Det Hvite Bånd

– en rusfri verden

«For Gud, heim og alle folk»

108. årgang nr. 3/4 2018

Gratulerer med Nasjonaldagen!

Ingen har som mål å bli rusmisbruker

GRATULERER MED DAGEN!

Redaktørens spalte

Kjære lesere!

Takk for alle positive tilbakemeldinger.
Sammen med Nina på Poppcorn design, som for øvrig feirer 15-årsjubileum i disse dager, jobber vi fortsatt med ny formatering av bladet vårt.

I tillegg til å gi faglig informasjon og fokus på problematikk i dagens samfunn, støtter vi også alle som gjør en forskjell på de som trenger det mest.

Vi er så heldige å bo i dette flotte landet, men det er mange som har det vondt og vanskelig.

Vi gratulerer Evangeliesenteret med kjøp av Svene Gjestegård til kvinnesenter.
Med ønske om Guds velsignelse over arbeidet.
Se www.evangeliesenteret.no.

Kjærlig hilsen, Margaret

VI STØTTER DISSE:

Frist til neste blad 1. juni - 2018

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):
Kontorsekretær Eli Kjønsberg Tlf. 23 21 45 37
E-post: DHBsek@actis.no
Regnskapsek./medl.liste Eva U. Trobe Tlf. 23 21 45 36
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
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
Forebygging 4-5
Riisby 6-8
Minneord 9-10
Andakt 11
Debatt: Derfor drikker ikke jeg alkohol 12-13
Artikkel: Russetid 14-15
Juniorlederhilsen 16
Ungdom over 13 år 17-20
Barnesider 4-12 ..... *Innstikk*
Avd. Ungdom 21
Avd. Sosial 22
Avd. Bibel og bønn 23
Avd. Utdanning 24
Avd. Familie 25
Tobakk 26
En eks-røykers meny for suksess 27
Verdenskongress 10-15 juli 2019 28
Verden Rundt 29
Krets og foreninger 30-31
Hilsen fra Landskontor 32
Gaver og nye medlemmer 33
Innmeldingsskjemaer 34
Andakt: Guds Rike 35

Landsleders hilsen

Anne-Marie Rønningen

Kjære alle Det Hvite Bånd søstre i vårt langstrakte land

Vi har en visjon og et mål ifølge Handlingsplanen å gjøre Det Hvite Bånd mer synlig. Jeg er glad for bladet vårt som viser Det Hvite Bånds arbeid og grunntanke og for Margarets flotte innsats som redaktør.

Dere som er ute og snakker om Det Hvite Bånd i ulike sammenhenger: Ta med noen eksemplarer av bladet og spre vårt viktige budskap.

For noen dager siden fikk alle samarbeidsorganisasjonene under Actis en e-post som jeg vil dele med der fra generalsekretæren, Per Gunnar Dahl.

«Actis er glad for at det settes ned et utvalg som skal sørge for at rusmisbrukere møtes med mer helsehjelp. Det er viktig for økt livskvalitet. Vi er opptatt av at man skiller mellom de unge og de tunge rusmisbrukerne, og tilpasser tilbudene etter behovet hos den enkelte. Utvalget må ivareta behovet for behandling for de tunge, og oppfølging for de unge på vei inn i et begynnende misbruk.

- Vi skulle gjerne ha sett at mandatet til utvalget var bredere. For å lykkes med rusreformen er vi avhengig av utbygging av tiltaksapparatet og at vi også etter reformen har rikelig med verktøy for å forebygge rusbruk. Dette synes vi ikke mandatet gjenspeiler.

- Utvalget skal jobbe i nesten to år, og vi må ikke risikere at innsatsen på viktige områder blir stående i ro. 85 % av alle dødsfall som skjer den første uken etter løslatelse fra fengsel, er overdoser, og mange slippes ut fra soning eller behandling uten et trygt sted bo, jobb, nettverk eller meningsfylte aktiviteter. Derfor er styrket innsats mot overdoser, bedre ettervern og mer og bedre rusbehandling nødvendige strakstiltak.

- Vi er glade for at regjeringen legger opp til at utvalget skal gjennomføre en involverende prosess og at brukerrepresentanter har fått plass i utvalget.»

Vi i Det Hvite Bånd stiller oss bak dette, og håper at både rusforebygging og behandling av rusavhengig styrkes framover.

Nå har jeg akkurat kommet hjem fra det første landsstyremøtet jeg har vært på etter at jeg ble Landsleder. Det var mange saker som sto på agendaen; blant annet ble regnskapet for 2017 gjennomgått og godkjent og søknadene til Olafiafondet ble behandlet.

Jeg var også med på styremøte på Riisby. Det er alltid fint å møte vennene på Riisby, både pasienter og ansatte. Det er vårt flaggskip og de trenger vår forbønn.

Den 14. -16. september er det lederssamling på Scandic hotell Gardemoen. Det er ønskelig at denne samlingen skal bli en inspirasjon for de som skal delta (se side 32) og landsstyret er i gang med å planlegge programmet.

Da vil jeg avslutte med å ønske dere en fin nasjonaldag og en velsignet pinsehøytid.

Søsterhilsen Anne Marie

LANDSSTYRE / AVDELINGSLEDERE I DET HVITE BÅND

Landsleder:
Anne Marie Rønningen
Mob. 908 34 681,
e-post: amaronni47@gmail.com

Nestleder:
Helga K. Ingebrigtsen
Mob. 47 29 89 03,
e-post: hjki@online.no

Barn og juniorleder:
Oddrun Småbrekke
Mob. 474 41 395
e-post: oddrun_lars@yahoo.no

Styremedlemmer:
Kasserer: Marit Langeland
Mob. 471 78 951
E-post: marit@realco.no

Arnbjørg E. Løtveit
Mob. 452 56 387

Vara for Elisabeth Tjerandsen
Astrid Opheim

Kari Inger Vik Straume
Mob. 415 49 262

Avdelingsledere
Familie avd.: Brita Nilssen
Mob. 988 02 392
e-post:
britanilssen@hotmail.com

Bibel og Bønn: May Britt Røyrvik
Mob. 482 10 380
E-post:
may-britt.royrvik@kvamnet.no

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

Sosial:
Solfrid Storland
tlf. 412 58 125
e-post:
solfridstorland@hotmail.com

Ungdom:
Charlotte Lauritzen
tlf. 986 45 253
e-post:
laurizencharlotte@gmail.com

Barn:
Oddrun Småbrekke
Mob. 474 41 395
e-post: oddrun_lars@yahoo.no

Røyk, snus og kreft

Røyking er hovedårsaken til lungekreft, som er den kreftformen flest dør av i Norge.

SLIK KAN DU REDUSERE RISIKOEN FOR BÅDE LUNGEKREFT OG ANNEN KREFT

Ikke begynn å røyke eller snuse: Nikotin finnes i både sigaretter og snus, og er sterkt avhengighetsskapende. Det skaper sterkere avhengighet enn stoffer som heroin og kokain, og det kan derfor være vanskelig å slutte når du først har begynt.

TRENGER DU HJELP TIL Å SLUTTE? PRØV APPEN SLUTTA!

Nikotin er et giftig stoff som får muskulaturen i blodåreveggen til å trekke seg sammen og blodtrykket til å stige. Det øker belastningen på hjertet og blodårene.

Abstinenssymptomene fra nikotin er engstelse, uro- og stressfølelse. Hovedforklaringen på at de som røyker opplever bedret humør og økt yteevne, er egentlig at de fjerner abstinenssymptomer.

Færre røyker, mens flere snuser.

STUMP RØYKEN, OGSÅ FESTRØYKEN

Hvis du røyker og vil redusere risikoen for kreft, bør du slutte. Det å inhalere selv små mengder tobakksrøyk kan skade DNA, som igjen kan føre til kreft.

Selv av og til-røyking og passiv røyking skader umiddelbart kroppen.
Hele kroppen får det bedre når du slutter å røyke. Noen av gevinstene ved røykeslutt merker du allerede etter 20 minutter.

HER FÅR DU HJELP TIL Å SLUTTE

De fleste klarer å slutte på egen hånd. Trenger du hjelp til å slutte, får du noen nyttige tips her. Du kan også snakke med fastlegen.

slutta.no er et nettsted for deg som vil bli uavhengig av røyk og snus. Her finner du blant annet sluttetips, informasjon om bruk av legemidler, og flere gratis hjelpeverktøy som du kan bruke så mye du vil.

APPEN SLUTTA er gratis å laste ned. Den sender deg motivasjonsmeldinger og regner fortløpende ut hva du sparer på å holde deg snus- og røykfri.

FACEBOOK-SIDEN SLUTTA, her kan du dele dine erfaringer med å slutte eller få tips av andre som har klart å slutte. 28-dagers røykesluttkalender. Du mottar daglig en e-post med lenke til dagens luke i motivasjonskalenderen.

UNNGÅ PASSIV RØYKING

Når du utsettes for røyk fra andre (passiv røyking), får du i deg de samme helseskadelige stoffene som de som røyker. De skadelige stoffene blir værende i omgivelsene, for eksempel hjemme eller i bilen, lenge etterpå.

DERFOR BØR DU UNNGÅ RØYK

Halvparten av de som røyker over lengre tid, dør av det. De dør av kreft, hjerte- og karsykdom og lungesykdom, som blant annet KOLS. Årlig dør 6000 personer i Norge på grunn av røyking.

Lungekreft er den kreftformen som tar flest liv både blant menn og kvinner i Norge. Cirka 3000 mennesker får lungekreft hvert år i Norge og i overkant av 2000 dør. Det er kun 10-15 prosent som overlever. Røyking er årsak til minst 85 prosent av all lungekreft. Selv om denne sammenhengen har vært kjent i nærmere 50 år, er det ingen tegn til nedgang i forekomsten av lungekreft blant kvinner. Kurven for menn ser ut til å gå noe nedover.

RØYKING ØKER RISIKOEN FOR FLERE KREFTFORMER

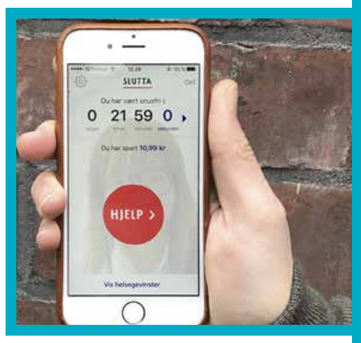
Kreft i munnhulen, øvre del av luftveiene, strupehodet, spiserøret, luftrøret, bronkiene og lungene, magen, tykktarmen, endetarmen, leveren, bukspyttkjertelen, nesehulen, nyrene og urinlederen, livmorhalsen, eggstokk-ene og urinblæren og akutt myelogen leukemi.

I følge en stor, europeisk studie kunne 4300 krefttilfeller i Norge vært unngått uten tobakk.

PASSIV RØYKING

Å røyke passivt vil si å puste inn luft som er forurenset med tobakksrøyk. I Norge dør flere hundre personer hvert år av sykdom som skyldes passiv røyking, og fortsatt utsettes anslagsvis 100 000 barn under 14 år for passiv røyking daglig.

Å puste inn luft med tobakksrøyk utgjør en helserisiko for voksne med kroniske lungesykdommer (inkludert astma og KOLS). Ved lengre eksponering kan også passiv røyking gi lungekreft. Passiv røyking øker risikoen for hjertesykdom med 25-30 prosent. Større doser gir økt risiko, men selv små mengder passiv røyking kan forårsake hjerte- og karsykdom og utløse for eksempel hjerteinfarkt.



RØYKING I SVANGERSKAPET

Røyking i svangerskapet øker risikoen for krybbedød, spontanabort, dødfødsel, for tidlig fødsel, redusert fødselsvekt og risikoen for at barnet utvikler astma.

Barn som vokser opp sammen med voksne som røyker, begynner dessuten oftere å røyke selv.

HVOR FARLIG ER SNUS?

Få ting er farligere enn å røyke, men det betyr ikke at snusing er ufarlig. Bruk av snus er langt mindre skadelig enn røyking, men er likevel forbundet med økt risiko for alvorlige helseskader. I tillegg til nikotin, som er sterkt avhengighetsskapende, inneholder snus kreftfremkallende stoffer.

Når du snuser, vil nikotinen stresse hjertet og blodkarene. Blodårene trekker seg sammen så hjertet må jobbe hardere og både puls og blodtrykk stiger. Snusing øker risikoen for dødelig hjerteinfarkt. Snusbruk kan også gi uopprettelige slimhinneforandringer med blottede tannhalser. Hvis bruken overstiger fem bokser i uken, øker også risikoen for diabetes type 2.

SNUSING UNDER GRAVIDITET

Nikotin er svært skadelig for fosteret, som får i seg like mye nikotin når moren snuser som når hun røyker. Snusing i svangerskapet kan øke risikoen for svangerskapsforgiftning, redusert fødselsvekt, for tidlig fødsel, plutselig fosterdød og dødfødsel.

Det kan i tillegg øke risikoen for:
forstyrrelse av hjerterytmens regulering hos barnleppe-kjeve-ganespalte åndedrettsnød hos nyfødte, som trolig kan føre til plutselig spedbarnsdød.

BARN SOM PUSTER I RØYKFYLT LUFT ER OFTERE SYKE

En rekke helseskader hos barn kan ha sammenheng med passiv røyking: krybbedød, infeksjoner i nedre luftveier, øretebennelse, hoste, slimdannelse og piping i brystet, astma og nedsatt lungefunksjon gjennom barndommen. Passiv røyking resulterer i mange legebesøk og sykehusinnleggelser. Alle barn har nå lovbestemt rett til et røykfritt miljø. Det gjelder også i bilen og hjemme.

Mest kjent er stoffene som kalles tobakksspesifikke nitrosaminer. Det er forsket lite på snus sammenliknet med røyk, hvor vi fikk de første studiene om lungekreft så langt tilbake som i midten av forrige århundre.

En ny undersøkelse fra 2017 fant ingen økt risiko for bukspyttkjertelkreft. Tidligere er det funnet indikasjoner på at snusbruk øker risiko for kreft i bukspyttkjertelen, spiserøret, magesekken og munnhulen.

KREFTFORENINGEN

Riisby

Tove Kristin Jevne
Institusjonsleder

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

Utdrag fra årsmelding 2017 Riisby Behandlingssenter:

Syn på rus og avhengighet

En person som har utviklet avhengighet av et rusmiddel (psykoaktivt stoff), har mistet evnen til å styre livet sitt på fritt grunnlag. Avhengigheten er både fysisk og psykisk betinget, og den får innvirkning på alle livets områder.

Veien inn i avhengighet er høyst individuell, slik personer med dette problemet er forskjellige.

For å lykkes, er det nødvendig med et bredt faglig sammensatt behandlingspersonell, med medisinsk, pedagogisk og sosial ekspertise, som også evner å arbeide tverrfaglig.

Vi ser på behandlingen som en endringsprosess, der den avhengiges tanker, følelser og handlinger må utfordres. Endringen går i retning av at personen får frihet til å bli seg selv. Den består også i hjelp til å leve med de begrensninger som avhengigheten har ført med seg.

MÅLGRUPPE

Voksne kvinner og menn som har misbrukt rusmidler lenge, og ikke har lykkes i å få de ønskede endringene ved hjelp av poliklinisk behandling.

Kvinner og rus har vært Riisby sitt tyngdepunkt gjennom hele institusjonens 58-årige historie. Institusjonen har egen boavdeling for kvinner. Vi tar imot par som ønsker å arbeide både med sin egen avhengighetsproblematikk og med parforholdet.

Riisby har lang erfaring med pasienter innlagt etter §12 i Straffegjennomføringsloven.

Behandlingsopplegget retter seg spesielt mot personer som vil arbeide både med sin avhengighetsproblematikk og sine psykiske vansker, som angst, depresjoner, uro og konsen-trasjonsvansker.

Tradisjonelt har Riisby tilrettelagt behandling av alkohol- og medikamentavhengige. Dette er den største målgruppen. Etter hvert har gruppen med avhengighet av illegale stoffer økt.

I arbeidet med rusavhengige, viser vår erfaring at de ulike brukergruppene har ulike behov. Dette er noe vi forsøker å ta hensyn til i tilbudet vi gir.

De stoffavhengige som søker til Riisby, uttrykker ofte ønske om individuelt opplegg og avstand til stoffmiljø.

BEHOVSDEKNING/ ETTERSPØRSEL

Totalt 105 pasienter har vært innlagt 2017, hvorav; 49 kvinner og 56 menn, av disse var 14 i parbehandling.

Beleggsprosenten ble på 91,32 prosent. Ventetiden har vært noe synkende, ved årsskifte var ventetiden 8 uker for kvinner og 32 uker for menn

KONTODAGER

Riisby opererer med kontodager, det vil si at pasientene som utskrives etter avtale tildeles inntil 28 døgn hvor de kan komme tilbake til institusjonen. 39 pasienter har vært tilbake på kontodager i 2017, med til sammen 513 døgn.

INNLEGGELSER UNDER SÆRLIGE VILKÅR

Pasienter kan sone etter Straffegjennomføringsloven §12.
6 pasienter har sonet dette året, med til sammen 433 døgn

LAR

Riisby har i 2017 hatt 20 pasienter i LAR (legemiddelassistert rehabilitering)

Dersom du ønsker å lese hele årsmeldingen kan du gå inn på vår hjemmeside ***www.riisby.no***

GOD SOMMER!

Hilsen
Tove Kristin Jevne

Riisby

Tora Hussan
Styreleder

I fastetiden bruker vi Litaniet som forbønn i kirken, og i dag vil jeg hilse dere alle med en bønn som står i Norsk salmebok.

LITANI I EN VELFERDSSTAT

Fra store ord uten handling – frels oss, Herre.
Fra tingenes tomhet – frels oss Herre.
Fra velferdsstatens dogmer – frels oss Herre.
Fra karrierejagets svøpe – frels oss Herre.
Fra pressens sensasjonsjakt – frels oss Herre.
Fra kunstige behov – frels oss Herre.
Fra spekulasjon i våre drifter – frels oss Herre.
Fra den alminnelige menings diktatur – frels oss Herre.
Fra statusjagets selvplageri – frels oss Herre.
Fra fråtseri og drukkenskap – frels oss Herre.
Fra mistillit og kapprustning – frels oss Herre.
Fra sjelelig underernæring – frels oss Herre.
Fra overtro på vitenskapen – frels oss Herre.
Fra forakt for annerledes tenkende – frels oss Herre.
Fra redsel for dem som er annerledes – frels oss Herre.
Fra forakt for de svake – frels oss Herre.
Fra rovdrift på mennesker – frels oss Herre.
Fra fornedrelse av mennesker – frels oss Herre.
Fra barnaktige frihetsdrømmer – frels oss Herre.
Fra troen på et jordisk paradis – frels oss Herre.
Fra falsk åndelighet – frels oss Herre.
Fra falske frelsere – frels oss Herre.
Fra isolasjonens helvete – frels oss Herre.
Fra likegyldighet for andre- frels oss Herre.
Fra mangel på innlevelse – frels oss Herre.
Fra rastløshet og angst – frels oss Herre.
Fra slaveri under arbeid – frels oss Herre.
Fra slaveri under nytelse – frels oss Herre.
Fra slaveri under stoffmisbruk – frels oss Herre.
Fra selvbedrag og tomt snakk – frels oss Herre.
Fra selvgod skråsikkerhet – frels oss Herre.
Fra dyrking av idoler – frels oss Herre.
Fra åndelig slapphet – frels oss Herre.
Fra døvhet for din røst – frels oss Herre.
Du som døde og oppstod for alle mennesker, Herre, miskunn deg!

Oppfordrer deg samtidig til å bruke salmeboka til mer enn å synge fra!
Hjertelig hilsen med ønske om en velsignet sommer fra
Tora Husan.

Elfrid Ranveig Reite

†

Vår kjære og gode mor, svigermor, bestemor, oldemor, tippoldemor, søster, svigerinne og tante

Elfrid Ranveig Reite

f. 4. september 1919

sovna stilt inn i dag, Volda omsorgssenter 21. desember 2017.

Ragnhild (Tulla)	Jofrid
Lillian	Jon
Jorunn	Ole
Berit	Jostein
Gunn	Roald
Elin	Svein
	Bjarne

Barnebarn, oldebarn og tippoldebarn

Din kjærleik og omsorg vil aldri bli gløymt, innst i våre hjarte har vi deg gøymt.

Gravferd frå Dalsfjord kyrkje torsdag 28. desember kl. 12.00.

I staden for blomar ynskjer vi heller ei gåve til Hvite Bånd.

Elfrid Ranveig Reite født 04 sept. 1919 død 21.12 2017.

Vår kjære Hvite Bånd søster Elfrid Reite fekk heimlov rett før jul etter eit langt og innhaldsrikt liv.

Ho var trufast med på møta våre og med sitt lyse og lette humør spreidde ho liv og glede rundt seg, ho kunne også ta gitaren og var svært glad i å synge. Ein song som ofte vart brukt av ho var sangboken nr. 761 «Syng evangeliet om Jesus, forkynn dette herlige navn! Syng om den evige glede som venter i fredens havn».

No har Elfrid nådd fram til målet for trua og den himmelske lovsang.

Volda DHB vil takke for trufast støtte og lyser fred over Elfrid sitt minne.

Kari Inger Vik Straume

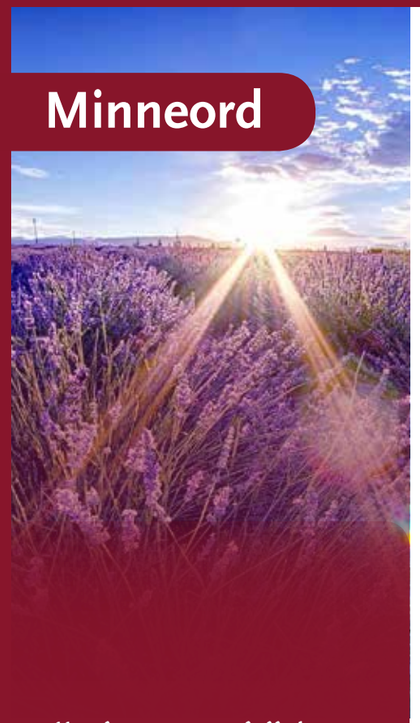
Minneord

Gud, hold oss oppe ved ditt ord,
la det få overmakt på jord
mot dem som Krist, din Sønn,
vår sol, vil støte fra hans
kongestol!

La sees, Herre Krist, ditt verk,
at du er fremfor alle sterk,
forsvar din arme kristenhet
ditt navn til pris i evighet!

Gud Helligånd, du trøster
sann, gi enig tro i alle land!
Bli hos oss i vår siste nød,
gi oss i Gud en salig død!

Minneord



Mitt liv er som en billedvev
der Gud alene vever.
Han velger alle farger selv
som mønsteret fremhever.
Og når han vever sorgens tråder
stanser pilgrimssangen.
Han ser det hele ovenfra -
jeg glemmer - jeg ser orangen.
En dag er veven ferdig blitt
og skyttelen står stille.
Da skal han legge teppet ut
og si meg hva han ville.
Da vil jeg se at sorgens tråder
også trengs iblant.
Så gull og sølv og alle farger
bedre bakgrunn fant.

Fra begravelsen

For Det Hvite Bånd nasjonalt og internasjonalt har Maria Hauge Molvik vært en ressursperson utenom det vanlige. Fra 1989-1992 var hun visepresident på verdensplan og hun har deltatt på mange verdenskongresser; den siste i 2013, da hun reiste til Australia i en alder av 93 år. Hun ville vise sin støtte for Norges representant som skulle velges til verdenspresident. I Norge har hun vært en etterspurt taler, samt sosial avdelingsleder. Hun tok også på seg å oversette en bok om Frances E. Willard til norsk. Hun brukte seks uker, mens de i Japan brukte 18 måneder for samme oppgave. Maria var en energisk person som spredte sin humor og kjærlighet hvor enn hun var, hun har nå fått hjemlov. Farvel, kjære Maria, du er elsket og savnet. 2 tim.4:7 - Du har stridt den gode strid, fullendt løpet, bevart troen.

Lyser fred over hennes dyrebare minne. Margaret Østenstad

Maria Molvik

Maria Molvik, Hønefoss menighet, er død, 97 år gammel. Maria ble født 26. desember 1920 på Tollnes utenfor Porsgrunn. Helt fra barnsben var hun bestemt på å følge Jesus, og sommeren 1940 ble hun døpt av pastor T.S. Valen under ungdomsstevnet i Sauherad.

Etter sykepleierutdannelse ved Haukeland sykehus i Bergen og påfølgende spesialisering som operasjonssykepleier, reiste hun som misjonær til Etiopia i 1950. Der virket hun i ti år og gjorde tjeneste ved sykehusene både i Gimbie, Debre Tabor og Addis Ababa.

Årene i Etiopia kom til å prege Maria resten av livet. Hun hadde erfart at hun hele tiden var avhengig av Gud og at Gud hører bønn.

Tilbake i Norge tok hun videreutdannelse som radiograf. I sju år arbeidet hun som leder for røntgenavdelingen ved Fylkessjukehuset på Stord.

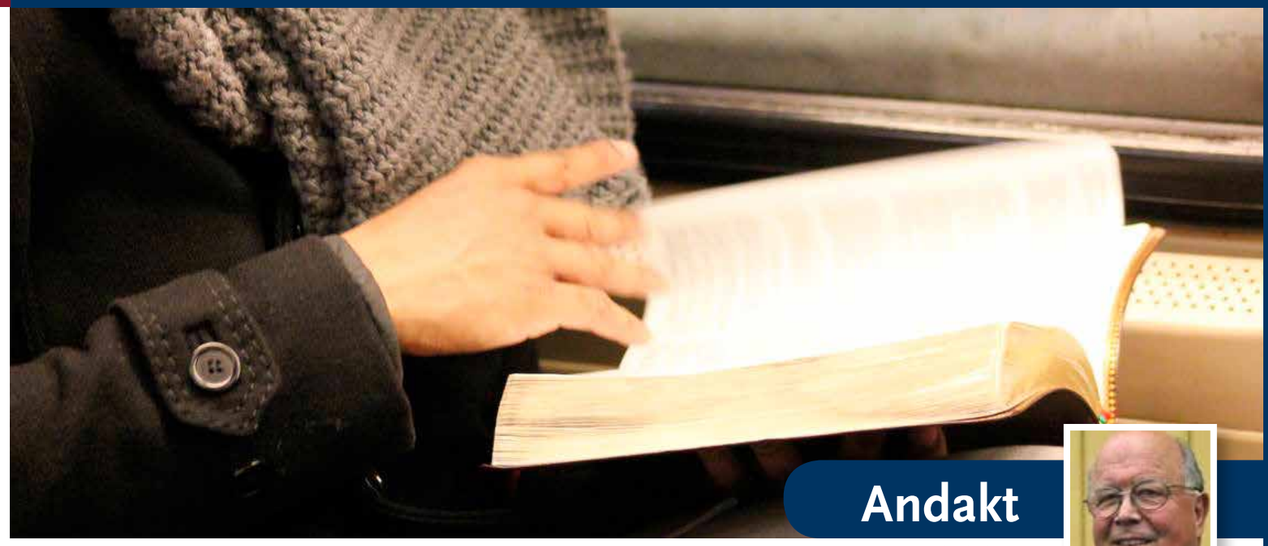
Etterpå var hun sju år som styrer ved Buskerud Vanførehjem på Geithus.

I 1975 giftet hun seg med Arnold Molvik, og de fikk 22 gode år sammen i deres hjem på Molvik utenfor Bergen.

Da Maria vendte hjem etter misjonærtjenesten, ble hun engasjert i arbeidet for avholdssaken gjennom Det Hvite Bånd. Hun mente det var en kristen plikt å arbeide for å inspirere til avhold.

Gjennom dette arbeidet ble Maria godt kjent med kristne kvinner fra mange land og forskjellige trossamfunn. Hun gledet seg over å stå sammen med dem i en felles tro på frelsen ved nåde i Jesus Kristus. Maria var en livsglad kristen med et fantastisk humør og en positiv innstilling til livet. Maria Movik døde på Jevnaker omsorgs- og rehabiliteringssenter 23. februar og ble bisatt fra Adventistkirken i Hønefoss 1. mars 2018, der undertegnede forrettet.

Tor Tjeransen, Stord Pastor (sønnen til Elisabeth Tjeransen)



Andakt

Ivar Gjerdi, diakon – pensjonist

Niste med på veien

Guds ord er levende og det er derfor så viktig og nødvendig at det får veilede oss og være selve kraftkilden i hverdagen.

«Jeg fant dine ord og åt dem, og de var til glede for meg,» sier profeten *Jeremia i kap. 15,16.*

Det er i dobbelt forstand viktig å ha god «niste» med seg på veien gjennom livet.

Dersom en overser dette og løper forbi «matstasjonene», vil en ikke ha nok krefter til å fullføre løpet og kan stå i fare for å komme på avveie åndelig talt.

Paulus var redd for at han skulle komme i en slik situasjon. «***Men for meg er ikke liv eller død verdt å snakke om, bare jeg kan fullføre løpet og den tjeneste jeg fikk av Herren Jesus Kristus; å vitne om evangeliet om Guds nåde.» Ap.gj. 20,24***

Elias ligger trett og motløs under en gyvelbusk. Han har sovnet av utmattelse. Han har opplevd mye motgang og forfølgelse. Livet var blitt så vanskelig at han var i ferd med å gi opp. Men så ble han vekket av en engel, ***«Men Herrens engel kom en gang til, rørte ved ham og sa: Stå opp og spis! Ellers blir veien for lang for deg.» 1. Kongebok 19,7.***

Det var Gud som på denne måten rørte ved ham. Slik er Guds omsorg. Han hjelper oss til å holde oss på veien. Livet kan bli så vanskelig at man ikke en gang orker å spise. Da er det fare på ferde. Å spise er helt nødvendig. Men vi trenger også den åndelige næring, som er Guds ord. Det skjer alltid noe med oss når vi leser og hører Guds ord.

Guds ord er levende og det er derfor så viktig og nødvendig at det får veilede oss og være selve kraftkilden i hverdagen.

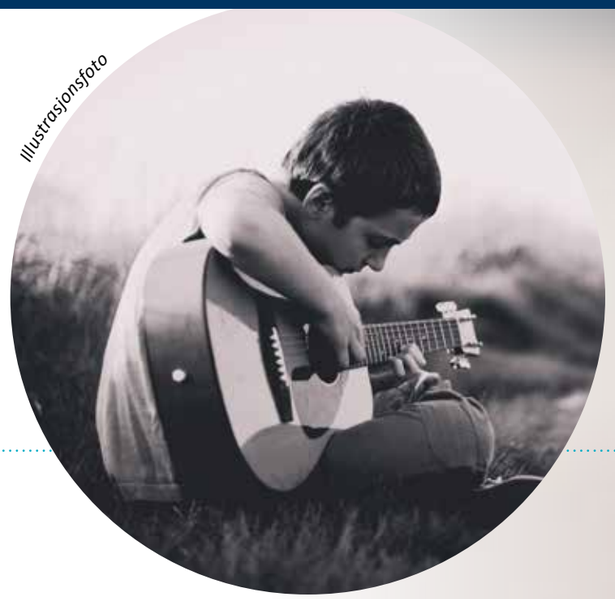
«Ditt ord er en lykt for min fot og et lys på min sti». Salme 119.

Kilde: dagen.no

Husk 12 bønnen!

Det er alltid noen som ber rundt hele verden

DERFOR DRIKKER JEG IKKE ALKOHOL



Illustrasjonsfoto

På bygda gikk han bare under navnet Tater-Lars. Han var ganske ung, fortsatt i 20-årene, men hadde allerede rukket å leve et svært hardt liv.

Lars strevde med å avgjøre hva som skulle være viktigst i livet hans. Jesus eller Kong alkohol. Innerst inne ønsket han å følge Jesus. Han hadde vært med i kristent barnearbeid siden han var liten. Nå, på slutten av 80-tallet, var han en del - riktignok litt i utkanten - av det kristne ungdomsmiljøet som også jeg tilhørte.

For flaska hadde en stor plass i tilværelsen til Lars. **Svært stor.** Lars hadde ruset seg helt fra barne-årene.

Først sniffing, senere alkohol og narkotika. Og gjerne den livsfarlige kombinasjonen av de to. Men i sine edru perioder dukket han rett som det var opp på ungdomsmøtene våre. Han søkte kontakt. Ønsket å tilhøre et menighetsmiljø.

I dag husker jeg ikke lenger hvem som kom på den halvsprøe ideen. Men jeg vet akkurat når det skjedde. Det var på 18-årsdagen min, den 14. april 1987. Jeg hadde gjennomført oppkjøringen noen dager før, men nå hadde jeg endelig fått utlevert førerkortet.

Dette stolte beviset på at man har passert over i de voksnes rekker.

Plutselig kom kameratene mine og jeg på at dette dokumentet jo også kunne brukes til andre ting enn å kjøre bil. For eksempel til å komme seg inn på Vinmonopolet.

Det var nok først og fremst denne tilfredsstillelsen av å triumferende kunne dunke en gyldig legitimasjon - sågar et førerkort - i disken når personalet stilte sitt obligatoriske spørsmål om alder, som gjorde at vi tok turen.

Mens jeg stod der ved kassen og skulle betale, dukket et kjent ansikt opp til høyre i synsfeltet mitt. Det var Tater-Lars.

Han stod der med en flaske blankt brennevin av merket Koskenkorva i neven. Og vi visste godt hva det betydde for hans del. En ny drikkekule var i anmarsj. Nye dager i rus og fornedrelse. Enda et steg lenger bort fra en rusfri tilværelse og et normalt liv.

Men det er blikket hans jeg husker best. Et blikk som så ut til å utstråle en rekke sinnsstemninger. Han virket både skamfull, skuffet og overrasket. Alt på en og samme gang. I tillegg følte jeg at det var et spørrende blikk. Selv om ordene aldri ble uttalt, kjente jeg at det hang et spørsmål i luften: ***«Drikker du alkohol?»***

Dette var en av de siste gangene jeg så Lars. Få år etterpå døde han i en kombinert pille- og alkoholrus som gikk galt. Et ungt liv som fikk en så altfor rask slutt. Et av rusens mange årlige dødsoffer i Norge. Et offer for det som er vårt største sosiale problem. ***Misbruk av alkohol.***

Blikket hans har fulgt meg siden. Når jeg i dag begrunner mitt totalavholdsstandpunkt er det gjerne bildet av Tater-Lars som dukker opp på netthinnen.

Mitt standpunkt handler om solidaritet med Lars og de altfor mange andre som ikke klarer å forholde seg måteholdende til alkohol. For livet som kristen handler ikke om egen nytelse. Vi lever ikke for oss selv og vi dør ikke for oss selv. Vi har et ansvar overfor våre medmennesker, våre medvandrere som Jesus Kristus har gitt sitt liv for.

I et samfunn og i en kristenhet der det blir stadig færre alkoholfri soner, ønsker i hvert fall jeg å ha et hjem som er alkoholfritt.

I en tid der det meldes om økende drikkepress også i kirke- og menighetsliv, vil jeg gå mot strømmen.

Når Evangeliesenteret og andre kristne rusorganisasjoner er bekymret for at eks-misbrukere skal falle utpå igjen på grunn av kristnes alkoholvaner, så vil ikke jeg være en del av dette.

Så er jeg fullt klar over at Bibelen ikke er en totalavholdsbok. Det er vanskelig å påstå det og samtidig ha sin teologiske og eksegetiske ærlighet i behold. Men for meg kaster likevel skriftstedet i *Romerne 14:21* lys over den solidaritetstanken med våre medmennesker som tross alt er et bærende element i Det nye testamentet. ***Der står det at det er riktig å avstå fra å drikke vin eller gjøre andre ting som kan føre din bror til fall.***

Det burde jeg ha gjort for Tater-Lars.

Jeg får prøve å gjøre det for noen andre.

Skrivet av Vebjørn Selbekk

Kilde: www.Dagen.no

Artikkel

Russetid å være stolt av!

Fred Even Hellenes er russ i år, og har gjort seg noen tanker om hvordan man kan være kristenruss på en god måte.

> ***Man bør bestemme seg for hva man skal gjøre FØR man står midt oppi det men en ølboks foran nesa.***

Nå kommer russetida for fullt, med alt den inneholder. Russetida er for mange noe veldig gøy, men mange synes også det er utfordrende fordi man møter et helt annet miljø, med helt andre verdier enn det man er vant til.

I russetida finnes det mye drikkepress og sexpress dessverre, men også mange muligheter til å oppleve hyggelig felleskap, finne på sprell og snakke med andre om livet og tro. Jeg er russ i år, og har allerede rukket å fullføre ett russetreff, og har noen tanker om hvordan en kan ha en russetid som både kroppen, sjela og samvittigheten kan leve godt med.

BESTEM DEG FOR HVA DU ØNSKER Å OPPNÅ MED RUSSETIDA

Dette er vel ikke noe nytt, men om man ikke har noe tanker om hvor man ønsker å komme, kan man fort ende opp på steder en ikke ønsker å være. Kommer du frem til at du vil sprenge flest mulige grenser, velger du på en annen måte enn om du ønsker å bevare deg selv og andre fra kjipe ting. Jeg har funnet ut at russetida er en gylden anledning til å gjøre gøy ting, kle meg harry, hjelpe andre, fortelle andre om Jesus, og fortsatt prestere på skolen!

For å oppnå dette tror jeg at det for eksempel er lurt av meg å ikke drikke alkohol. Fordi det pleier jeg ikke å gjøre ellers, og måten det drikkes på i russetida er på mange måter destruktiv og veldig ofte en unnskyldning for å sprenge grenser og endre personlighet.

Jeg har funnet ut at for meg vil det være lettere å ta bra beslutninger edru, jeg vil lettere kunne se andre folk og deres behov, jeg kan være med å motvirke drikkepresset mange føler på og jeg vil nok også kunne dele min tro på Jesus mer forståelig.

Andre ser det kanskje annerledes, og velger å drikke litt, det er greit det også, men jeg tror det er vanskeligere å gjennomføre. Det viktigste poenget mitt er i alle fall at man bør bestemme seg for hva man skal gjøre **FØR** man står midt oppi det med en ølboks foran nesa. De beste beslutningene blir ofte gjort på forhånd tror jeg.

> ***Bevar hjertet, og bruk samtidig muligheten til å møte folk på en annerledes måte!***

STÅ SAMMEN MED ANDRE

Det er utrolig mye enklere om man har bare en person å stå sammen med og som backer deg på dine valg. Jesus sendte disiplene ut to og to, og det er det nok en grunn til. Jeg er med i kristen-russen, jeg er helt vanlig russ altså, men gjennom at jeg er medlem der har jeg blitt kjent med andre russ som også er kristne og sammen kan vi dra på russetreff osv. Det er så mye lettere om man kan gå sammen om å gå sammen med Jesus i russetida tror jeg.

VÆR STOLT OVER DITT VALG

Dette forutsetter jo at du har tenkt gjennom hva du står for og er tydelig på det. Det gjør ting enklere også, jeg har møtt minimalt med negativ respons på mine valg, de fleste synes faktisk det er konge!

HA RESPEKT FOR ANDRE

Det at andre respekterer mitt valg er også fordi jeg respekterer deres valg. Det er viktig å ikke være frekk eller snakke ned andre selv om man er uenig med deres valg. Det kan bety at man ikke henger ut folk i etterkant av fester.

Det er selvfølgelig lov å ha humor å le av det folk sier, men det er nok ikke bra å bli kjent som han kristne som alltid skal gjengi alt det dumme folk gjør i fylla. Da mister andre tiliten til deg rett og slett. Ha respekt for andre kristne som velger annerledes enn deg også, det er ikke bra å skape et a og b-lag blant kristne, men kanskje det kan være en ide og ta en prat med personen om du har en venn som du tror gjør ting som er destruktive for seg selv.

> ***Ha respekt for andre kristne som velger annerledes enn deg også...***

PRAT MED JESUS

Ikke glem å be og lese i bibelen selv om det skjer mye. Det kan være bra og spørre om andre kan be for en i russetida og be sammen med andre russ. Dette tror jeg er viktig, i hvert fall om man ønsker å dele Jesus videre til andre.

VÆR DEG SELV

Selv om en er russ er det viktig å være den man er! Ikke prøv å være noen andre, det funker så dårlig. Samtidig kan det være en fin mulighet til å gjøre litt utradisjonelle ting, faktisk synes jeg mange russeknuter er veldig morsomme, selv om mange er veldig umorsomme.

Og vi kan ha godt av å gå litt utenfor komfortsona vår. Jeg ønsker alle en bra russetid til å være stolt av. Bevar hjertet, og bruk samtidig muligheten til å møte folk på en annerledes måte!

Hilsen
Fred Even Hellenes
RUSS

Kilde: itro.no

Juniorleder hilsen

Oddrun Småbrekke

HVORDAN SNAKKE MED BARN OG UNGDOM OM TRYGG NETTBRUK

Selv om mange foreldre er flinke til å snakke med barna om trygg nettbruk, kan det være vanskelig å vite nøyaktig hvordan man går frem. Vi har derfor samlet 7 råd som kan hjelpe foreldre med å gi barna en opplæring i trygg og hensiktsmessig internettbruk.

Ifølge bufdir (Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet) bruker 9-15-åringer i snitt to timer på internett hver dag, og 1 av 4 mellom 9 og 16 år har opplevd at noen har mobbet eller oppført seg dårlig mot dem på internett eller via mobiltelefon i løpet av det siste året. Når mye av fritiden brukes til å kommunisere med andre på internett, følger også faren for å bli utsatt for mobbing og misbruk.

1. OPPDATER DEG SELV

Det er ikke særlig effektivt å fortelle barna om farene på nett, dersom man ikke vet hvilke farer man advarer mot. Da kan det være nødvendig å vite litt om hvordan de unge kommuniserer på nett og hvilke apper de bruker. Ett tips kan derfor være at man selv undersøker appene barna bruker. Prøv å forstå hva som deles på de ulike mediene barna bruker, og sett deg inn i personvernregler. Bruker barna sosiale medier, kan dere gå gjennom innstillingene til kontoen sammen, og for eksempel sørge for at kontoen er privat og ikke åpen for alle.

2. STILL SPØRSMÅL

Den beste kilden til å skaffe seg informasjon, er ofte barna selv. Forhør deg med barna dine hvilke apper de bruker, og spør om de kan vise deg hvordan det fungerer. Spør gjerne hvem de kommuniserer med, og om de er klar over hvem de ulike personene er.

3. HVA ER GREIT Å DELE?

Og hva er ikke greit å dele? Barn og foreldre vil i noen situasjoner ha ulike meninger om hva som er greit og ikke greit å dele med andre. Derfor er det viktig å diskutere dette med barna. Spør barna hva de synes er greit å dele, og ta gjerne opp konkrete problemstillinger. Er det greit å sende eller å dele et bilde med noen man ikke vet hvem er? Forklar barna hvorfor dette kan være farlig, og gjør de samtidig oppmerksom på at selv om kontoen man deler innhold på er privat, har man ikke full kontroll over hvem som ser bildene.

4. SETT RAMMER

Barn har også rett til et privatliv og det kan føles som et overtramp når foreldrene overvåker nettbruken deres. Er man usikker, kan det igjen lønne seg å gå direkte til kilden, altså barnet. Sett rammer for barnas mediebruk, men bli enige om hvor mye du skal følge med, hvilke apper som kan brukes, og hva som bør og ikke bør deles. Det kan være avgjørende med åpen kommunikasjon, slik at de ikke føler seg nødt til å skjule noe.

5. HA ÅPENHET

Fortell at barnet kan komme å snakke med deg hvis det oppstår situasjoner han/hun er usikker på. Vær bevisst din reaksjon når barnet forteller om sine erfaringer, det er viktig at barnet ikke slutter å fortelle på grunn av tidligere reaksjoner.

6. VÆR ET POSITIVT FORBILDE

Hvordan er din egen nettatferd og hvordan presenterer du deg selv på nett? En enkel måte å lære barna sunt nettvett, er å være et godt forbilde. Når du tar bilder av barna, spør om det er greit at du legger ut bildene på sosiale medier, gitt at de er store nok til å forstå hva de svarer på. Dette må man som foreldre selv finne ut av med barnet.

7. TA SAMTALEN TIDLIG

Det kan være for sent å snakke med barna om sunt nettvett når de allerede har operert på internettet i flere år. Ta derfor samtalen så snart som mulig. Det finnes ingen fasitsvar på hvordan man gjør barna best mulig rustet for å kommunisere på nett, man må selv finne ut hva som fungerer. Følg de tipsene som passer for deg og ditt barn.

Kilde: norskfamilie.no

Dette er viktig! Sier Juniorråd

UNGDOM OVER 13 ÅR

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.

Jeremia 29.11

Vær sosial men rusfri!

Welcome to our SOCIALIZING Section

Gå inn på www.drug-freeyouth.org og les om hvordan du kan være sosial men rusfri! Gjør en forskjell i dag!

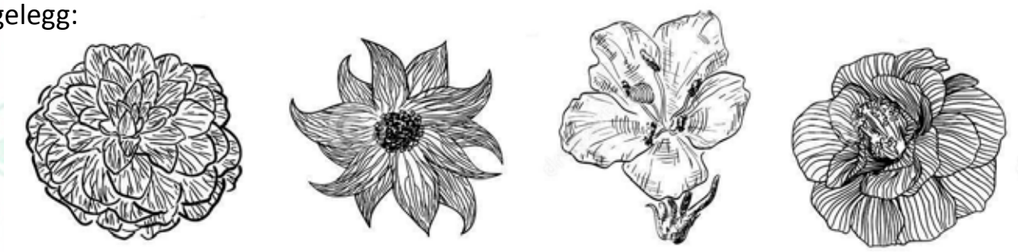
VÆR et forBilde for Dine venner!

Løs kryssordene:

LÅSER / BEGYNNER		HAVØRN / OPPDRETTE		LEER		STELLE
BLÅSE / ALENE				SMERTE / TALL		
			TOSK / SMILE			SINT
GIR		BANDE / PRONOMEN				
ANFALL			MÅLEENHET			

GÅRDSGUTT / ROPE		STELLE / HELLER		LÆRLING
HOVDYR / SNITTE				
REDSKAP				

Fargelegg:



Selma Joyce Olsen

"UMOJA"
- THE SPIRIT OF TOGETHERNESS

I november 2017 var jeg så heldig å få reise på tur til Kenya med en gruppe fra folkehøgskolen jeg går på, Musikkfolkehøgskolen Viken.

På forhånd hadde det blitt understreket at vi ikke skulle dra til Nairobi for å drive med veldedighet, men med kulturell og musikalsk utveksling.

VOCAL - VOICES OF CHANGE ALL OVER
- er musikkgruppen Musikkfolkehøgskolen Viken skulle være på leir med i litt over en uke. Det var spennende å komme til et nytt land, og for mange, et nytt kontinent, og møte landskap, språk og kultur helt fremmed fra vår egen.

I Kenya møtte vi en ny måte å forholde seg til hverandre på. Vi merket at kenyanerne hadde andre sosiale normer enn det vi hadde. Det vakte oppsikt og nysgjerrighet. En stor forskjell fant vi for eksempel i offentlighet og blant fremmede: folk virket mye mer åpne og imøtekommende enn hjemme i Norge. Et annet eksempel er at vi opplevde ungdommene som mer interesserte og engasjerte i hverandres liv.

Navnet på leiren vi var en del av, er **«UMOJA»**, som faktisk ikke har en direkte norsk oversettelse. Det kan imidlertid forklares som ***«fellesskap som tilstand, ikke aktivitet»***. Dette var et nytt begrep for oss nordmenn, men vi opplevde det som veldig fint.

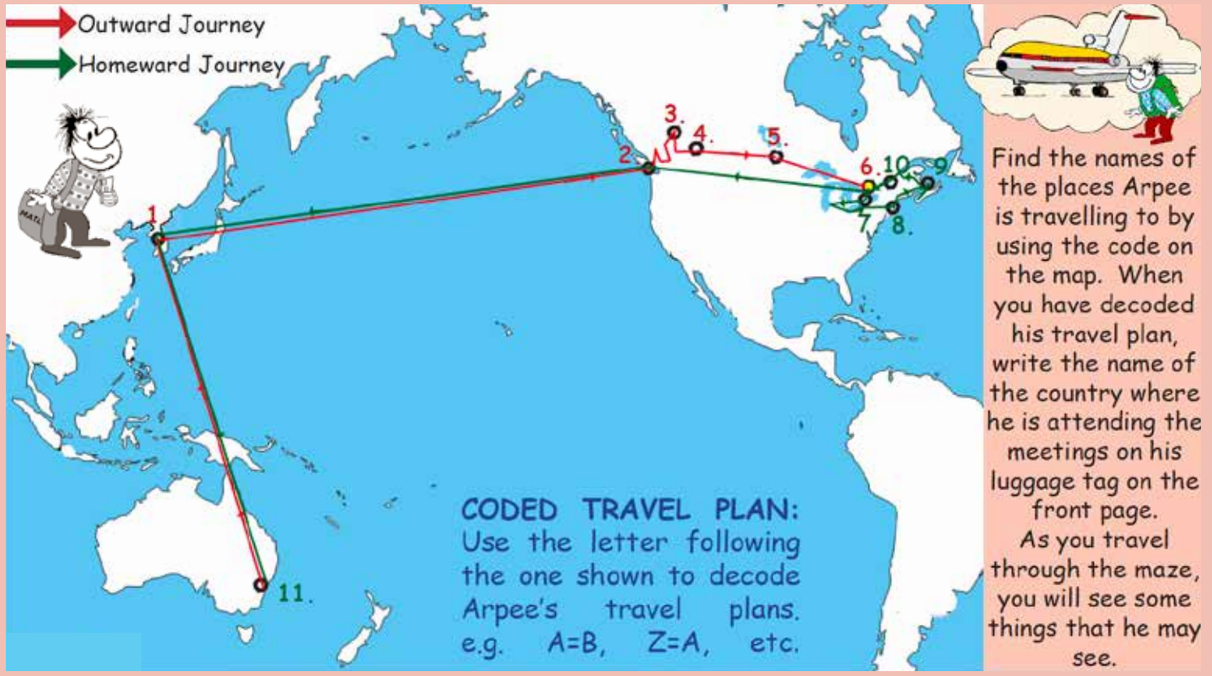
Foto: Eilif Finnseth

UMOJA-BEGREPET innebærer at man ikke er fullt og helt seg selv uten "flokken" sin. En slik holdning er spennende å møte som nordmann, ettersom man i det norske samfunnet dyrker det individuelle og individets selvstendighet.

I Norge er det en vanlig oppfatning at for å ***«finne seg selv»*** må man vekk fra en eventuell flokk eller gruppe og lete på egen hånd, eller inne i seg selv. Man skulle tenke seg at en kulturkræsj ville vært på sin plass når slike kontraster møtes, men det ble ikke slik.

Heller tvert i mot. I møte med en annen kultur ble man mer bevisst på sin egen, og det var berikende å oppleve at det som er vane og norm hos oss absolutt ikke er normalt et helt annet sted. Det fins alltid positive og negative sider ved alle kulturer, men for vår del var det fint å pakke med seg litt **«UMOJA»** i kofferten hjem til Norge.

1. Fly to RDNTK, RNTSG JNQDZ. 2. Fly to UZMBNTUDQ and visit ATSBGZQS FZQCDMR. 3. Explore the BZMZCHZM QNBJHDR and hope to see some beautiful scenery and animals. 4. Experience the OQZHQHDR around BZKFZQX. 5. Fly to VHMMHODF. 6. Fly to NSSZVZ, National Capital of BZMZCZ and attend World WCTU meetings.7. Go by train and car to the MHZFZQZ EZKKR. 8. Travel through 8 States in TRZ by car. 9. Visit the place of ZMMD NE FQDDN FZAKDR on Prince Edward Island 10. Travel via PTDADB to Toronto. 11. Fly home via Vancouver and Seoul to RXCMDX, ZTRSQZKHZ.



Ungdom over 13 år

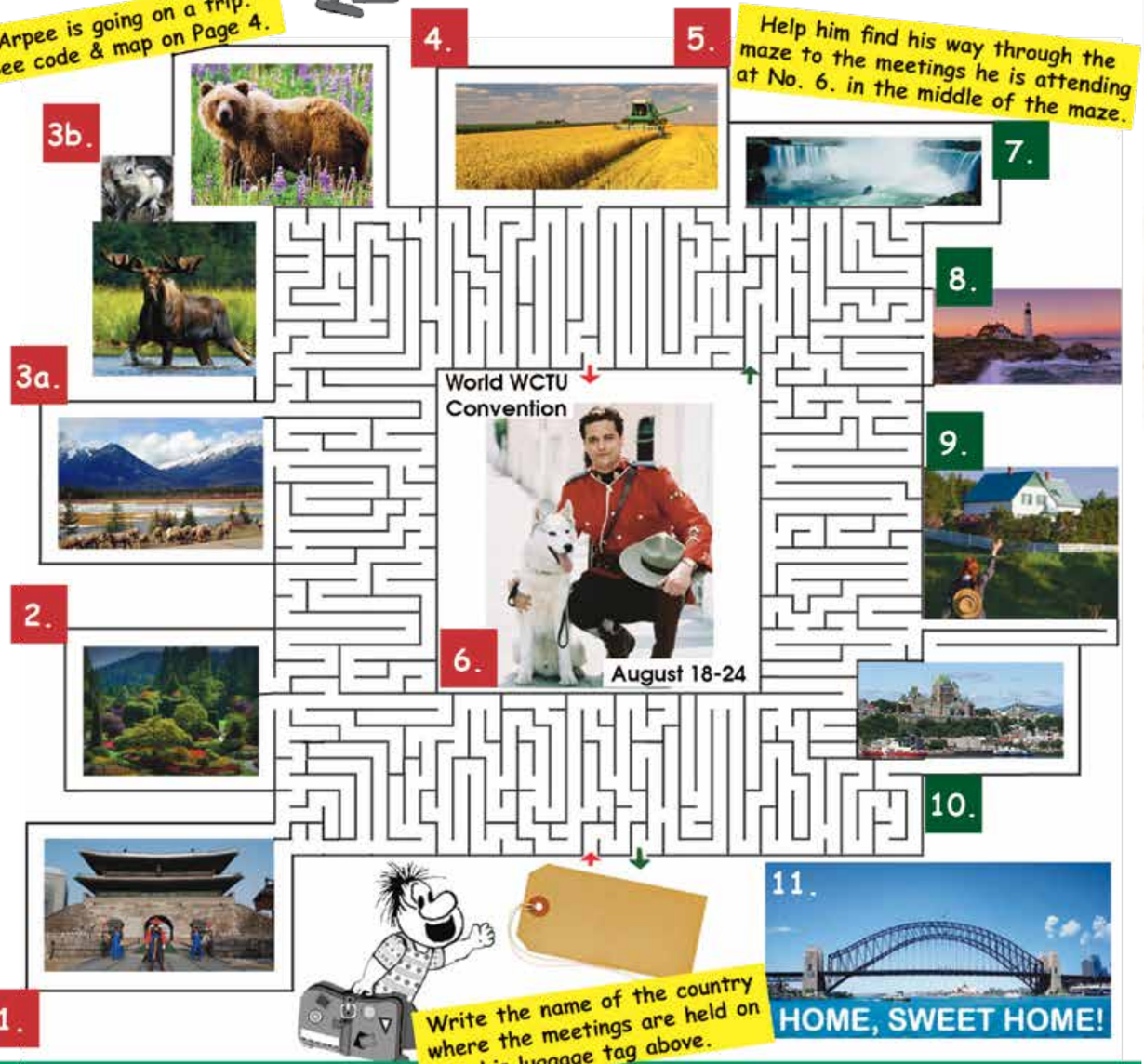
Glenda Amos,
Verdensjuniorleder
Australia

Oppgaver fra:
www.dfk.com.au

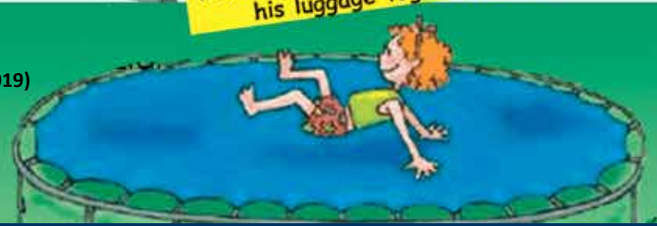
TEST ENGELSK KUNNSKAPEN DIN:

Arpee is going on a trip. See code & map on Page 4.

Help him find his way through the maze to the meetings he is attending at No. 6. in the middle of the maze.



OPPGAVE:
Neste verdenskongress (2019) skal være i Finland. Hvor var Verdens-kongressen i 2016?



SVAR: Canada

Avd. Ungdom

Charlotte Lauritzen

JANTELOVENS "SMUTTHULL"

Jeg er nok en over gjennomsnittet aktiv person som elsker å være der ting skjer og mennesker samles, og alle de som kjenner meg vet at jeg ikke er av den sjenerte typen.

Jeg er en slik person som smiler når jeg blir bedt om å holde en tale på sparket, eller får fortelle noe som får hele rommet til å lytte i spenning og forundring. Dette har gjort at mange sier til meg at jeg har en Afrikansk eller Sør- Amerikansk sjel. Det de mener med dette er at jeg ikke følger den Norske jantelovens regler. Jeg er nemlig ikke redd for å snakke med fremmede, eller for å by på meg selv. Jeg kan likeså gjerne le høyt med en jeg har kjent i fem minutter, som en jeg har kjent hele livet. Det er ikke mange jeg kjenner som tør å gjøre det samme. Eller, jo, faktisk gjør veldig mange det, men bare under visse forhold.

«Herlighet Charlotte, jeg kan ikke henge med disse folkene uten at vi drikker. Det hadde vært dødskleint! Jeg lover deg, det går ikke!» Dette er noe jeg har hørt mange ganger i ulike varianter. Vennene min tør rett og slett ikke å være med sine egne *«venner»* uten at de har drukket først! Hvor absurd er vel ikke det? Det å *«drikke seg til mot»* er et utrykk av en grunn, og i mange filmer blir dette beskrevet som oppskriften på å bryte ned alle usikkerheter. Er du nervøs for å snakke med ei jente du liker? Drikk! Er du redd for å holde en tale? Drikk! Er du nervøs for å møte foreldrene til kjæresten din? Drikk! Det er som om alkoholen er eneste smutthullet i janteloven. *«Du skal ikke tro at du er noe; med mindre du har drukket.»*

Det er trist og vondt og se at folk ikke tør å være seg selv eller være sammen med folk med mindre de har en «unnskyldning» for å ta den plassen de ønsker og behøver.

Bør vi ikke, istedenfor å skape et smutthull i janteloven, knuse den?
Jeg mener at vi bør tørre å ta den plassen som er skapt for oss uansett hva. Vi bør kunne gå inn i et rom, edrue og med ryggen rak. Det finnes bare ett eksemplar av oss i verden, bare èn som har akkurat din person-lighet og historie. Hvor synd er det ikke om alle de som faktisk ble kjent med hvem du er ikke kan huske det fordi de var så påvirket at de ikke lenger vet noe annet enn at du er morsom og gøy; når du har drukket?

Du er Guds unike skatt, og du bør skinne uansett situasjon. Gå inn i den rollen du er gitt med rak rygg, ha det gøy, slapp av og nyt livet uten risiko for å glemme alle de gøye øyeblikkene.

DU TRENGER IKKE ET SMUTTHULL, FOR VET DU? JANTELOVEN HAR INGEN MAKT OVER DEG ELLER DITT LIV!

Charlotte Lauritzen

Solfrid Storland

Avd. Sosial

Viktigheten av sosial tjeneste

Når eg les denne artikkelen skrive av sosial leiar på verdsplan, Anna Mari Laine fra Finland, så kjem ei songstofe for meg igjen og igjen: Deg vil eg lyda, deg vil eg tena. Gjeva meg villig, Herre, til deg. Verdsleiaren for sosial avd. gir oss nokre gode tips om korleis me etter evne kan tena Herren av heile vårt hjarta.Nyleg opplevde eg noko som gjorde sterkt inntrykk på meg. Eg var til første time hjå ein doktor. Eg var siste pasienten han hadde den dagen. Mannen min og eg sat og venta på venterommet lenge og vel. Han hadde mykje å gjera. Men plusteleg kom doktoren ut til oss med nokre skiver med godt pålegg. Kaffi var det i rommet frå før. Han bad oss forsyna oss. Eg var svolten, så maten gjorde meg så godt Men kvifor viser ein doktor seg å vera så gjestmild? Han hadde lært av den store meister: Eg var svolten, og dykk gav meg mat. Samtalen med doktoren viste at han var ein sann kristen i ord og handling. Eit ekte førebilete!
Lat oss alle gjera kva me kan for å rekkje ut ei hand. *Helsing Solfrid*

Anna Mari Laine skriver: Besøkstjenesten er et av Sosialtjenestens tradisjonelle og viktige tiltakene. Et besøk kan vare i en kort stund, men det kan være av stor betydning for en innsatt, en person på et sykehus eller et sykehjem.

Å være oppfinnsom betyr at du kan glede den personen du besøker med noe ekstra, som blomster, små gaver, kort, frukt, kristne bøker, en vakker sang. . . å vise at du ber og du bryr deg.

Gjør det av hele ditt hjerte. Gud kan berøre ham eller henne med sin himmelske klem.

Til jul donerte vår forening ferdig-frankerte julekort til innsatte, slik at de kan sende kortene til sine kjære. To av våre søstre er flinke til å tegne og male, og lagde vakre postkort selv. I tillegg til dette, ga vi bort to gitarer, noe som var svært populært. Musikk er en trøst for mange innsatte i deres ensomme celler. Vi har også donert musikk-DVDer og bøker på forskjellige språk til fengsler, til utlån for de innsatte. I Finland er det en organisasjon som gir stipend til hardt arbeidende innsatte.

Denne typen verdsettelse og kjærlighet betyr mye. Vi har en gruppe med søstre som ofte besøker sykehjem og fengsler, og sammen prøver vi å skape et varmt høydepunkt for de i fengsler eller på sykehjem.

Det er viktig at vi har nok tid til å slå av en prat. Å ha med en god kake, synge sammen, og å be er sånt som å skape en atmosfære av respekt og kjærlighet.
Hvilke ideer har du til småbesøk?
Hva kan fungere i ditt land?
Det ville vært fint å få litt flere ideer!

Depresjon, tomhet, narkotika og familie-problemer er stadig mer tilstede i vår tid. Du kan være en viktig lytter. Alle av oss kan gjøre det, hvis vi bryr oss. I to av våre foreninger/kretser har de hatt ukent-lige "kafeteriaer" som gjør det mulig for forskjellige mennesker å komme innom og søstrene bistår med praktiske ting, som servering og også som samtale-partnere. Hvis vi møter en person vi ikke selv makter å hjelpe, la oss ikke avvise vedkommende. Vi kan hjelpe ham eller henne til å finne profesjonell hjelp.

Derfor er det viktig å ha grundig opplæring og flinke forelesere som besøker avdelingene våre slik at vi hele tiden utvikler vår kunnskap, kompetanse og ikke minst vårt nettverk, på den må-ten blir vi bedre og bedre hjelpere.

Hyun Sook skrev om viktigheten av vann, og den rette, moderate og takknemlige måten å bruke det på daglig. Vi her i Finland, med tusenvis av innsjøer og rent vann overalt, må også huske dette.

Jeg vil gjerne legge til at vi alltid kan gjøre litt for å korrigere eller forandre våre vaner måten vi lever på, ett steg om gangen.

Oversatt av Eli Kjønsberg

Avd. Bibel og bønn

May Britt Røyrvik

Gud signe vårt dyre fedreland

17. mai er ein viktig dag for landet vårt. Denne dagen vert me spesielt minna om kva verdiar Noreg er forankra i og bygd på.

I Grunnlova vår er det nedfelt at Noreg er eit kristent land. Utforbi Stortinget i Oslo ligg dei to stein-løvene som minnar oss om vår Judeakristne arv. Noreg, eit land som ynskjer å byggja på og halda fast på Guds ord.

Kongefamilien på balkongen, vink-ande til folket som togar forbi, glade born og vaksne. Aldri kjenner me vel meir på nasjonalkjensla for landet vårt, som denne dagen. Ein dag som minnar oss om at fridomen ikkje er sjølvsagt. Det er menneske som har ofra liva sine i kampen for eit fritt og uavhengig Noreg.

I det eg skriv dette kjem eg til å tenkja på ein setning som møtte meg så sterkt på eit besøk ved Krigsmu-seet i Kirkenes for nokre år tilbake. Under eit bilete av unge soldatar i krig stod det om lag slik:
***«Kva var det du ville fortelja oss gjennom dette Herre»* Striden, redsla, smerten og kampen var til å ta og føla på der eg stod, stille og åleine, framfor eit fotografi frå krigsåra. Det var ganske mørkt i utstillingslokala på museet. Noko som gjorde stemninga ved å vera der endå dystrare og alvorsprega.**

«Vårt heimland i mørkre lenge låg,
og vannkunna ljoset gøymde.
Men, Gud, du i nåde til oss såg,
din kjærleik oss ikkje gløymde.
Du sende ditt ord til Noregs fjell,
Og ljos over landet strøymde»

«I ditt ljos ser me ljos, Herre»
***«Land, land høyr mitt ord:» «Så høg som himmelen er over jorda, så stor er Herrens nåde over dei som ottast han.»* Sal.103.11**

«Vil Gud ikkje vera bygningsmann,
me fåfengt på huset byggja.
Vil Gud ikkje verja by og land,
kan vaktmann oss ikkje tryggja.
Så vakta oss, Gud, så me kan bu
I heimen med fred og hyggja»

Lat dette verta vår bøn for Noregs land, i Jesu Kristi Nasarearens namn.

«GUD SIGNE VÅRT DYRE FEDRELAND»

Det land og folk som held fast på Guds ord har løfter på at Herren vil sjå i nåde til, og velsigna. Det er den største og viktigaste kamp for alle nasjonar og kvart enkelt menneske. Der ligg det beste forsvar mot alle fiendar og inntrengarar. Så lat oss rusta opp, på kne, med audmjuke hjarter innfor vår Gud, den allmek-tige. Han har lova oss å høyra kvart sukk og tørka kvar tåre som stig opp til seg.

***«Kast di bør på Herren, han vil syta for deg! Aldri i æva skal han la den rettferdige rikkast»* Sal. 55.23**

May Britt Røyrvik

Avd. Utdanning

Torgunn Søyland Skoglund

Dei VIKTIGASTE hindringane for utvikling. Alkohol og måla for bærekraftige utviklingsmål.

2030 agendaen inneheld 17 mål for bærekraftig utvikling med 169 ulike punkt.
Dei 17 bærekraftige utviklingsmåla dekkar 3 aspekt for bærekraftig menneskeleg utvikling, den sosiale, den miljømessige og den økonomiske dimensjonen.

Alkohol er eit stort hinder for bærekraftig menneskeleg utvikling, det verkar sterkt inn på alle desse tre dimensjonane for god utvikling. Alkohol tek livet av 3, 3 millionar menneske i verda kvart år.

Det betyr at kvart tiande sekund døyr eit menneske av alkoholskader. Det representerer 5,9 % av alle dødsfall på jorda.

Globalt sett er alkohol den 5. største faktoren som spelar inn ved for tidlege dødsfall og uførhet. Når det gjeld folk mellom 15 og 49 år, er det den største risikoen i så måte. Sidan alkohol spelar inn på så mange felt, folkehelse, sosialt og økonomisk, er alkohol eit stort hinder for å nå 13 av dei 17 måla i bærekraftig utvikling for menneske. Dette gjeld for 52 av punkta dette er delt opp i.

Alkohol er eit hinder for utvikling fordi den set dei menneskelege ressursane på spel. Det er prova at alkohol på ein skadeleg måte bremser for å oppnå måla i 2030 agendaen.

DESSE MÅLA ER FØLGJANDE:

- Ingen fattigdom
- Ingen svolt
- God helse og velvære
- Kvalitetsutdanning
- Likskap mellom raser
- Reint vatn og vannsikkerhet
- Bra arbeid og økonomisk produktivitet
- Reduserte ulikskapar mellom folk
- Bærekraftige byar og samfunn
- Ansvarleg konsumering og produkshjon
- Ta vare på klimaet
- Fred og rettferd
- Partnerskap der ein unngår konfliktar og eigeninteresser

Alkohol er særleg nevnt i mål nr. 3 som omhandlar helse og vel være. Punkt 3.5 seier: «Styrk førebyggjing og hjelpetiltak mot misbruk, der både narkotika og skadeleg bruk av alkohol er medrekna.»

PUNKT 1 INGEN FATTIGDOM

Få slutt på fattigdom av alle slag overalt. Mål nr 1,1: Innan 2030 utrydde ekstrem fattigdom for alle folk overalt særleg hos dei som lever av mindre enn 1, 25 dollar til dagen.

DEN VONDE SIRKELEN AV ALKOHOL OG FATTIGDOM

Alkohol har har ulik innverknad på folk sin økonomiske status samstundes som økonomisk status i sin tur innverkar på alkoholbruken.

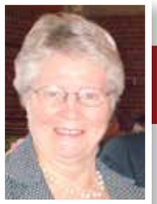
Alkohol kan skuve folk inn i fattigdom og halde dei der i generasjonar. Kostnadane ved alkoholmisbruk er ofte undervurdert, den legg ei stor bør på og hindrar utvikling.

I Latinamerika er alkohol ei leiande årsak til at menn døyr. Dessutan fører bruken til uførhet som truar framgang og bærekraftig utvikling.

I ein studie frå Sri Lanka fann ein at 10% av mennene rapporterte at dei brukar lønna si eller meir på alkohol.

Avd. Familie

Brita Nilssen



Hva gjør MOBILBRUKEN med oss mennesker og ikke minst med de unge?

Dette er det mange som spør seg selv og andre om, og med god grunn for les hva politimannen i Follo sier i Tønsberg blad:

Foto: NTB Scanpix/Politiet i Follo

I Nettavisen Tønsberg blad 8. april 2018 skriver Kjersti Westereng om Politibetjent Espen sin bønn til alle foreldre: ***"Kjære foreldre!"***

"Politibetjent Espen Thunestvedt mener økt mobilbruk skaper stressede ungdommer, som derfor har lettere for å ty til rusmidler for å kunne koble av. Han oppfordrer foreldre til å gå foran som gode rollemodeller." Han sier videre; "Det har i det siste vært mye fokus på ungdommers nettbruk. Forskning om depresjon, angst og ensomhet blant tenåringer som har økt kraftig de siste fem til ti årene og funn peker på at dette sammenfaller med innføringen av smart telefonen. Dette stemmer med mine egne observasjoner. Mange av ungdommen jeg er i kontakt med sier at de sliter med å sove når de skal legge seg. Det kommer ofte frem at de har med seg mobil telefonen i sengen, og at de blir liggende å surfe på nettet når hodet mest av alt trenger fred og ro for å få en god natts søvn. Jeg var nylig på en ungdomsskole og snakket om nettvett. På spørsmål svarte ca 70 prosent av klassen at de brukte lengre enn 1 time på å klare å sovne om kvelden. Dette bekymrer meg. Mange av ungdommene jeg snakker med melder om stressrelaterte plager. Mange forteller meg også at hasj eller alkohol blir en løsning for å koble av, og ikke minst en måte å rømme fra det evige tankekaoset.

Tradisjonelt har rusundervisningen i skolen vært at en forteller om farene med de ulike rusmidlene. Slik jeg ser det bør en i mye større grad prøve å forstå årsakene til rus, og da fremme tiltak som er basert på frisk faktorer. Personlig er jeg overbevist om at større bevissthet rundt nettavhengighet og gode rutiner på egen mobilbruk vil gjøre underverker i et allerede stresset og hektisk samfunn. Vi trenger rett og slett å bli mer til stede i våre egne liv.

ESPEN SIER OGSÅ AT UNGDOMMENE ER ENIGE

Thunestvedt snakker mye med ungdom når han er på skolebesøk eller holder foredrag. Nylig tok han økt mobilbruk opp som en årsak til narkotikabruk blant ungdom, og da kom flere av ungdommene bort til ham etter foredraget og mente at han traff spikeren på hodet. - Dette er naturligvis min opplevelse. Det er dette jeg sitter igjen med etter å ha pratet med ungdommer gjennom mange år, nemlig at økt mobilbruk fører til økt stressnivå, som igjen kan føre til at ungdommene eksperimenterer med narkotika og alkohol for å kunne koble av.

Kjære foreldre. Jeg forstår at det er fristende å slenge seg på sofaen etter en lang arbeidsdag og «sveipe igjennom diverse nyhetsartikler og sjekke de siste oppdateringene på sosiale medier - og det er heller ikke noe feil i det. Men om vi skal hjelpe barna våre til å få gode rutiner for nettbruk og til å legge bort mobilen sin litt oftere så MÅ vi vise vei og være gode rollemodeller.»

Dette samsvarer med DHB sitt budskap til de unge; Våg å være tilstede i ditt eget liv. Ikke begynn med rus!
Men like viktig er det for oss i den eldre generasjonen at vi tør å være tilstede i de unges liv. Vi må tåle å gå ut av vår egen komfortsone slik at vi kan væretil hjelp og støtte for de som trenger de.

Brita Nilssen

Tobakk

PASSIV RØYKING

Å røyke passivt vil si å puste inn luft som er forurenset med tobakksrøyk. I Norge dør flere hundre personer hvert år av sykdom som skyldes passiv røyking, og fortsatt utsettes anslagsvis 100 000 barn under 14 år for passiv røyking daglig.

Å puste inn luft med tobakksrøyk utgjør en helserisiko for voksne med kroniske lungesykdommer (inkludert astma og KOLS). Ved lengre eksponering kan også passiv røyking gi lungekreft. Passiv røyking øker risikoen for hjertesykdom med 25-30 prosent. Større doser gir økt risiko, men selv små mengder passiv røyking kan forårsake hjerte- og karsykdom og utløse for eksempel hjerteinfarkt.

RØYKING I SVANGERSKAPET
Røyking i svangerskapet øker risikoen for krybbedød, spontan-abort, dødfødsel, for tidlig fødsel, redusert fødselsvekt og risikoen for at barnet utvikler astma.

BARN SOM PUSTER I RØYKFYLT LUFT ER OFTERE SYKE
En rekke helseskader hos barn kan ha sammenheng med passiv røyking:
krybbedød, infeksjoner i nedre luftveier, ørebetennelse, hoste, slimdannelse og piping i brystet, astma og nedsatt lungefunksjon gjennom barndommen. Passiv røyking resulterer i mange legebesøk og sykehusinnleggelser. Alle barn har nå lovbestemt rett til et røykfritt miljø. Det gjelder også i bilen og hjemme. Barn som vokser opp sammen med voksne som røyker, begynner dessuten oftere å røyke selv.
Røyking med vannpipe

Vannpiperøyking kan forårsake lungekreft, hjertesykdom og andre sykdommer. Produksjon, innførsel og omsetning av vannpipetobakk er forbudt i Norge. Røyking med vannpipe blir ofte oppfattet som mindre skadelig enn vanlig røyking, men er sannsynligvis minst like helseskadelig som sigarettrøyking. I Norge har 16 prosent prøvd å røyke vannpipe. Forskning i Danmark har vist at røyking med vannpipe kan være en inngangsport for ungdom til vanlig tobakksrøyking.

RØYKING SAMMEN MED ANDRE KREFTFREMKALLENDE STOFFER
Røyking i kombinasjon med andre kreftfremkallende stoffer forsterker kreftrisikoen betydelig.

RØYKING OG ALKOHOLBRUK
Selv et lavt alkoholforbruk gir økt kreftrisiko. Hvis du kombinerer alkohol med tobakksbruk, mangedobles kreftrisikoen.

RØYKING OG ASBEST
Personer som har vært utsatt for helseskadelige stoffer som for eksempel nikkel eller asbest i arbeidslivet, er mer utsatt for å få kreft hvis de i tillegg røyker. Asbestpåvirkning på jobben gir femdoblet lungekreftrisiko. For en som røyker vil risikoen være tidoblet.

RØYKING OG RADON
Det er anslått at radon medvirker til at rundt 370 nordmenn får lungekreft hvert år. De fleste av disse tilfellene skyldes en kombinasjon av dagligrøyking og radoneksponering over tid.

EN EKS-RØYKERS MENY FOR SUKSESS

8 enkle råd for vektkontroll ved røykeslutt
Vitenskapelig baserte råd som er enkelt å følge

1. Spis en velbalansert frokost som består av en tredjedel eller mer av ditt daglige inntak av frukt og fullkorn.

2. Nyt en næringsrik lunsj, hovedsakelig bestående grønnsaker, belgfrukter og ulike typer pasta.

3. Tilbered en lette middager som supper salater, grønnsaker og frukt

4. Ikke innta mat eller kaloririke drikker mellom måltidene, spesielt etter det tredje måltidet

5. Mosjoner daglig

6. Begrens inntak av mat med høyt fettinnhold, spesielt mettet fett og høyt sukkerinnhold

7. Drikk seks til åtte glass vann per dag. Hold deg unna tomme kaloriholdige drikker som alkohol og brus.

8. Gjør små endringer, en ting om gangen

Du har gitt opp tobakk for godt. Nå kan du gi deg selv det beste som finnes, deilig, næringsrik kost som bidrar til å gjenopprette kroppens balanse. Grønnsaker, nøtter, korn og belgfrukter – alt mens du trener og spiser din vei til en sunn vekt.

SETT AV DATOEN; Dette blir en opplevelse for livet

Verdenskongress 10.-15.juli 2019
i Helsinki, Finland Scandic Paasi Hotel,
Kongressenter & Restaurant

Verden Rundt

Anne Bergen
Verdens org. sekretær

HILSENER TIL VÅRE WCTU-MEDLEMMER OVER HELE VERDEN NÅR VI BEGYNNER ET NYTT ARBEIDSÅR I NAVNET PÅ HERREN JESUS KRISTUS

Jeg tror alle vil bli imponert av historiene om arbeid som ble gjort i fjor i Sør-Afrika og Den demokratiske republikken Kongo og håper det inspirerer til at flere også rekker ut en hånd til de som trenger det. Du kan se bilder i fra de forskjellige landene på vår nettside. Anne

DEMOKRATISK REPUBLIK KONGO
Presidenten for WCTU i DRC, Laurentine Mbe Ndala Kitenge, ba om hjelp til å gi leker til WCTUs-barnas julefest. Medlemmer fra USA, Korea, Australia og Norge tok utfordringen med glede og bildet (til venstre), viser noen av de 120 glade barna som deltok i festen og mottok gaver.

Det stemmer, budskapet ble presentert som en forestilling. Under: mat er alltid en viktig del av en fest. 30 voksne deltok også. (Se bilde)

Laurentine priser Gud for suksessen med besøket og er takknemlig for alle de som hjalp henne. (Se bilde)

Sør-Afrika Johannesburg-avdelingen besøker barne- og ungdomsskoler kvartalsvis. I juli snakket et medlem om gambling, røyking, alkohol og narkotika ved en «Brigade»-leir for jenter, og i august ble det arrangert en mor- og datterfrokost Om lag 70 kvinner og jenter deltok på dette arrangementet for jenter i 1. klasse på den lokale videregående skolen.

Her ble det fokuserte på bevisstgjøring rundt narkotikamisbruk. (Til høyre)

I september ble det holdt en dagleir for barn med støtte fra WWCTU-programpakke med tema «Åndens Frukt». (venstre)

I september besøkte Johannesburg-avdelingen en lokal klinikk hvor de snakket med gravide kvinner om farene ved narkotikabruk.

Helsing fra Volda Hvite Bånd

Det er på tide med ei oppdatering frå oss. Vi står på og då er det viktig at vi deler våre tankar og opplevingar med andre søstre.

Vi har hatt eit ope møte i Frelsesarmeen, med andakt og sang av strengemusikken, kaffi og mat, veldig kjekt! Underteikna fortalde frå Landsmøte og elles informerte om dei arrangement DHB støtta i Volda. Vi delte ut diplom til Astrid Hove som har vore medlem i 66 år sidan foreninga her var starta i 1951, heilt fantastisk, ho har også hatt ulike verv i foreininga. Hjørdis Kvangarsnes var også på møte. Ho vart medlem litt seinare og fekk blomster.

Vi hadde også besøk av leiaren for Legoklubben, Gunstein Ohma, som fortalde og takka for støtte som vi deler ut frå Olafiafondet til klubben. På slutten av møte kunne vi ta imot 8 nye medlemmer, det er vel toppen! Vi fekk og ein god kollekt til Det Hvite Bånd.

I februar har vi hatt 3 konfirmantmøter. Det første gjekk av stabelen 8. februar i Vanylven kommune. For dei som ikkje veit kvar det er så ligg det nær Stadt. 30 konfirmanter med foreldre var inviterte til samlinga, begge prestene var også tilstades og vi serverte boller.

Foredragsholder var Jan Dørum frå Maritastiftelsen. Han fortalde sterkt frå eigne opplevingar frå da han begynte med rus/ hasj som trettenåring og til han vart fri i 60 årsalderen.

Ein av konfirmantane spurde: ***«korleis kom du deg ut av det?»*** Han svarte: ***«Kanskje de har forstått at det måtte vere noke ekstra? Jesus kom og løyste meg frå alt som heiter rus.»***

Klart slikt er sterkt å høyre og mange spør nok, går det an? Ja, seier du som les, ufattelig, men Jesus har makt til å flytte fjell, les vi i bibelen, og alle som møtte og møter Han får eit nytt liv.

Dei to andre seminara var i Volda med rundt 40 i kvar gruppe, også nokre foreldre var med på alle tre møta. Sameleis prester og ansatte på kyrkjekontoret var tilstades.

For å nytte oss av Jan Dørum var han også på eit skulebesøk i 6. - 7. klasse, også det var vellykka. Så vi har mykje å gle oss over, berre positive tilbakemeldingar frå alle tilhøyrarar.

Når det siste bladet kom fekk vi ei heil kasse tilsendt. No har mange av blada blitt utdelt til dei som var med på seminara fordi framsida og baksida på bladet var heilt i tråd med foredraget til Dørum.

Det øvrige innhaldet er også verdt å få ut til andre, så mitt råd er; del ut og bli med å støtt Det Hvite Bånd sitt arbeid samtidig som du kan bruke bladet til å fortelje andre om kven Jesus er, evangelisering brenn eg for.

Kari Inger Vik Straume

Det Hvite Bånd's kretsårsmøte 2018, - Troms

Festmøte fredag kveld: Kretsmøte startet fredag 6. april med festmøte i Finnsnes Kirke. Lokalet var pyntet til fest.

Det var 15 oppmøtte. I løpet av kvelden ble også kretslotteriet trukket! Vi ble hilst velkommen av Kitty Ditlevsen som er leder i Finnsnesforeningen. Hun fortalte at foreningen er 55 år i 2018, og litt fra oppstarten av foreningen.

Møtet ble ledet av Berta Nordang Nymo. Ingvild Moldsvor deltok med solosang og spilte til forsamlinssangene. Det var besøk fra landstyret ved Kari Inger Straume. Kari Inger Straume hadde orientering fra landsstyret. Det Hvite Bånds særpreg er at det er en kristen avholdsorganisasjon. Det Hvite Bånd skal være til støtte for folk, hjem og samfunn i forhold til rus.

Hun fortalte inspirerende om arbeidet fra sin krets der de arrangerte konfirmantseminar om rus og støttet andre prosjekter ved hjelp av midler fra Olafiafondet. Hun hadde sterk oppfordring til Troms krets/lokalforeningene i kretsen å søke støtte hos Olafiafondet. Enid Bratteng leste kortstogssalmen - salme 146.

Finnsnesforeningen hadde ordnet med god bevertning. Andakten var ved Kari Inger Straume. Tema var: Et møte med Jesus forandrer alt (Joh 4). Kvinnen ved sykars brønn. Jesus sa: *«la meg få drikke»*. Jesus så folk slik de var. Kvinnen ble et vitne for Jesus og hennes vitenesbyrd va: *«Kom og se»*. Jesus er igår, idag den samme til evig tid!

Berta Nordang Nymo hadde dikt av Arne Garborg. Tilslutt sang vi sangen: *«Gud signe vårt dyre fedreland»*

ÅRSMØTE 2018

Årsmøte var lørdag 7. april 2018 i Finnsnes Kirke. Leder Lillian Sandring ønsket velkommen. Til innledning ble sangen: *"for Gud, heim, og alle folk"* sunget. Kitty Ditlevsen hadde andakt. Temaet var: Livsløp *(Hebr 12)* Tolvbønn/minnestund ble ledet av Kitty Ditlevsen. Her ble medlem Judith Olsen, Harstad minnet. Inger Kari Straume hilste fra landsstyret.

Hun framholdt viktigheten å søke midler fra Olafiafondet. Årsmøte ble konstituert med 9 delegater fra Harstad, Tromsø og Finnsnes. Årsmelding og regnskap ble godkjent. Brønnprosjektet ble støttet med 6000 kr, og landskontoret med 3000 kr i 2017.

Det ble bestemt at kretslotteriet skulle videreføres i 2018. Neste kretsårsmøte ble vedtatt lagt til Harstad.

SITTENDE STYRE BLE GJENVALGT

Det ble Lillian Sandring, Leder, Aina Johnsen, Nestleder, Berta Nordang Nymo, Sekretær, Ninni Jakobsen Styremedlem, Elsa Pettersen Styremedlem

Varamedlem:
Sissel Nygård,
Ingrid-Olaug Kollbotn,
og Enid Bratteng.

Regnskapsfører:
Svein Foldøy
Revisor:
Per Eirik Mathisen.

Referent:
Ingrid-Olaug Kollbotn

Det Hvite Bånd har sitt landskontor i Torggata 1, Oslo. Dette er Actis - Rusfeltets samarbeidsorgan sin administrasjon, og DHB har kontorfelleskap 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.

Medlemsregistering 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

Eli Kjønsberg

Hilsen til Bladet fra Eli, mars 2018

Etter en uvanlig streng vinter begynner vi endelig å se noen vårtegn her i Oslo. Mange med meg gleder seg og nok til lysere dager framover. De fleste foreninger og kretser har nå sendt inn årsmelding, og det er veldig bra. Vi mangler fortsatt noen få, så jeg oppfordrer dere til å sette av litt tid til å gjøre det.

Det er viktig for oss å få årsmeldingene, blant annet når den årlige rapporten skal sendes inn til Helsedirektoratet. Landskontoret og landsstyret vil gjerne ha en solid oversikt over hva som skjer rundt i kretser og foreninger, slik at de kan bistå medlemmer og presentere Det Hvite Bånds arbeid på beste vis.

14.-16. september blir det ledersamling på Scandic hotell Gardermoen. Det nye landsstyret er i gang med å utarbeide programmet. Det blir sendt ut informasjon om tema for samlingen samt praktiske opplysninger over påske. Merk at i år åpnes det for at foreningsledere også kan delta mot at forening eller krets selv betaler. Det blir begrenset antall plasser, da kretsledere har prioritet. Dette vil det også komme nærmere informasjon om. Hvis noen har spørsmål, ikke nøl med å ta kontakt med landskontoret på mail dhbsek@actis.no eller telefon 23 21 45 37.

Jeg vil også benytte anledningen til å sende en hilsen fra Eva Trobe. Hun takker for alle varme hilsener og forbønn fra dere.
Da gjenstår det bare for meg
å ønske alle en riktig fin vår!

Vennlig hilsen Eli
Kontorsekretær ved landskontoret
for Det Hvite Bånd

Eva Unsgaard Trobe

Kjære alle sammen!
Jeg er gla for å være tilbake på kontoret.
Takk for all omsorg og omtanke.
Ønsker dere alle en god vår

FOR GUD HEIM OG ALLE FOLK
Eva Unsgaard Trobe Regn.
Sekr./Medl.reg.

Samarbeidspartnere

Det Hvite Bånd ser alkoholbruk og drikkeskikkene som et av de største samfunnsproblemer. Derfor arbeider denne organisasjonen iherdig for å vekke mennesker 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
AV·OG·TIL UTEN ALKOHOL
Juba Junior- og barneorganisasjonen
Blå Kors
Frelsesarmeen
Stiftelsen Bergensklinikkene
& TRO MEDIER
IOGT
Helsedirektoratet

Marit Langeland
Kasserer i Landsstyret

Hjertelig takk
Hjertelig takk for alle gaver gitt til Hvite bånd sitt arbeid og prosjekter. Vår Visjon i Hvite Bånd er å støtte enhver i å velge en rusfri livsstil for å unngå helseskader og belastninger for pårørende og samfunnet for øvrig. Et punkt i handlingsplanen som er vedtatt på landsmøtet i 2017, er å styrke barne og ungdomsarbeid, og å drive rusforebyggende informasjons og opplysningsarbeid på ulike arenaer, for konfirmantgrupper og ulike barne - og ungdomsgrupper. Dette arbeidet blir det gjort en innsats med i flere kretser.

Vårt håp er at Det Hvite Bånds arbeid og tiltak kan gjøre en forskjell i menneskers liv. Vi ønsker å oppmuntre og vise muligheter til å tjene Gud og til å bygge sterke og ansvarsbevisste familier, noe som igjen vil påvirke nasjonens verdisett. For at dette skal lykkes må vi opprettholde eget engasjement, dette er også et av punktene i handlingsplanen. ***Jeg ville ønske dere alle en velsignet vår og en fin 17 mai.***

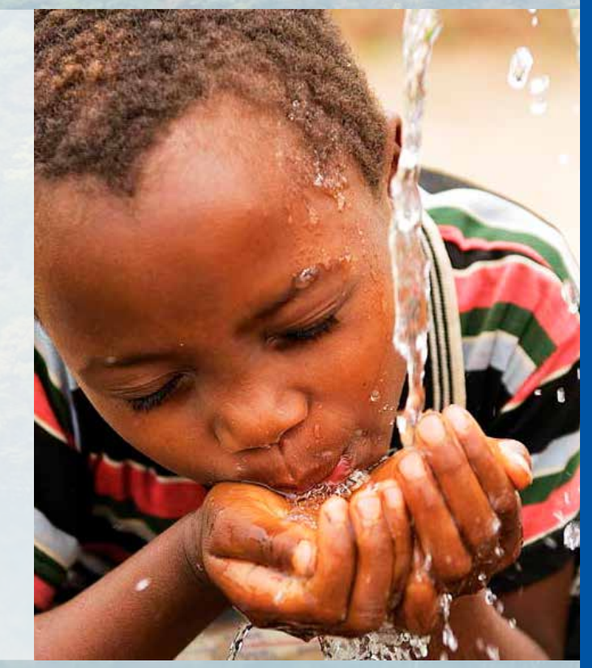
Hilsen Marit Langeland,
Kasserer

Gaver og nye medlemmer

Hjertelig takk for alle gavene!

BRØNN: Balanse: 30.01.18	**kr. 35 852**
Stord Hvite Bånd	**500**
Harstad Hvite Bånd	**1 000**
Randaberg Hvite Bånd	**2 000**
Sigrid Bjørgen	**1 000**
Judith Skeie	**1 000**
Balanse: 30.04.18	**kr. 41 352**

GAVER TIL DHB	
Minnegave ved Elfrid R. Reites gravferd	**3 800**
Stord Hvite Bånd	**1 000**
Voss Hvite Bånd, Kirkeoffer	**4 794**
Harstad Hvite Bånd	**2 000**
Stavanger Hvite Bånd	**2 500**



Nye medlemmer — *vervet av*

Gena Tuariku, Egersund	**Brynjar Wetteland**
Tore Andre Andersen, Egersund	**Brynjar Wetteland**
Seri Jorethim Hamasak, Egersund	**Brynjar Wetteland**
Rolf Charles Toresen, Egersund	**Brynjar Wetteland**
Marit Isene, Volda	**Kari Inger Vik Straume**
Marit Vidal, Viken	**Wenche Bryn Thorsen**
Synnøve Andersen	**Anne Marie Rønningen**

Juniormedlem

Ester Mjøs, Bergen	**Åslaug Mjøs**

Våg å si nei!

Velg rett!

Gode vaner, venner og valg!

SI NEI TIL RUS

www.hviteband.no

BLI MEDLEM I DHB's JUNIORKLUBB

RUSFRIE BARN OG UNGDOM

Navn: ..... Fødselsdato: .....

Adresse: .....

E-mail: .....

Ververs navn: ..... Ververs adresse: .....

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

Medlemskapet er gratis. Alder 4-18 år

Jeg lover DHB, med Guds hjelp, til å motstå fristelsen av å bruke alkohol, tobakk, eller annen rusgift. Jeg vil gjøre mitt beste for å være en god og støttende venn.

Navn/Signatur: ..... Dato: ...../...../..... Navn i blad: JA ☐ NEI ☐

Foresattes underskrift: .....

"Hverdagshelt" T-skjorte (kryss av farge og størrelse) sort ☐ hvit ☐

Størrelse: 3/5 ☐ 6/8 ☐ 9/11 ☐ 12/14 ☐

Send til: DHB Landskontoret, 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 Bånds merke, prøve å få andre med i avholdsarbeidet.

Medlemskapet

Navn: .....

Adresse: .....

Fødselsdato:.....

Medlemsverver

Navn: .....

Adresse: .....

Guds rike

Andakt

Sverre H. Skilbreid, - Lærer ved Veien bibelskole

«Da Jesus så det, ble han sint og sa til dem: «La de små barna komme til meg, og hindre dem ikke! For Guds rike tilhører slike som dem.»
Markus 10.13

Du tenker kanskje at dette er for sent for deg. Du hørte nok til Jesus som barn, men du fikk ikke virkelig komme. Ikke som i historien med Jesus og barna. Og nå er du ikke barn lenger.

Hvis du har det slik, er det likevel ikke for sent. For barnet er høyst levende i hvert eneste menneske. Det tror i alle fall jeg. Om det er stille og taust der inne, så er det ikke fordi barnet er borte. Bare at noe hindrer det i å slippe til.

Voksen uro har ofte ikke sin rot i den voksne, men i barnet på innsiden. Livet er ofte slik. Barnet ble ikke møtt, forstått, eller trøstet.

Det manglet støtte fra sine omsorgspersoner. Et barn som har det slik, gir egentlig aldri opp med å mase, samme hvor taust det kan virke. Det gir seg ikke før en voksen svarer.

Nå er du den voksne for barnet inne i deg. Du kan anerkjenne barnet, og gi det rett i spørsmålene, gråten eller ropene. Og så kan du være portvokteren som åpner døren for Jesus, og slipper Ham inn til barnet.

Jesus setter seg ned foran barnet, og spør hva det er. Og kanskje blir du overrasket over hvor klart og tydelig svar barnet har.

La barnet i deg komme til Jesus, og hindre det ikke, for Guds rike hører slike til.

«Og han tok dem inn til seg, la hendene på dem og velsignet dem.»

Kilde: Dagen.no

Avsender: Det Hvite Bånd, Torggata 1, 0181 Oslo

DISTRIBUERT AV POSTEN NORGE
posten
NORGE P.P. PORTO BETALT

Pass på barna dine, ikke la alkohol ødelegge ferien!