsker også at barn i Norge skal forstå at det går an å hjelpe dem som ikke har det så bra som oss.



Biswas og Puspa med Monki og Minki

Biswas og Nischal



Støtt nå!

FORUT



Det Hvide 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:





Eit halvt år har
eg budd i Tanzania
nå og jobba med
barn og ungdom.

TANZANIA

– eit av verdas fattigaste land,
men likevel eit av verdas rikaste



Martine Sjøen med barna i Afrika.

Eg var sendt ut fra bibelskolen i Grimstad for å arbeide med krik (kristen idrettskontakt) sitt internasjonale arbeid i Øst-Afrika, kalla CHRISC. Jobben min i Tanzania gjekk ut på å undervise på ein barneskule og trene volleyballag. Eg blei veldig godt kjent med kulturen og lokalbefolkningen, og det er noko av det som har gitt meg mest inntrykk nokon gong, eg lærte utruleg mykje!

Tanzania er eit av verdas fattigaste land. Dei har utruleg lite, både på det materialistiske, men også på dei psykiske behova som omsorg, kjærlighet og kunnskap. Ei vanleg dagslønn

for ein person som tjenar godt og klarar seg bra i Tanzania, er på 40 kr. Dei eter 1-2 måltid til dagen, som somregel består av ris. Ungane på tre og fire år på skulen blir slått, både av lærarar og sine egne foreldre, ofte utan grunn. Ein god nok grunn til å slå kan vera at ungen sølte litt, eller har gjort ein feil i lekse. Mange bur i jordhytter, utan strøm og utan reint vatn. Vanlege rutiner som for eksempel tannpleie er heilt ukjent. Situasjonen er så stusselig, og for oss nordmenn kan dette virke heilt fjernt – "Alle" har jo reint vatn og mat på bordet, og foreldre som bryr seg om deg. Dette fekk eg oppleve på nært hald at

slett ikkje stemmer! Det var grusomt å sjå på små barn som hylte av smerte, familiar som var svoltne og som ikkje hadde nokon som brydde seg. Ein episode eg aldri kjem til å gløyme var då volleyballaget eg trente skulle spela kamp. Kampen blei 15 minutt forsinka, og dagen etterpå fekk eg høyre at nokon av jentene på laget hadde blitt grisebanka av faren sin pga dei kom for seint heim. Det er så urettferdig!

Likevel opplevde eg dette som noko utruleg fint. På tross av ein elendig bakgrunn og oppvekst, var det fantastisk godt å oppleve den livsgleden,

trusgleden og idrettsgleden desse ungane og ungdommane har! Det skulle så utruleg lite til for å glede dei, og ein klem gjorde dagen deira - det er nemleg ikkje kvardagskost for dei små ungane. Alle helsar på kvarandre, stoppar opp og spør korleis du har det - UANSETT om det er ein du kjenner eller ikkje. Du blir møtt med ein enorm stor gjestfrihet, og dei serverar det litle dei har. Me opplevde også å vera på heimebesøk i slummen, der dei absolutt ikkje har nokon ting og ingen familie. Likevel var Jesus håpet og livet til mange, og det var veldig sterkt å høyre på! På den fronten er Tanzania verdas rikaste land. Siste dagen min

i Tanzania kom ein ung gut med eit armbånd til meg, der det sto "Jesus elsker meg" på. Han sa at det var ikkje ein stor presang, men likevel den største han kunne gi, det var dette som betydde mest for han.

Imøtekommande mennesker som sprer Guds kjærlighet og gir av det litle dei har, er alt dei har men likevel alt dei trengjer. **Hilsen Martine Sjøen.**



Juniorleder

Ann June Hallaråker



Å være snusfornuftig betyr i følge ordboken å være veslevoksen, men jeg tenker på en annen type snusfornuft.....

Snusfornuft...

I oktober 2014 var jeg med og ryddet etter en stor fest med mange gjester. Innimellom bordpynt, brukte servietter og glass fant jeg en søt liten rosa boks. **Jeg tenkte:**

"Den var fin! Hva kan det være tro? Kan det være smykkeetui? Noen må ha glemt den".

Forsiktig lirket jeg lokket av. Jeg kjente en god duft. «Kremparfyme», tenkte jeg, men i det jeg løftet lokket helt av, oppdaget jeg til min store forbauselse at det var snus!!



Følelsen av frustrasjon og skuffelse skylte gjennom meg... det også nå...

Små feminine mintduftende snusposer i lekker, rosa-lilla innpakking. Jeg kjente ergrelsen gnage i mellomgulvet. Hadde det vært lov med reklame for tobakksprodukter i Norge, tipper jeg på at denne ville blitt markedsført under overskriften "skapt for jenter", eller noe i den duren!

Jeg begynte å studere overleppen på jenter jeg møtte rundt om og jeg må erkjenne at det er svært mange som snuser, ikke bare de små mintputene, men storsnus også. Ja, faktisk har

snus overtatt for røyking i mange miljøer.

Jeg googler på snus. Hva er egentlig greia med snus? Jeg finner ut at snus består av mørke tobakksorter blandet med vann, salt, smaksstoffer og pottaske.

Snus inneholder mer enn 2.500 kjemiske stoffer, deriblant nikotin. Hvor mye nikotin man får i seg avhenger av type snus og hvor lenge man har den i munnen. Akkurat som røyk, er snus lett å bli avhengig av.

Nikotinet i snus blir tatt opp gjennom blodkarene i munnen og ført med rundt i kroppen. Det tar kort tid fra det legges en porsjon snus i munnen til nikotinet når hjernen. Når det skjer, frigjøres stoffer i hjernen som både kan ha en beroligende og stimulerende effekt. Det er denne virkningen som gjør deg avhengig.

Skadevirkningene av snus er mange. På www.ung.no kan du lese flere fakta om bruk av snus.

Snusfornuft eller ikke...

Jeg bor i ett koselig borettslag organisert i små tun med en lekeplass i for hver enhet. I et informasjonsbrev fra styret stod det: **"Vær vennlig og ikke kast snusposer på lekeplassen. Små barn kan få tak i dem".**

Det er snusfornuft og ikke kaste fra seg posene!

Det er i likhet med annen tobakk, 18-års aldersgrense på kjøp av snus. Ei 15 år gammel jente fortalte meg at moren til en av hennes venninner, kjøper snus til datteren fordi hun er snusavhengig, men ikke gammel nok til å kjøpe selv.

Det er ikke snusfornuft!

Hold deg unna alt som heter snus! Det er skikkelig snusfornuft!



Barnesider fra 6-12 År

SI NEI TIL RUS

Den GYLNE REGEL

GJØR MOT ANDRE DET DU VIL AT ANDRE SKAL GJØRE MOT DEG! MATT. 7.12

FANTASTISK FLOTT REGEL, MEN VANSKELIG I PRAKSIS! INNI OSS ER DET EN STEMME SOM OFTE SIER:

"Jeg vil ha først, jeg vil ha den største, jeg vil! Jeg vil!"

Hadde du likt å få ødelagt tårnet du nettopp hadde bygd?

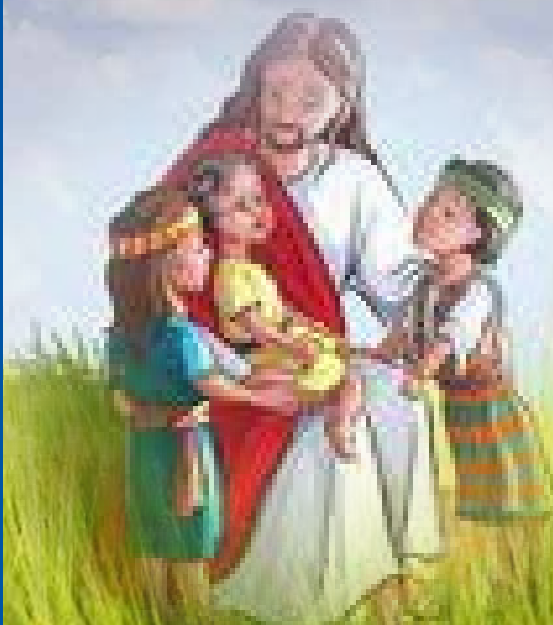


MEN WWJD? HVA VILLE JESUS GJORT?



Jesus elsker alle barna,
Han elsker alle mennesker
og vil vi skal gjøre godt mot alle
mennesker, selv de som ikke
er så snille og gode.

Gjengjeld ikke vondt med vondt!
Sier Jesus



OPPSKRIFT PÅ MAT FRA MANGE LAND

Pavlova kake

Sommerkake oppkalt etter den
russiske danserinnen Anna Pavlova.

Denne er enkel å lage for vi
fuser litt med å kjøpe ferdig
1 marengsbunn
1 pk vaniljekrem
3 dl kremfløte
1 korg jordbær,
1 korg bringebær og
1 korg blåbær.

Fyll vaniljekrem i bunnen på marengsen,
pisk krem og ha den oppå,
legg bærene på toppen og vips
har du en deilig sommerkake.

Vitser og gåter

Hvorfor kan ikke jeg ringe når smultringer.
Hvorfor kan ikke jeg le når Solo
Hvorfor kan ikke jeg se når genser.

Lille Lise satt på bestefars fang og spurte;
" Skapte Gud meg?" "Ja" svarte bestefar.
"Skapte han deg også?" "Ja"
Lise så på bestefars rynker og skallete hode:
"Da har han vel blitt flinkere og flinkere!"

Det er mye vi mennesker kan gjøre oss avhengige av og bli slaver under. Det kan være alt fra: NARKOTIKA - ALKOHOL - TOBAKK - DATA SPILL MOBIL - SNUS - Penger. Men alt som tar makten og herredømmet over deg, vil kunne skade din person og din livsutfoldelse! Ta tak idet og gjør noe med det! Alle har den, unge, barn, eldre og voksne! MOBILEN og alle bruker den overalt.



Å være på mobilen kan få deg til
å virke usosial og utilpass.
Legg telefonen vekk og smil til
noen, vær DJen, spill et spill eller
bare dans og ha det moro.

Det er ikke til å legge skjul på at dagens ungdomsgenerasjon er eksperter når det gjelder mobilbruk. Vi er nærmest født på instagram og vet mer om sosiale medier enn vi gjør om matlaging. Med mobilen vår kan vi gjøre nesten hva som helst, alt fra å skrive noveller til å høre på musikk, eller nå ut til utallige mennesker. Ved hjelp av "blokkér"- og "legg til"-knapper skaper vi vår egen lille verden der vi kontrollerer hvilket innhold og hvilke mennesker vi ønsker å inkludere. Moderne teknologi har formet verden vi lever i i dag og gitt oss unike muligheter når det kommer til kommunikasjon og globalisering. Men hva gjør denne lille firkantede dingsen som konstant vibrerer i lomma vår med oss som personer?

Vi er blitt så vant til en verden der vi selv kan regulere hva vi vil få med oss og ikke, at vi glemmer hvordan vi skal leve det virkelige liv. Det har hendt meg at jeg har gått tom for strøm på mobilen på bussen og følt meg helt lost. Jeg er så vant til å være i min

egen boble at jeg ikke får med meg noe av det som skjer rundt meg. Når jeg endelig blir nødt til å se opp fra skjermen, oppdager jeg så mye vakkert. Jeg ser solen som skinner gjennom vinduet, regnbuen på himmelen. Jeg oppdager den lille ungen som pludrer i fanget til moren sin, og jeg kommer på nye tanker som jeg ikke ville fått med nesen i mobilen. Jeg oppdager at jeg kan tenke kreative tanker i stedet for å få andres tanker servert gjennom twitter, blogger eller facebook. Verden er nydelig, og overalt hvor man ser får en nye impulser. Prøv det selv. Se opp fra skjermen en gang i blant og nyt Guds skaperverk. Det er ikke galt å ha en mobil men det handler om hvordan vi bruker den.

Verden kan by på så mye. Sier Bibelen noe om mobilbruk? Selvsagt ikke direkte, av den enkle grunnen at Bibelen ble skrevet på en tid der internett ikke var en fjern drøm engang. Derimot sier Bibelen noe om hvordan vi skal leve med det materialistiske her på jorden. Det er noen vers i Matteus kapittel 6 som sier akkurat noe om dette:

Dere skal ikke samle skatter på jorden, hvor møll og mark ødelegger,

og hvor tyver bryter inn og stjeler. Men dere skal samle skatter i himmelen, der verken møll eller mark ødelegger og tyver ikke bryter inn og stjeler. For der skatten din er, vil også hjertet ditt være. - Matteus 6, 19-21

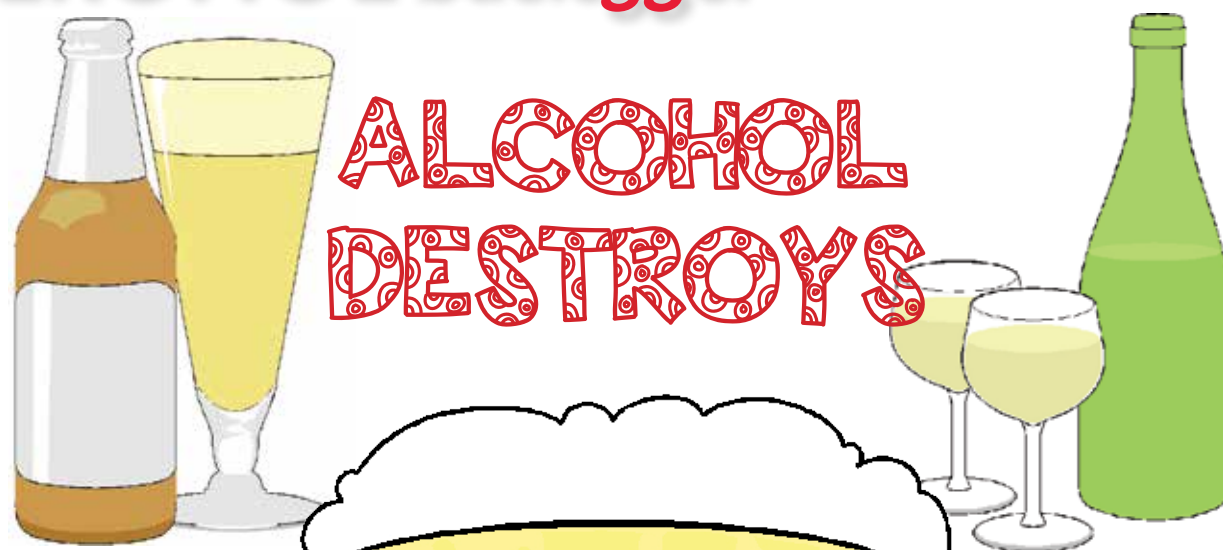
Verden vi lever i nå varer ikke evig. All tiden vi har brukt på å redigere mangfoldige bilder til instagram-profilen vår for å oppnå et visst antall likes er verdiløst når dette livet er over.

Livet med Jesus i Himmelen gir oss ikke likes etter utseende eller motiv eller riktige farger. Gud har allerede gitt oss et uendelig antall likerklipp. Han elsker oss på ordentlig, på tross av våre feil og ufullkommenheter. Det er viktigere å bli elsket enn å bli like'a. I Bibelsverset over, står det i vers 21 "Der skatten din er, vil også hjertet ditt være." Hvor legger vi skatten vår? Hva er det vi har mest kjær i livet? Hva ville vi ikke klart oss uten? Er det mobilen vår? Eller er det Gud, slik det egentlig burde være? For å kunne oppnå et rikt liv i fellesskap med Jesus er vi nødt til å legge vekk telefonen av og til.

Hilsen
Selma Joyce

Ungdom over 13 år

ALKOHOL ødelegger



ALCOHOL
DESTROYS

Use the code to
find the things
that alcohol
destroys in the
bubbles in the
beer glass.

JUST
SAY



TEST ENGELSKKUNNSKAPENE DINE

A	B	C	D
E	F	G	H
I	J	K	L
M	N	O	P
Q	R	S	T
U	V	W	X
Y	Z		

Fuller folk oppfører seg som
KLOVNER!
Så len deg tilbake,
kos deg og vær
glad det ikke er deg!



Ungdom over 13 år

Besøk i Guatemala

Det Hvite Bånd i Norge støtter
Fondacion Debora sitt arbeid blant
vanskeligstilte kvinner i
Guatemala City.

Vi fikk se flotte resultater fra takknemlige unge jenter
og voksne kvinner. De hadde fått utdannelse og hjelp til
selvhjelp, de var stolte og det viste igjen på hele deres holdning
og væremåte; "Vi kan noe, vi er verdifulle!"

"Addiction"

Disse ungdommene framførte et
rollespill for Margaret Østenstad og
meg da vi besøkte Fondation Debora
i Guatemala sist i april.

Rollespillet som de kalte **ADDICTION**,
eller **AVHENGIGHET** framførte de
også på skoler rundt om i byen.
På oss to gjorde det et sterkt inntrykk.
Mannen i kvitt med rødt belte var
tidligere gjengmedlem, nå en kristen.



Han spilte Jesus som kalte på ung-
jenta. Hun fulgte Jesus glad og
lykkelig! Men så kom fristelsene i
form av kjæreste, røyk, alkohol, rus og
sprøyter. Tilslutt kom satan sjøl med
revolver for at hun kunne avslutte sitt
elendige liv. Da vendte ungjenta

seg til Jesus og vi fikk se hennes kamp
for å bli kvitt fristerene og nå fram til
Jesus. Men Han nådde henne og vant
over alle fristerene. De var mer enn
skuespill, det var selvopplevd!

Hilsen Brita Nilssen



Avhengighetsskapande stoff

10 STEG SOM ER TIL HJELP FOR BARNET DITT.

1. Hjelp barnet ditt til å ha god tru på seg sjølv. Ros barnet når det gjer noko som er bra.
2. Hjelp barnet ditt til å utvikle sterke verdiar. Eit sterkt verdisystem kan gi barnet mot til å ta rette avgjerder.
3. Ver ein god rollemodell eller føredøme sjølv. Foreldre sine vaner og haldingar kan influere sterkt på barna sine valg.
4. Snakk med barnet ditt om alkohol og andre narkotika. Foreldre kan hjelpe til med å forandre det som venner og media måtte formidle.
5. Lær deg å verkeleg høyre etter når barnet seier noko. Barn vil lytte når dei veit at vi lyttar med interesse på det dei seier.
6. Hjelp barnet å takle negativt press. Oppmuntring og støtte gjer barnet sterkare når det skal stå imot press.
7. Lag bestemte familiereglar for å hjelpe barnet ditt. Det er til hjelp når foreldre har reglar for oppførsel heime slik som null toleranse for narkotika alkohol og tobakk.
8. Oppmuntre til sunne kreative aktiviteter. Hobbyar, skuleaktiviteter og arrangement kan hjelpe til med å motverke keisemd.
9. Ta kontakt med andre foreldre. Foreldre kan støtte kvarandre i narkotikaspørsmål og leggje vekt på kva dei gjer heime.
10. Snakk med barnet ditt om du mistenkjer at dei har eit problem, om det er nødvendig søk hjelp hos doktor eller ein klinikk.



20 LØRDAG 9. MAI 2015 VG

Øker risikoen for hjerte- og karsykdommer

Advarer unge mot energidrikker

VARSKU: Nordmenn heler i seg flere millioner liter energidrikke årlig. Nå advarer Landsforeningen for hjerte- og lungesyke (LHL) forbrukere mot å drikke energidrikke, spesielt barn under 18 år. Foto: ESPEN SJØJUNGSTAD HOEN

KOFFEIN I MAT OG DRIKKE

Koffein er et stoff som fins naturlig i en rekke planter. Det kjemiske navnet for trimetyl- xantin.

Kaffe, guarana- og tobakken inneholder svært høye konsentrasjoner koffein og benyttes til produksjon av koffeinhaltige drikker som kaffe, te, cola og energidrikker.

Koffein kan tisettes i drikker og andre matvarer enten som «aroma» eller som «aktiv ingrediens med fysiologisk effekt».

Når koffein tisettes som aroma er øvre grense for tisetning 150 mg per liter.

Når koffein tisettes som aktiv ingrediens med fysiologisk effekt, for eksempel i sportsdrikker, må drinken merkes med «høyt koffeinnhold» dersom innholdet er over 150 mg per liter. I tillegg skal mengden koffein per 100 ml oppgis.

Koffein stimulerer sentralnervesystemet, som igjen påvirker mange funksjoner i kroppen. Man får økt puls, kan få problemer med å sovne om kvelden og urinproduksjonen øker. Koffein øker også produksjonen av magesaft.

Høye doser kan gi koffeinforgiftning. Tidlige symptomer på akut forgiftning kan oppstå allerede ved 500 - 600 mg koffein per dag, tilsvarende 5 - 6 kopper kaffe.

Kilde: Folkehelseinstituttet

Av NANNA JOHANNESSEN

Konsum av energidrikker blir stadig mer populært blant barn og unge, men kan i verste fall utløse alvorlige hjer-teproblemer.

Det kommer frem i en fersk forskningsartikkel publisert i Canadian Journal of Cardiol- ogy.

Det internasjonale foraker- teamet som står bak artikkel- en skriver at høyt inntak av energidrikker i verste fall kan utløse plutselig hjertedød hos tilsynelatende friske personer.

Er bekymret

For personer med hjertesyk- dom kan risikoen for hjer- teforstyrrelser eller plutselig hjertedød forsterkes av energidrikker.

Forskerne uttrykker be-

kymring for energidrikkens høye koffeinnhold, men be- merker også at enkelte energi- drikker inneholder guarana, som også inneholder høy kon- sentrasjon av koffein, samt ginseng og taurin.

Helsefaglig rådgiver Erik Arnesen i Landsforeningen for hjerte- og lungesyke (LHL) ad- varer nå forbrukere mot å drikke energidrikker, spesielt barn under 18 år.

LHL anbefaler at forbruke- re er forsiktige med energi- drikker, og er oppmerksomme på koffeinnntaket generelt. Det gjelder spesielt barn og unge, gravide og ammende (koffein passerer i morsmel- ken) og andre som er følsom- me for koffein eller har visse helse-tilstander, spesielt hjer- te- og karsykdom, sier han til VG.

Ifølge det amerikanske Sub- stance Abuse and Mental Health Services Administra- tion var det i perioden 2007 til 2011 en dobling i antall henven- delser - fra 10.068 i 2007 til 20.783 i 2011, som kunne tilskrives energidrikker ved ameri-

kanske akuttinnkall. Arnesen mener at markedsføringen av energidrikker kan gi inntrykk av at det er bra for aktive per- soner.

Vil gi mer info

- Vi ønsker tilbak for å infor- mere sårbare grupper og re- gulere markedsføringen av disse drikkene, spesielt i kon- tekster hvor energidrikker er forbundet med risiko, som for eksempel fester og sportsar- rangementer. Etikettene på energidrikkene bør oppgi hva som er daglig anbefalt inntak av koffein, og at det bør unngås av barn, unge og gravide/ ammende, og hvilke helseef- fecter et høyt inntak kan ha, i tillegg til dagens merking, si- er Arnesen.

«Ikke for leggetid»

Kommunikasjonssjef Nicolay Bruusgaard i Ringnes under- streker at Ringnes langt på vei deler LHLs syn om at man bør være tilbakeholdne med energidrikk til barn og andre utsatte.

- For eksempel har vi tydeli- ge advarsler på våre bokser om «bør ikke drikkes før leggetid, passer ikke for barn, gravi- de, ammende kvinner eller personer som er overfølsom- me for koffein». Vi anbefaler heller ikke å drikke mer enn to bokser pr. dag, sier han til VG.

Direktør Petter Nome i Bryggeri- og drukkavarefore- ningen sier til VG at de deler LHLs bekymring når det gjel- der bruk av energidrikker blant barn og ungdom.

- Dette er drikker som er be- regnet for voksne som trenger en ekstra boost for å holde seg våkne, men alt som inneholder sukker og koffein bør drikkes med vett og forstand, uansett alder. Vår medlemmer har al- lerede tydelige advarsler på sin emballasje og markedsfø- rer ikke energidrikker mot ungdom under 18 år, skriver Nome i en e-post til VG.

E-post: nanna.johannessen@vg.no



Avd. Bibel og bønn

May Britt Røyrvik

«Ingenting er umogeleg for Gud»

«Ingenting er for vanskelig for Gud, takk og pris for det.

Det som han har sagt det har han lovet å stå ved, takk og pris for det.»

Dette var ein av leirsongane våre på Dhb leiren til Bjørgvin krets av Dhb i 2014. Melodien var enkel og «fengjande», som me seier på våre kantar. Det betyr at den er appelerande og lett å syngja. Borna song «ingenting er for vanskeleg for Gud» seint og tidleg. Ja, endåtil då dei vart henta av foreldra, og var på veg inn i bilane hørde me strofa vart gjennomteke.

«Av munnen på småborn og spedborn har du reist deg eit vern mot dine fiendar, så du kan stagga kvar fiende som trår etter hemn.» Sal. 8. v 3

Dette gjorde eit sterkt inntrykk på meg. Ordet «ingenting er umogeleg for Gud,» Luk.1 v 37, var engelens svar til Maria, Jesu mor. Ho undra seg over korleis det skulle gå til at ho kunne verta med barn. Ho visste ikkje av mann. Den Heilage Ande skal koma over deg, og krafta åt Den Høgste skal skyggja over deg. Difor skal og barnet som vert født, vera heilagt og kallast Guds son.

Tenk på alle løftene i Bibelen som Jesus allerede har innfridd. Golgata-verket er seiersverket. Frelsa og det evige livet eit faktum.

Trur me dette?

Kjenner du på eit tomrom i ditt indre? Invitasjonen går ut:

«Kom til meg», seier Jesus.

Sannar du med munnen din at Jesus er Herre, og trur du i hjarta ditt at Gud reiste han opp frå dei døde, då skal du verta frelst. Med hjarta trur vi så vi vert rettferdige for Gud, og med munnen sannar vi så vi vert frelste.

Lykke til, Jesus ventar på gjensvaret Ditt!!!!!!

Ha ein fin vår!
May Britt Røyrvik

ORD FOR DAGEN

Du er verdifull

Om du hadde vært det eneste mennesket på jorden som trengte frelse, ville Jesus ha kommet for å dø på korset bare for deg. Så verdifull er du i Guds øyne. Hvorfor? Fordi det fins bare en som du. Blant verdens 7 milliarder mennesker er det bare en som du. Og i Guds øyne har du egenverdi. Han verdsetter deg ikke ut i fra hva du gjør, men fordi du er den du er. Du er elsket fordi du er akkurat du. Derfor holdt ikke Jesus noe tilbake når han kom for å frelse deg. Han gav alt han hadde, - sitt eget liv. Hver blodstråpe som fløt på korset var som en kostelig juvel som kjøpte deg fra verden til Gud. I

himmelen blir det vår lovsang i all evighet. Vi leser: «Og de synger en ny sang og sier: Verdig er du til å ta imot boken og åpne seglene på den, fordi du ble slaktet og med ditt blod kjøpte oss til Gud av hver stamme og tunge og folk og ætt.» Joh. ap. 5, 9. Et menneske er nemlig en evighetsvandrør. Vi kommer aldri til å slutte å eksistere. Vi har en evig sjel. Derfor sier Jesus: «Hva gagnar det et menneske om han vinner hele verden, men tar skade på sin sjel? For hva kan vel et menneske gi til vederlag for sin sjel?». Mark. ev. 8, 36-37. Se for deg en balansevekt: I den ene vektskålen ligger jordkloden,

og i den andre ligger en menneskesjel. Det er menneskesjelen som veier tyngst, sier Gud. I Guds øyne er en menneskesjel er mer verd enn hele verden. Det er fordi verden en dag skal forgå, men menneskesjelen er evig. Derfor er du så verdifull. Ta godt vare på deg selv. Ha en fin dag!



NILS GUSTAV JOHNSEN
Pensjonert pastor, Hauge-sund Nordre Misjonsmenighet

Desiderata

Gå rolig gjennom hastverk og støy. Husk at det finnes fred i stillhet.

Vær på god fot med alle, men gi ikke avkall på det du selv står for. Ordbær din sannhet, stillfarende og tydelig, og lytt til andre. Selv de kjedelige og uvitende har noe å fortelle. Unngå folk som er masete og sinte. De er en plage for sjelen.

Sammenlign deg ikke med andre, da blir du raskt forfengelig og bitter. Det vil alltid finnes edlere og mindre edle mennesker enn deg selv. Nyt det du har oppnådd. Nyt også dine planer. Stell godt med ditt eget levnedsløp, hvor smålåtent det enn måtte være, for det er et holdpunkt i tidens omskiftelige luner.

Vær varsom i forretninger, for verden er full av svik. Men vær ikke blind for godheten. Mange kjemper for høye idealer, og over alt er livet fullt av heltemot. Vær deg selv. Fremfor alt, forfalsk ikke følelser. Vær heller ikke kynisk. For midt i alt det golde og det nedslående, finnes kjærligheten, evigvarende som gress.

Ta vel imot det alderen byr deg. Oppgi med verdighet det som hører ungdommen til. Finn indre styrke til vern mot vanskelige som rammer brått. Men plag deg ikke med grunnløse sorger. Mye angst blir født av utmattelse og ensomhet.

Hold orden rundt deg, men vær også god med deg selv. Du er et barn av universet, akkurat som trær og stjerner. Du har rett til å være her. Vær trygg på at universet folder seg ut slik det burde, selv om det kan være vanskelig å fatte.

Gå derfor i fred med Gud. Hva du enn streber etter og håper på, hold fred med deg selv i livets støyende mylder.

Med all sin sluhet, sitt slit og knuste drømmer, er verden likefullt et vakkert sted. Vær varsom, strev etter lykke.

av Max Ehrman, 1927

Til norsk ved Christopher Grøndahl, 2004

Kilde: Utdrag fra bok

Til tjeneste

- Familie og Medier sitt landsmøte 2015



Gjenstandane skulle minna oss på at Familie og Medier vil inspirera til ein sunn mediebruk, me gjer det lettast med eit smil, og i kjærleik til våre medmenneske.

Familie og Medier (F&M) arbeider for at kristen tru og gode verdier skal prega mediekvardagen, og gjennom sitt arbeid ynskjer dei å vera ei tydelig stemme som byggjer Guds rike i samfunnet.

Målgruppa er både mediebrukaren og media. F&M vil gjerne stå til teneste for medlemer og andre som ynskjer

hjelp til å gjera gode val i medie-jungelen. Konstruktiv og ryddig programkritikk har i fleire tilfelle ført til endringar. Hugs at ros er like viktig som ris!

Dagleg leiar Jarle Haugland streka i andakten sin under at me som kristne ikkje berre skal vera med på å hindra forråtinga i samfunnet, men me skal få vera med på å skapa noko positivt, noko som skal vaksa og gro. Me skal bruka media på ein måte som ærar Gud, me skal tala dei svake si sak, avsløra løgna og tala sanninga! Oppmuntringsprisen "Medierosen" gjekk i år til NRK for programmet "Salmeboken minutt for minutt".

Ida Kvissel frå livssynsavdelinga tok imot prisen, og uttrykte at programmet vekte overraskande stort engasjement. Kvissel heldt eit interessant foredrag om "Tankar om troens plass i NRK".

Journalist Oddbjørg Åsen Bjørndal var tildelt temaet "Er det bare pressens skyld at kristent stoff er fråverande i medianen?". Ho streka under at religion er ein viktig faktor i alle levande samfunn. Alle redaksjonar er på jakt etter nyhende, og er i utgangspunktet interessert i gode og truverdige kjelder. Engasjerande historier på lokalplan kan vera med på å skapa eit meir nyansert bilete av kva det vil seia å eiga ei personleg tru.

F&M markerte i år sitt 80-årsjubileum med god lunsj og marsipankake. Eva Trobe frå Det Hvite Bånd overrekte i det høvet ei gave på kr 8000, til applaus frå salen!

Til landsmøtet i Oslo møtte representantar frå 15 av dei 30 eigarorganisasjonane.

Karin Sæleset
- utsending for Det Hvite Bånd

Viktig med rett hjelp på rett måte til alle berørte parter i en familie der det er rusavhengige.

Avd. Familie

Brita Nilssen



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 fasade. 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.

Prosessen 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 skjøvet 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 problemer. 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. **FråMot** 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 utdannelse.
- 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: Sirius, Helsedirektoratet, AA





Verden Rundt

Vi fikk besøk fra Norge i april av Det Hvite Båndets verdenspresident, Margaret Østenstad og Brita Nilssen fra feltarbeider for Europa.

VEIEN TIL FRIHET, GUATEMALA 2015

Margaret Østenstad snakket til Det Hvite Båndets søstre og mange viktige nasjonale ledere, samt representanter for kirker om arbeidet for avholdenhet og rusfrihet, og om andre prosjekter Det Hvite Bånd jobber med rundt om i verden. Oppholdet varte i kun tre dager, men Margarets budskap

om Kristi kjærlighet ble mottatt som lærerikt, utfordrende og ikke minst retningsgivende. Verdenspresidentens besøk var meget populært, og med så kort tid til rådighet, ble programmet tett. Under oppholdet ble Margaret intervjuet på en landsdekkende radiokanal, hun ble intervjuet på TV og i flere magasiner og aviser der hun

profilerte DHB. Margaret fokuserte på viktigheten av utdanning og rettigheter for kvinner. Hun fremhevet at en essensiell del av dette arbeidet ligger i å heve kvinners selvtillit og håp. Selvrespekt, respekt for andre, likestilling og jobbmuligheter er nøkkelord i denne sammenhengen, påpekte hun. Ingen kvinne skal behøve å leve med

vold og undertrykkelse, og arbeidet mot rus er med på å endre kvinners og familiens levevilkår. Videre orienterte Margaret om at prosjektet Fundacion Debora i Guatemala er hovedsakelig sponset av DHB i Norge.

Under oppholdet besøkte gjestene prosjektet som drives av Fundacion Debora der de rehabiliterer kvinner

Rapport fra Guatemala besøk



som har vært involvert i gjenger, som har vært utsatt for seksualisert vold og er rusavhengige. Disse faktorer henger ofte sammen.

Margaret og Brita fikk møte kvinner som var med i dette programmet. De ble tatt i mot med åpne armer og ble vist flere kulturelle innslag i tillegg til å få informasjon om arbeidet Fundacion Debora gjør blant kvinner

og barn som er rammet av rusproblemer, vold og misbruk.

De fikk møte mange mennesker som har fått mulighet til å endre livene sine med hjelp av Det Hvite Bånd og Fundacion Debora

For Gud og hjem og alle folk



- Barnehagen og førskole opplæring for 88 barn
- Utdanning for kvinner i 2014
- Barneskolenivå med 22 elever
- Ungdomsskolenivå med 14 elever
- Videregående nivå med 6 elever
- Ukesopplæring med 229 elever
- Helsevern til 5 976 personer

Takk for at dere tror på oss!



Frelsesarmeen Rusfri dag



RUSFRI

dag

8. juni

Det Hvite Bånd støtter dette



Krets og foreninger

Adventssamling på Bryne



Bilde fra venstre: Dina Egeland, Turid Fikstvedt og Åsa Johnsson.



Glade deltagere



Fredrik Bø «i drøs» med Agnis Moi.

Ja slik kan
det gjerast!

Skulle ønske at Hvite Bånd-bladet fikk ei slik side i bladet, der vi kunne hente ideer og bli inspirert av ulike måter å drive arbeidet vårt på. Når vi setter i gang med noe, har vi ofte gått og tenkt på det over tid. Planlagt i detaljer, jo det lar seg gjennomføre! En ting er sikkert, Gud gir oss aldri oppgaver uten at han hjelper oss å gjennomføre dem. Vi merker hans fotspor når planene våre tar form. Han har vært der før oss!

Som kretsleder hadde jeg gått og tenkt på at jeg ville samle noen av de mest aktive og trofaste medlemmene gjennom årene, heime i stua vår. Nå i ei heller lita leilighet. Vi var først samlet heime hos Astrid Innvær Tvedt i Hillevåg til oktobermøtet i Stavangerlandet. Der var og medlemmer fra Bryne og Randaberg med. Det var stor stemning, og at det ble tid og sted booket inn for ei slik adventssamling. Ingfrid Jess, leder for Bryne-laget, hadde tenkt å be dette heim til seg på Adventmøte, men slo det nå sammen med storsamlinga. Hun lovte å ta med et stort fat med smørbrød,

stille opp på jernbanestasjonen på Bryne med flagg og lose de rett frem, de som kom med tog.

Solveig Vatland Bø sendte ut mellom 30 og 40 innbydelser, laget over et halvt a-4 ark pyntet med tre, små stjerner og ei stor på midten, og med to, smale, lilla papirbånd. Litt over halvparten av det innbudte kom, vi var 19 samlet, fra fem av lagene våre. Vertinna ønsket alle varmt velkommen, og vi fikk synge i lag den sangen som det hadde stått to vers fra på innbydelsen:

«Navnet over alle navn er Jesus,
det stråler med en himmelsk glans,
for intet annet navn kan gi oss frelse,
intet annet navn enn hans. Det nav-
net stråler som en morgenstjerne
over jordens nød og natt. Det skjenker
mot og tenner håpets lue, hvor den
flammer svakt og matt. For Navnet
over alle navn er Jesus!»

En fin inngangsport til selve
Adventstida.

Vi koste oss i lag med prat, god mat, smørbrød, lefser, moltekrem og småkaker. Og så var vi så heldige å ha Dina og Åse med oss, med trekkspill og gitar og herlige sanger. Vertinna fortalte fra lederkurset, som ga oss mye, og der flere fra vår kant var med. Hun fortalte og fra det å ha en far på Grini i ett år, fra april 1944 til frigjøringa i mai 1945, og også fra jula 1944, et 70-årsminne.

En gave til Hvite Bånds arbeid ble gitt: kr. 3250,- som ble fordelt slik:
Barne- og ungdomsarbeidet: kr. 1250,-,
Guatemalaprojektet: kr. 1000,-
og Riisby behandlingssenter fikk kr. 1000,-

Takk til hver og en som kom og var med oss, og for det vi fikk gi hverandre!

Solveig Vatland
Bø

Glade deltagere



Vestfold - Telemark

Det Hvite Bånd Vestfold og Telemark krets, årsmøte. 21. 03 2015.
Kretsårsmøte ble avholdt i Kragerø.

Deltakerne ble ønsket velkommen av Aud Bodil Brekka. Etter tolvbønnen ble det holdt minneord over Ruth Veivåg Jensen, Kragerø, som hadde vært medlem i foreningen i mange år. Svein Olav Rønningen, mannen til kretsleder, ble også minnet. Vi lyser fred over deres minne. Etter minneordene sang vi felles «Tenk når jeg min Frelser skuer». Så gikk vi over til forhandlingsmøtet. Leder åpnet. Sekretæren hadde navneoppsett og leste årsrapporten som ble godkjent. Kasserer gikk igjennom årsregnskapet som også ble godkjent. Videre gikk vi over til valg.

Kretsleder: Anne Marie Rønningen, **valgt for to år: styremedlem;** Kasserer Ninn Røsholmen valgt for to år; **Varamedlem:** Ingvild S. Fjellvang valgt for ett år; **Varamedlem:** Jorunn Weisser valgt for ett år; Revisor Maja Bredalslien valgt for ett år. **Valgkomiteen:** Aud Bodil Brekka og Maja Bredalslien ble gjenvalgt for ett år. Etter valget delte kretsleder ut loddøker til kretsutlodningen, før vi sang felles «La oss mens vi har hverandre» før landsleder Margaret Østenstad fikk ordet.

Margaret fortalte om diverse møter, bladet og at de har hatt møter om tilsetting av ny kontorsekretær. Hun fortalte også om vårt fra arbeid i Russland og i Guatemala. Hun er fornøyd med barnearbeidet som skjer i et problemområde i Guatemala City hvor de driver skole, barnehage og førskoleopplæring, de har videreutdanning og arbeidstrening i skjønnspleie, mat, musikk. Margaret avsluttet med å fortelle litt om verdensarbeidet sammen med et bildearkiv som ble delt ut.

Aud Karin Førlund, også fra landsstyret, fortalte at hun allerede som barn bestemte seg for å bli med i Det Hvite Bånd. Hun meldte seg inn som ganske ung. Hun oppfordret oss til å be spesielt for Riisby, hvor hun sitter i styret. Vi hadde en god middag mellom møtet og festen på ettermiddagen. Flere kom til middagen og enda flere til festen hvor det var god stemning.

Festen ble ledet av kretsleder som ønsket alle hjertelig velkommen. Vi sang felles «Kvinneres korshær». Margaret sang «Den hellige stad»



Per Kivle

(Jerusalem) akkompagnert av Anne Marie. Per Kivle leste «korstogs-salmen» og holdt en bønn. Aud Karin gledet oss med to sanger «Hans navn er underfullt» og «Underbar frid». Margaret holdt festtalen: «Retningslinjer for DHB i framtiden» Kaffe og kaker hører med til en fest, så dette måtte vi ha, og deretter var det utlodning.

Til slutt gledet Aud Karin oss med to sanger «Det skal komme en dag» og «Å nåde stor.» Den siste sang hun sammen med Margaret og helt til slutt sang vi alle Halleluja, Halleluja til tone-ne av Amazing Grace. Nok et kretsmøte har gått over i historien og vi vender tilbake og gir Gud æren for et meget vellykket kretsmøte og fest. Vi reiste hjem med stor takknemlighet for en fin dag.

Referent
Ingvild S Fjellvang.
Sandefjord, 11.april 2015



Jubilantene hedres!

Årsmøte - Bjørgvin Krets



Ytre Arna musikklag

21 feb 2015 hadde Bjørgvin krets av DHB årsmøte i Indre Arna. Me heldt til i det fine bedehuset, og Arna Kvite Band var vertskap og stilte så vel for oss. Av dei som møtte var 27 røysteføre. Med Åslaug Mjøs si gode leiing gikk årsmøte greitt unna. Årsmelding og rekneskap vart godkjende. **Arbeidsplan:** Korleis få nye medlemmer? Prøva gjera DHB meir kjent på ymse vis. Valet gikk greitt.

Det nye styret vart:
Oddrun Småbrekke, Tørvikbygd (leiar)
Jorunn B. Husa, Fedje
Bjørge Skjelanger Bergen
Norunn Signe Rong, Voss

Varamedlemer:
1)Valborg Nummedal, Voss
2)Torill Stav Skare, Frekhaug.

Junioravd.: Oddrun Småbrekke las årsmeldinga og fortalde om barneleirane i Sætervika. Oppmoda oss til å vera aktive for å få fleire med på leir.

Styre for junioravd.:
Oddrun Småbrekke, Olaug Eide,
Kari Britt Eide, May Britt Røyrvik,
Elly Lauritzen, alle Tørvikbygd.

Varamed.:
1) Eli Kleven, Norheimsund
2) Charlotte Lauritzen, Tørvikbygd.

Bjørge Skjelanger leia oss i 12 bøna, den er viktig og alle kan vera med.

Åslaug fekk varm og inderleg takk for verdifullt arbeid i DHB gjennom mange år. Takkeord i verseform skreiv og opplese av Jorunn. Oddrun overrekte eit fint smykke som symbol på vår takk. Kari Ljones Valland fekk takk for godt kontorarbeid for kretsen, og Asbjørg Bildøy vart takka for ope hus til kretsen sine styremøte. Me var heldige å ha med oss landsleiar, Margaret Østenstad som helsa og fortalde frå landsstyret.

Ho minnte om DHB sine prosjekt i Guatemala og i Russland, kva bør gripast tak i og arbeidet vidare med.



Oddrun Småbrekke og Åslaug Mjøs

Trekking av kretsnummeret gav kr. 26.450 -viktig inntekt for kretsen.

Etter ein god middag og pause var det open fest, som Asbjørg Bildøy leia. Margaret Østenstad heldt festtalen og Ytre Arna musikklag gledde oss med fin song. Kaffe og kaker smaka godt.

I kollekt kom det inn kr. 7140.

Referent:
Valborg Nummedal og
Norunn Signe Rong.

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

Hilser dere alle søstre og brødre med ordet fra salme 9.11: **«De som kjenner ditt navn stoler på deg, for du har ikke forlatt dem som søker deg.»**

En har sagt det slik: Min jobb er å ta meg av det mulige og stole på at Gud tar seg av det umulige.

Her på Landskontoret går dagen sin gang med adresseforandringer, inn og utmeldinger og diverse andre ting. Vi ser nå frem mot landsmøte på Stord. Håper du kommer den 8. til 11. oktober 2015.

Det har vært veldig travelt her nå med kontingenter og diverse årsmeldingsskjemaer.

Hei alle sammen.

Her kommer en liten hilsen fra meg, nyansatt sekretær ved Landskontoret.

Jeg begynte å jobbe her rett før påske og disse første ukene har jeg brukt til å prøve å bli kjent med arbeidsoppgaver, rutiner og alt det praktiske knyttet til denne jobben, og selvsagt ikke minst, bli kjent med Eva som er min kollega, og alle de andre, hyggelige menneskene som Det Hvite Bånd er samlokalisert med her i Torggata.

Margareth og Eva har tatt meg veldig godt i mot og jeg er svært glad for å ha fått denne jobben. Jeg håper jeg kan gjøre nytte for meg og være med på å utvikle kontoret og lage gode rutiner fremover.

Håper dere alle kretsledere kan være flinke og skrive inn to års rapporten fra deres krets til landsmøtet, så vi kan få det inn i årsrapporten (må ha det i god tid).

Takk for alle gavene dere sender inn til vårt store arbeid. Gud lønne enhver som gir av et godt hjerte: Gud elsker en glad giver!

Så ønsker jeg dere alle en god sommer og som dere vet er landskontoret stengt i hele juli.

Med hilsen fra Landskontoret
Eva Unsgaard Trobe
Regn. sekr. / Medlemsreg.



Oslo viser seg fra sin fineste side nå disse vakre vårdagene. Hver dag er trærne foran domkirken litt grønnere, jeg har en flott utsikt mot kirken og over hustakene fra kontorvinduet.

Jeg vil også si at jeg har stor respekt for arbeidet DHB gjør for avholdenhet. For mange, ikke minst barn, vil den tiden vi går inn i nå, bli preget av alkoholmisbruk, og det er viktig at det finnes hjelp for de som trenger det.

Å velge å være avholdsmenneske bør være et naturlig og akseptert valg å ta.

En riktig god vår og forsommer til alle!

Hilsen Eli Kjøsberg
Kontorsekretær



Aud Karin Førland
Kasserer i landsstyret.

Hjertelig takk

Takk til alle dere som sender oss så trofast en pengesum til Det Hvite Bånd og til de forskjellige prosjektene vi har. Retter også en takk til dere som sender oppmuntringer og gode ord til landskontoret. Dere som ønsker skattefradrag for dette året må huske alle 11 sifrene i deres personnummer. Jeg kan opplyse om at skattefritt fradrag på selvangivelsen har øket fra Kr. 16.800,- til Kr. 20.000,- i 2015. Dette gjelder for privatpersoner og ikke foreninger. Ønsker dere alle Guds rike velsignelse.

Hilsen Aud Karin

Gaver og nye medlemmer



Hjertelig takk for alle gavene!

DHB bladet 2015 3/4

Brønn:	pr. 25.3.2015	kr. 70 790
Torgunn Søyland Skoglund		200
Bryne Hvite Bånd		3 000
Judith T. Skeie		500
		kr. 74 690

Gaver til DHB:

Harstad Hvite Bånd	1 000
Bryne Hvite Bånd	7 000
Kjellaug Astrid Kårstad	350
Marie Pedersen	214

Internasjonalt arbeid:

Lillian Sandring	1 000
Anne Marie Bergan	2 000
Bryne Hvite Bånd	3 000



Nye medlemmer

Korreks: Anna Vatnøy er ikke ny; hun har vært medlem i mange år!
Sonja Emmy Jakobsen, Sandefjord
Erik Straume, Volda
Astrid Høgstøl Haugen, Volda
Rakel Elise Einarson, Godvik
Gerd Marie Nilsen, Stavanger
Sigrid Braut, Bryne
Ingvild Mathisen Moldsvor, Silsand
Marit Fosse, Frekkhaug
Anne Gurine Bråstein, Haugesund
Olga Olsen, Haugesund
Randi Nerland Kleivenes, Volda

vervet av

Anne Marie Rønningen
Kari Inger Vik Straume
Kari Inger Vik Straume
Elly Lauritsen
Vervet seg selv
Vervet seg selv
Kitty Ditlefsen
Ingeborg Aarnes
Ingrid Mortensen
Bjørge Østevik
Kari Inger Vik Straume





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 verve

Medlemskapet er gratis. Alder 6-18 år

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

Navn/Signatur: Dato: / /



Avholdsløftet:

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

Medlemskapet

Navn:

Adresse:

Fødselsdato:

Medlemsverver

Navn:

Adresse:

Landsmøte 8. - 11. oktober 2015

FORELØPIG PROGRAM FOR LANDSMØTE 8. - 11. OKTOBER, 2015, STORD STORD HOTELL, LEIRVIK

TORSdag 8. OKT.	14:00	Ankomst – registrering – servering
	16:00	Åpning av landsmøtet v/nestleder Aud Bodil Brekka Sang: «De kommer fra øst og vest» Velkomst til Haugaland v/Kretsleder, Brita Nilssen Korstorg salme 146 v/Styremedlemmer Anne Grete Olsen og Marie S. Moe Sang av Aud Karin Førland «Det enda som Bær» Tale av Landsleder, Margaret Østenstad Sang: «O nåde stor» Bønn for Landsmøte: Eva U. Trobe
	17:30	Øvelse for landsmøteko
	18:00	Middag
	19:00	Lovsangs møte v/ Aud Karin Førland Riisby: v/ Tove Kristin Jevne og Ragnarprest Inspirasjons innlegg:Oddrun Småbrekke, leder Bjørgvin Krets barneleir Bønn
FREDag 9. OKT.	06:00-08:45	Frokost
	07:30	Bønn for de morgenfriske
	08:45	Andaktstund
	09:00	Fagtema v/Kari Lossius. Bergens Klinikkene
	09:45	Kaffe pause
	10:00	Landsmøteforhandlinger
	12:00	12-bønn, Minnestund v/Aud Karin Førland
	13:00	Lunsj
	14:00	Fagtema v/Kari Lossius, Bergens Klinikkene
	14.45	Pause
	15.00	Landsmøteforhandlinger
	17:30	Øvelse for landsmøteko
	18:00	Middag
	19:00	Landsmøtefest - v/Majorene Rolf og Else Karin Stackbom Tale: «Ungdom i dag» v/ Daniel Sjøen Rapport fra Guatemala besøk v/ Brita og Margaret Landsmøtekontor Bønn
LØRDag 10. OKT.	06:00-08:45	Frokost
	07:30	Bønn for de morgenfriske
	08:45	Andaktstund
	09:00	Landsmøteforhandlinger
	09:45	Kaffe pause
	10:00	Tur
	13:00	Lunsj
	14:00	Landsmøteforhandlinger
	18:00	Middag Festkveld v/ Haugaland Krets (Stord Hvite Bånd): Festtale: Kari Lønning Aarø Sang: Osternes Mannskor
SØNDag 11. OKT.	06:00-0845	Frokost
	07:30	Bønn for de morgenfriske
	09:00	Hilsener og takk
	11:00	Gudstjeneste i Nysæter kirke
	13.00	Lunsj og avreise. Bønn



Velmøtt - Be for samværene!

«For Gud, heim og alle folk»



*Guatemala prosjekt DHB.
Støtten din har forandret livet til disse kvinnene.*