



# *Det Hvite Bånd*

112. årgang nr. 7 og 8 2022

*Fred på jorden*



*Vi ønsker alle en velsignet julehøytid og et godt nytt år!*



## Redaktørens spalte

MARGARET ØSTENSTAD

### En siste hilsen,

Varme ønsker om en velsignet julehøytid og et godt nytt år ❤️

Etter 13 år som redaktør for DHB Blad, har jeg fått beskjed fra landsstyret at de ønsker forandring i bladet og da med en ny redaktør.

Jeg har allerede takket mine trofaste medarbeidere som har sendt inn artikler fire ganger i året og de dyktige korrekturlesere som har bidratt til et blad som er organisasjons beste PR. Jeg takker også våre lesere for flotte tilbakemeldinger, som har varmet gjennom disse årene.

Siden dette blir min siste hilsen som redaktør, ønsker jeg å gjenta noe av det jeg har tidligere skrevet i bladet som landsleder fra 2009-2017. Dette understreker hva vi i Det Hvite Bånd mener er verdt å kjempe for, områder som har vært mer eller mindre neglisjert i vårt samfunn.

Aldri har familiens rolle i samfunnet vært viktigere enn nå. Betydningen av en god og sunn familie kan ikke vurderes høyt nok. Ikke noe annet kan gi et barn så mye kjærlighet, støtte, tillit, motivasjon eller følelse av egenverdi og selvspekt. Imidlertid lever våre fremtidige ledere i en risikogenerasjon på grunn av et stadig økende rusproblem over hele verden. Det er et velkjent faktum at tobakk åpner dørene til alkohol og stoffmisbruk som over natten kan ødelegge det som har tatt år å bygge opp. At ungdom har rusfrie tiltak å gå til er meget viktig.

Et barn er et menneske som vil føre videre det du har påbegynt. Barnet kommer til å sitte der du i dag sitter, det vil være opptatt av de saker du mener er viktige. Du kan tilegne deg all den informasjon du ønsker og legge dine planer, men hvordan de skal utføres, avhenger helt og holdent av han som i dag er et barn. Han vil ta kontroll over dine byer, stater og nasjoner. Han vil gå inn og ta kontroll over dine kirker, skoler, universiteter og virksomheter .... Menneskehetens skjebne ligger i hans hender. (AbrahamLincoln) Da Elie Wiesel fikk Nobelprisen, skapte det overskrifter da han uttalte at "det motsatte av

kjærlighet er ikke hat, men likegyldighet." Vi har ikke tid til likegyldighet for i dag er det et totalt sammenbrudd i både familieliv og verdier over hele verden.

Barn blir ikke lenger opplært i verdier som kan gi retning for deres liv.

Det som foreldre kanskje ikke forstår er at barn ønsker og trenger de regler og retninger som foreldrene er så nølende med og gi.

Vi i Det Hvite Bånd ønsker at foreldre skal forstå at når mindre-årige drikker, kan man ikke ta det lettvis og bare si at "barn er barn".

Vi vil at foreldre skal vite at når de lar barna drikke alkohol som mindre-årige med den hensikt at barna skal "lære å kjenne sine grenser", fører dette til at barnet ikke bare mister utallige, uerstattelige hjerneceller, men at også evnen til å dømme i eventuelt farlige situasjoner blir svekket. Hjernen er ikke fullt utviklet før 25 år. Bare et par drinker alkohol er nok til å øyeblikkelig påvirke hjernens frontallapp slik at sidesynet svekkes og tanken blir uklar.

Studier har vist at foreldres liberale holdninger i forhold til ungdommens tidlige omgang med alkohol, har fått katastrofale konsekvenser. Faktum er at det er disse barna som mest sannsynlig vil bli rusavhengige; for ikke å nevne uønsket graviditet og seksuelt overfør- bare sykdommer som bare er to av de mulige konsekvenser av en kveld på byen. 150 millioner mennesker i verden lider av alkohol - og stoffavhengighet. Jeg er sikker på at ikke en av disse startet med det formål å bli avhengig.

Alkoholindustrien, sammen med tobakksindustrien må tiltrekke nye drikkere for å overleve.

Vi må alle gjøre hva vi kan for at barn og familier skal gå fri alkohol- og stoffmisbruk.

Trosbeserte organisasjoner kan ha en stor innflytelse på alkoholpolitikken. Ved å være medlem i Det Hvite Bånd kan du være med å bruke din stemme for å gjøre en forskjell.

Mitt håp og bønn er at når folk ser hvor mye «vi bryr oss», vil deres hjerter bli rørt til å gjøre det samme. Tro på deg selv, følg dine lidenskaper og aldri gi opp! I alle ting, gi takk til Gud og til Ham gi æren.

Kjærlig hilsen, *Margaret*

### 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](http://www.hviteband.no)

Vipps: 636558

**NB! FRIST TIL NESTE BLAD 15. januar 2023**

#### LANDSKONTOR

Telefon: 23 21 45 37/ 405 0 9305 (telefonid 10.00–14.00):  
Kontorsekretær, Vigdis Goldin  
E-post: [landskontoret@hviteband.no](mailto:landskontoret@hviteband.no)

#### HOVEDANSVARLIG REDAKTØR:

Margaret Østenstad, mob: 473 99 402

#### PRODUKSJON

Trykkeri: Karmøy Trykkeri AS  
Opplag: 1100



# Å kjøpe, - å få en gave!

På et ekstraordinært landsmøte 15. september i 2021 ble det enstemmig vedtatt at Det Hvite Bånd skulle selge bygningene på Riisby (Nordre) på Dokka til Stiftelsen Riisby Behandlingssenter. Det Hvite Bånd eier fortsatt tomte og vil på den måten opprettholde et eierforhold til Riisby. De leier den 37 mål store tomte av DHB. Stiftelsen har leid og drevet institusjonen i mange år. 1. juli -22 ble salget gjennomført. Det er et stort økonomisk løft for dem og de har mange utfordringer og mye arbeid med den store utbyggingen de nå står foran. Det skal bygges opp et stort nytt bygg som skal erstatte Hus A som brann og det skal ha plass til alle som bor på Riisby Søndre. Målet er å få og et samlet behandlingssenter. Avdelingen på Riisby Søndre flytter til Riisby Nordre så snart nybygget er ferdig. La oss stå sammen i bønn om att arbeidet og utbyggingen ikke blir en altfor stor påkjenning for dem som bor og arbeider der.

Snart er det jul og mange er opptatte med å kjøpe gaver til familie og venner. Kjøpepresset og forventningene er ofte store og for mange er det en stressende tid og en økonomisk utfordring. Det er kjekt og godt å få gaver, men å være i lag med familie, venner og andre mennesker er med og gir oss gode minner. Senere kan minnene tas frem og de vil skape positive og gode tanker. Å gi gaver til en som ikke forventer å få en gave kan være ekstra verdifullt og skaper ofte større glede. Julekvelden feires og gaver gis og blir tatt imot.

**Men tar vi imot og åpner den største gaven som vi har fått?** I kjærlighet gav Gud oss sin enbårne sønn for att hver den som tror på ham, ikke skal gå fortapt, men ha evig liv. Joh.3,16. **Gaven til deg fra Gud er Jesus.**

Dette er den mest verdifulle og betydningsfulle gaven som du noensinne vil få. Den vil forandre livet ditt og du vil få oppleve Guds fred. Ved hans død og oppstandelse har han sonet for våre synder og vi kan uten egen fortjeneste bli frelst ved å tro og det er av bare nåde.

Hjemmet en grunnleggende pilar i samfunnet for hvordan en utvikler seg og gir oss minner for livet. Derfor er det viktig at barna har gode og trygge hjem. I jule -og nyttårs helgen øker bruken av alkohol og andre rusmidler. Det ser jeg på med bekymring fordi det medfører at en del barn blir utrygge på grunn av at familiedynamikken endrer seg. Faren for skader og vold øker også. Det vil medføre at en del barn ikke får oppleve en god og trygg høytid. Jeg oppfordrer derfor alle som er sammen med og har ansvar for barn om å være edrue. Kanskje det er barn, eldre, syke eller ensomme som trenger at du på en eller annen måte husker på dem. Det kan ha en uvurderlig verdi for dem. La oss be og se hvem som trenger hjelp og støtte. Jesus så de som var utenfor og hadde det ondt og vanskelig.

**Så enkelt og stille kom Gud til vår jord, så høyt er jeg elsket av Jesus, min bror. Han kom fra Guds himmel, Gud selv var han lik, men Jesus ble fattig, og jeg er blitt rik.** (2 vers av sangen: En krybbe var vuggen)

**Jeg ønsker dere alle en rik og God Jul og et velsignet Godt Nytt År!**



# Når utrygghet er normalt

For mange barn i Norge er trygghet en selvfølge, og en naturlig del av barndommen. Dessverre er det 2-3 barn i hver klasse som vokser opp i en familie der alkohol- og rusbruk preger barndommen. Ole Tobias var ett av disse barna.



**Det var en hard erkjennelse.** I dag går Ole Tobias Mehn-Andersen i terapi hos Blå Kors kompasset. Han har blant annet jobbet med å avvenne seg følelsen av at verden kan rase sammen når som helst. (Foto: Privat)

— I oppveksten min var moren min psykisk syk. I tillegg var hun rusmisbruker. Det skjedde ting hjemme som ingen andre visste om, forteller Ole Tobias.

## I 16 år levde han med utrygghet som normalen.

— Jeg opplevde at moren min ga meg skylden for at hun hadde det vanskelig. Hun fortalte meg at jeg ble til på et nachspiel i England. Jeg ante ikke hvem faren min var, forteller han.

— En gang vi kom hjem fra butikken og hadde handlet julepynt slo hun en pose glassengler i hodet mitt og jeg havnet på legevakten. Jeg skjønnte jo at noe var galt, men ikke at det var unormalt.

Etter hvert begynte han å tro at det var hans egen feil. Da hun hadde dårlige dager lurte han på hva han hadde gjort galt.

— Når man opplever at utrygghet er normalen i barndommen blir plutselig trygghet det unormale. Det utrygge har vært så vanlig at man må lære seg å forstå at det skal være motsatt, forklarer han.

I dag er Ole Tobias 28 år og bor i Drammen med kjæresten. Tidligere var han trener for Gatelaget til Strømsgodset, der han var med siden oppstarten i 2016, som både trener og driftsleder.

## Verden som raste sammen

I dag går både han og kjæresten i terapi hos Blå Kors kompasset. Han har blant annet jobbet med å avvenne seg følelsen av at verden kan rase sammen når som helst.

— Som barn ga moren min meg ingen trygge rammer. Hun kunne ha en tilsynelatende god dag, men dersom jeg sa noe feil eller ønsket meg noe feil til middag, så kunne det snu på et sekund. En dag kunne gå fra å være helt normal til at alt falt sammen, og jeg ble fylt av frykt og sinne, sier han.

Enkle handleturer ble et mareritt.

Han forteller at morens utbrudd kom når hun var dårlig eller beruset, og at de kom plutselig. Det førte til at Ole Tobias ikke slappet av rundt henne.

— En gang da vi kom hjem fra butikken og hadde handlet julepynt, slo hun en pose glassengler i hodet mitt og jeg havnet på legevakten. Jeg skjønnte jo at noe var galt, men ikke at det var unormalt.

Ole Tobias er likevel tydelig på at han visste at moren elsket ham.

— Moren min hadde ubetinget kjærlighet for meg, problemet var bare at rusen og de psykiske problemene kom i veien. Det var det som ødela for oss, forteller han.

### Moren ringte barnevernet

Til tross for en turbulent hverdag fantes det lyspunkter. Som blant annet noen fantastiske besteforeldre som han var hos av og til.

— Når mor var innlagt opplevde jeg å kjenne på stabilitet. Det var slik jeg forstod hva som var normalt.

Når moren kom tilbake fra behandling gikk det sjelden lenge før hun var innlagt på nytt, og Ole Tobias begynte å ønske seg tilbake til besteforeldrene sine. Da tok moren affære.

— På et tidspunkt ble hun redd for å miste meg. Ironisk nok var det moren min som kontaktet barnevernet, i redsel for at mine besteforeldre skulle ta meg fra henne, sier han.

### Den siste påskeferien

Morens frykt for å miste sønnen gjorde at hun tok ham med til Danmark. Ole Tobias lengtet tilbake til besteforeldrene, og skjønte etter hvert at han måtte ta grep for å få et bedre liv. Han reiste hjem.

— Jeg var utslitt da jeg kom hjem til Norge. Min mor var så syk at hun på et tidspunkt prøvde å ende både mitt og sitt eget liv. Da var det nok. Jeg husker så godt at jeg kom hjem til mormor og morfar og bestemte meg for at denne gangen skal jeg ikke reise tilbake til moren min, sier han.

### Måtte lære seg å håndtere følelser

Ole Tobias forteller at det kan være vanskelig å forstå hva som er rett for en når man er barn, og at det som foreldrene dine tror er best for deg ikke alltid er det.

— Det er vanskelig å innse at det som er bra for foreldrene dine, ikke alltid er bra for deg selv. For meg var det skadelig å være med min mor, selv om hun ønsket at jeg skulle være hos henne, forteller han.

Da han fylte 16 år døde moren som følge av mange års rusmisbruk.

— Etter at hun døde fikk jeg tid til å tenke på meg selv for første gang. Jeg hadde alltid tenkt på min mor før meg, at

hennes behov var viktigst. Så da jeg begynte å reflektere og rote i egne tanker var det mye som måtte ordnes opp i. Jeg hadde for eksempel ikke lært meg hvordan håndtere følelser, de verktøyene manglet jeg. Jeg måtte starte på nytt, sier han.



Kilde: [blakors.no](http://blakors.no)

### Tenn lys

*Et lys skal brenne for denne lille jord  
Den blanke himmelstjerne, der vi og alle bor  
Må alle dele håpet så gode ting kan skje  
Må jord og himmel møtes. Et lys er tent for det*

### Tenn lys

*To lys skal skinne for kjærlighet og tro  
For dem som viser omsorg og alltid bygger bro  
Må fanger få sin frihet og flyktninger et hjem  
Tenn lys for dem som gråter og dem som trøster dem*

### Tenn lys

*Tre lys skal flamme for alle som må sloss  
For rettferd og for frihet. De trenger hjelp av oss  
Må ingen miste motet før alle folk er ett  
Tenn lys for dem som kjemper for frihet og for rett*

### Tenn lys

*Nå stråler alle de fire lys for ham  
Som elsker alt som lever, hver løve og hvert lam  
Tenn lys for himmelkongen som gjeterflokken så  
Nå møtes jord og himmel i barnet lagt på strå*

### Tenn lys

*For livets rikdom, for jord og luft og vann  
Tenn lys for fred og vennskap, for barn i alle land  
Må ingen være redde, og mangle hjem og brød  
Tenn lys og håp i verden, mot fattigdom og nød*





## Hilsen fra Riisby

TOVE KRISTIN JEVNE, INSTITUSJONSLEDER



# En liten hilsen fra Riisby

**Fra 1. juli har det skjedd en endring i eierforholdene på Riisby. Bygningene ble overdradd fra Det Hvite Bånd til Stiftelsen Riisby Behandlingscenter mens grunnen fortsatt eies av DHB.**

Det var praktiske årsaker som lå til grunn for overdragelsen. Som kjent var ikke bygningsmassen lenger tilfredsstillende for Riisbys behov. Omfattende oppgradering var nødvendig og bygningene på Søndre var det ikke regningssvarende å sette i stand. Det er dessuten ekstra kostnader forbundet med å drive på to lokasjoner. For å kunne realisere byggeprosjektet var det nødvendig at Stiftelsen stod for byggingen. Dermed kom ideen om å overdra bygningene samtidig som DHB fortsatt eier grunnen. Det ble opprettet en festekontrakt mellom Riisby og DHB samtidig med overdragelsen.

Siden Riisby drives som en selveid stiftelse skal vedtektene være i tråd med det som oppretterne av stiftelsen la til grunn. Så paragraf 1 og 2 i vedtektene er ikke endret. Det betyr at Riisby skal drive med rusbehandling, behandlingen bygger på et helhetlig menneskesyn og institusjonen drives ut fra et kristens livssyn. På Riisby er respekt, tillit og ansvar viktige begreper.

Det som er endret i vedtektene ift tidligere, er styresammensetningen; Styret skal bestå av to representanter fra DHB, en fra de ansatte, to representanter velges fritt og daglig leder inngår i styret. Nåværende styre skal sitte til byggeprosessen er ferdig. Det er ønskelig for å skape best mulig kontinuitet i en meget krevende tid.

I skrivende stund er byggeprosessen godt i gang. Avdeling A, der hvor brannen var, er nå revet. Brakkene med pasientrom og noen kontorer, står nå i eplehagen. Og parkeringen er lokalisert nedenfor eplehagen. Bygningsfolkene holder hus i det tidligere skolebygget på Riisby. Dette passet fint slik at det ikke var nødvendig med en egen brakkerigg for de. Skolen er pt flyttet til Søndre.

Pasienter, ansatte og bygningsfolk gjør sitt beste for å få hverdagen til å gå så bra som mulig. Stor honnør til de alle!

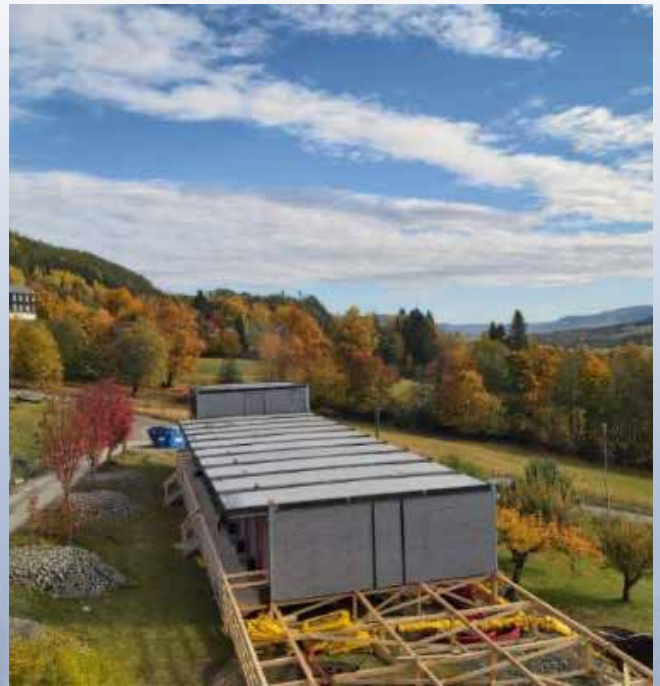
Vi på Riisby vil få ønske dere alle en velsignet julehøytid og et fredfullt godt nyttår!  
Vennlig hilsen  
Tove Kristin Jevne

### § 1 Grunnlag.

Stiftelsen Riisby Behandlingscenter er en selveiende stiftelse som skal drives på kristen grunn i samsvar med Det Hvite Bånds grunnregler.

### § 2 Formål.

Stiftelsen Riisby Behandlingscenter er en institusjon for rusmiddelmissbrukere med behov for lengre tids behandling. Institusjonen drives ut fra et kristens livssyn. Behandlingen bygger på et helhetlig menneskesyn med fokus på fysiske, psykiske, sosiale og åndelige behov, hvor egne ressurser står sentralt. På Riisby er respekt, tillit og ansvar viktige begreper. Hovedmålsettingen for behandlingen er at klientene lærer å mestre livet sitt uten bruk av rusmidler.





## Hilsen fra Riisby

OLA VIKER LUNDE, INSTITUSJONSPREST

# Er du en fariseer?

**To menn gikk opp til tempelet for å be. Den ene var fariseer og den andre var toller. Fariseeren stilte seg opp og ba slik: "Gud jeg takker deg for at jeg ikke er som andre mennesker, som snyter, gjør urett og bryter ekteskapet, eller som den tolleren der. Jeg faster to ganger i uken og gir tiende av alt jeg tjener." Tolleren sto langt nede og ville ikke engang løfte blikket mot himmelen, men slo seg for brystet og sa: "Gud vær meg synder nådig!" Jeg sier dere: Tolleren gikk hjem rettferdig for Gud, den andre ikke.**

Dette er en historie om to mennesker som behøver Guds barmhjertighet og nåde!  
En lørdags kveld banket det på døren til presten i en liten by. Det var en politimann. "Prest! Kan du være så snill å bli med meg. Vi har problemer med noen av soknebarna dine, og vi tror at du kan hjelpe oss." "Hva! Noen av soknebarna mine?" Hvem kunne det være? Det viste seg at det var Petter og kona som hadde røket i tottene på hverandre.  
Presten kunne se knuste vinduer, og en del møbler som var slengt ut av vinduet. Politimannen forklarte: "Petter og kona har en lite diskusjon, og situasjonen ble litt vanskelig, så vi trodde kanskje du kunne hjelpe oss." "En liten diskusjon?" Spurte presten, og betraktet slagmarken. "Ja, de to ryker i tottene på hverandre hver høst." "Har dette hendt før?" Spurte presten? "Jada, det er ikke så farlig som det ser ut til". Presten var rystet. Petter var jo en av de trofaste kirkegjengere. Presten fulgte med inn, og de fant både mann og kone på gulvet i stuen. Alt var smadret, men foruten noen skrammer og blå merker var de begge i forbausende god form etter å ha sloss i timevis. Naboene til ekteparet kom, og fikk dem begge plastret og brakt i seng, og ryddet opp etter de to svære slåsskjempene. Politimannen førte presten tilbake til bilene og sa: "Vel, det skulle være nok for denne gang. Nå er det et år igjen til neste gang." Presten var rystet, sint, men først og fremst flau over Petter og hans kones oppførsel. Han dro hjem, fast bestemt på å løse Petter fra alle pliktene han hadde i kirken. Dette var helt uakseptabelt oppførsel fra en kirkegjenger. Dagen etter i kirken, i stillheten og harmonien ble det som hendte gårsdagen fjernet. Under gudstjenesten hadde ikke presten tenkt en tanke om episoden, før under ofringen. Presten snudde seg mot menigheten for å overlevere kollektposene til de som skulle gå rundt. Og der sto Petter! Presten holdt på å besvime da han så kamphanen fra kvelden før. Hvordan våget

den lømmelen å vise seg i kirken. Og jammen satt ikke kona hans nede i benkeraden også. Petter sto der med et fårete smil, et stort blått øye, plasterlapp på haken, og armen i bandasje. Det sto ikke bedre til med kona hans heller. Der sto han foran Gud og alle i kirken og ventet på kollektposene. Dette var mer en presten kunne greie. Hadde ikke Petter noe stolthet, hadde han ikke noe respekt, at det går an å være så frekk å stå her søndag morgen etter det som skjedde på lørdagskvelden. Den selvtillfredse presten sto foran alteret. Han hadde nå i hvertfall ikke drukket seg full og sloss med kona si. Han var helt sikkert mer verdig til å stå foran Gud en denne drukkenbolten og slåsskjempen. Da husket presten på liknelsen som Jesus fortalte, og som du har lest i dag: "Takk Gud for at jeg ikke er som andre mennesker, som snyter, gjør urett og bryter ekteskapet, eller som den tolleren der!" Petter og hans kone trengte Gud nå. De trengte å komme frem og ta imot tilgivelse for det gale de hadde gjort. Og der hadde presten stått og i sine tanker fordømt og sett ned på den som trengte Guds barmhjertighet og nåde mer enn noen annen. Jesus står foran både fariseeren og tolleren, og foran Petter og presten, og foran deg! Han prøver å få øyekontakt med alle sammen. Vi må våge å slå blikket ned, for å møte Jesu blick. For Jesus står ved siden av dem vi ser ned på.  
Jesus fortalte liknelsen for å advare mot moralsk overlegenhet: "Takk Gud, for at jeg ikke er som alle andre mennesker." Fortellingen om Fariseeren og tolleren skal gi tolleren frimodighet til å møte Jesu blick, og gi fariseeren en påminnelse om å senke blikket, så også han får nåden hos Gud. Er vi overlegne, og ser ned på andre? Eller er vi av den typen som ikke våger å heve blikket. Det er viktig å lytte til Guds stemme. Det er viktig å senke blikket og heve blikket slik at vi kan få se Jesus Kristus vår frelser. Amen



# ADVENT

I svunnen tid Jesaja skrev  
sin tanke ner på pergament.  
Som visdomsord de sedan blev,  
och som en del av  
HANS ADVENT.



Jordens oro skall med tid ge vika  
Profetian har blivit satt på pränt.  
Kärleken och friden delas lika  
med den som finns i  
DITT ADVENT.



I midnattsmörkret på vår jord  
Guds skaparhand en stjärna tänt,  
och lät den lysa över varje ord  
som leder fram till  
MITT ADVENT.

Då tankarna på nästans väl och ve  
får bli det som vårt inre känt,  
och vi av det oss givet ger,  
då rätt vi firar  
VÅRT ADVENT



*Göte Ingelman 1986*  
*Bildmakare: Bo Hansson*



### Tre flotte medlemmer i Mosjøen DHB er gått bort i år.

Dette året har vi mista tre medlemmer i Mosjøen DHB. Først gjekk **Oddrun Nordås** bort i mars. Ho vart 96 år. Ho var fødd i Vefsn og utdanna jordmor. Ho gjorde teneste som misjonær i Kenya i 16 år der ho tok imot barn under til dels vanskelege tilhøve. Ho jobba for Pinsekyrkja der ho og var medlem. Sidan jobba ho i Mosjøen .

Oddrun var medlem i Det Hvite Bånd i mange år. Ho var også formann i fleire av desse åra. Ho var opptatt av å spreia budskapet om farene ved å ruse seg. Vi takker henne for trufast teneste, Ho var med på møta til det siste.

Den neste vi miste var **Ole Forsmo**. Han døydde i april og vart nærare 95 år gammal. Han gjorde og ein stor innsats for DHB. Han var med på fleire av landsmøta der han mellom anna deltok med å spele trekkspel.

Han sende og innlegg til aviser innimellom. Han deltok på møta i DHB i mange år og har skrivne ned mykje frå dei. Han fortel om korleis han vart fråhaldsmann. Ein gong i samband med ei helg i det militære der han såg kva festing førde med seg, tok han standpunktet. Det var både slossing, øydelegging av møbler og rivningar mellom folk som førde til at han bestemte seg for å halda seg langt unna alkohol. Noko anna som gjorde stort inntrykk på han, var då ein alkoholikar vart lokka til å symja over Vefsna i fylla . Då skulle han få ei flaske brennevin. Midt i elva drukna mannen. Det fekk ikkje noko rettsleg etterspel. Dette tykte Ole med rette var ille.

**Edith Johnsen** forlet oss i september. Ho vart 94 år gammal.. Ho var med i DHB heilt frå 60 talet. Ruth Mathisen var då leiar i Mosjøen. Edith var ei rettskaffen dame som ville at alt skulle gå rett for seg. Ho spela gitar på møta og ho hadde andakter innimellom. Ho var med på kretsmøte og ho var glad i å gi til saka. Slik ville ho gi meg pengar som eg kunne gi vidare til DHB når eg var innoom på sjukeheimen og såg åt henne. Ho brann for saka til siste stund. Ho las i DHBbladet ho fekk på sjukeheimen, og ville dele det med andre som kom dit.

Alle desse tre har sett gode spor etter seg. Dei døydde i ein høg alderdom i trua på Frelseren sin. Vi lyser fred over minnet deira.

*Torgunn Søyland Skoglund*



**Aud Bodil**  
19.04.1937 – 13.08.

Aud Bodil Brekka minnes jeg i ærbødighet. Da jeg med vedmod fikk beskjed fra datteren om Aud Bodhilds bortgang fikk jeg være tilstede ved begravelsen og der vise min siste hilsen til en kjær Hvite Bånd søster. Under begravelsen leste datteren Gunborg minneordet som står på neste side.

Aud Bodil betydde spesielt mye for meg for hun var min nestleder i landsstyret i Det Hvite Bånd alle årene som jeg var landsleder. Hun var også sosial avdelingsleder. Hun hadde en lang tjenestetid i Det Hvite Bånd og satt i landsstyret under tre forskjellige ledere.

Aud Bodil var tidligere aktiv i sin krets og i det hele tatt en Hvite Bånd søster som var preget av en guddommelig kjærlighet og varme for de hun møtte på sin livsveg og hennes vennekrets var stor. Så takker vi Gud for en kjær Hvite Bånd søster, for alt hun betydde for oss den enkelte. På gjensyn. Jeg lyser fred over Aud Bodil sitt minne.

*Kjærlig hilsen fra Margaret Østenstad.*



# Kjære mamma



Det har blitt så veldig stille. Jeg har vokst opp med en mamma som ingen hadde maken til. Mor over alle mødre. En av de få mammaene som den gangen jobbet full tid og som i tillegg satt i kommunestyret, skolestyret og landsstyrer.

Du var også mormor over alle mormødre og farmor over alle farmødre. Oldemor over alle oldemødre. Bonusbestemor. En svigermor av de sjeldne. Et elsket menneske av enda flere. Nå hviler du. Du har reist til himmelen.

Jeg føler meg så heldig som ble født av deg, et helt ualminnelig menneske. En voldsom kraft, en stor inspirasjon og et forbilde. Jeg har sett på deg og lært, noen ting prøver jeg å gjøre som du gjorde, og noen ting gjør jeg helt motsatt. Du var en kapasitet med krefter jeg aldri har sett i noe annet menneske. Jeg vet ingen som har jobbet mer enn deg. Lidenskapelig og med temperament, men aldri sur eller i nærheten av å gi opp. Jeg har aldri hørt deg si ordet sliten. Startet dagene med et smil, og møtte alle mennesker med oppmuntring. Pappa åpnet matpakke smurt av deg, med påtegnet smilefjes og blomst på eggene hver dag! Du var så utrolig grenseløst snill.

De siste nye menneskene som krysset din vei på sykehjemmet de siste månedene, forteller om en humørspreder og en stor inspirasjon både for de andre som bodde der og for de ansatte. De gledet seg til å starte dagen hos deg, det betydde en veldig god start på dagen. Du var en tsunami av godt humør og sosiale egenskaper, og så takknemlig. Du ga andre mennesker en helt egen følelse etter møte med deg. Folk sa til meg at du hadde et eget lys i ansiktet. Det er sånn du blir husket, det er hva folk sier om deg. Det kjenner jeg igjen, og det gjør meg stolt av å være din datter. De siste dagene samlet hele familien seg rundt deg, som det skulle vært helt vanlige dager. Store og små, unge og gamle. Stor trafikk av mennesker ut og inn av ditt rom. Venner av familien. Det sier så mye om deg, mamma.

Gjennom en lang karriere i jobb og politikk, har du aldri veket fra dine prinsipper. Om du så sto helt alene, så gikk du aldri på akkord med din overbevisning. Det har jeg alltid beundret deg for, og det har du også blitt høyt respektert for av dine meningsmotstandere. Jeg husker godt da du forlot et parti til fordel for KrF, da alkoholpolitikken der ble for liberal. Og i bygdeskolesaken, da sto du som en bauta for småskolene. Det var i avstemningen i denne

saken det sto å lese i Kragerø Blad, uttalt fra talerstolen av en av dine kollegaer som stolte på din stemme i saken: «Aud Brekka trur på Gud, og jeg trur på Aud Brekka.»

Så uredd og opptatt av rettferdighet. Ditt hjerte for andre, for de som sliter, for de utsatte barna, for de ingen andre så. Du så dem. Alle var like mye verdt, og du var alltid på de svakestes lag. Dette ga Kongen deg fortjenstmedalje for. Hver gang fordømmelse kom, sa du «Det er så enkelt å si. Livet er ikke alltid så enkelt».

En stor menneskevenn. Og du var også dyrenes aller beste venn. Det vanket herregårdsmåltider både for firbente, de som kryper eller flyr, alt fra regnværssnegler, småfulger, katter, hunder eller en og annen grevling. Alle fikk mat av deg.

Du var så stolt av familien din, og også svigerbarna. Du syns virkelig at du hadde verdens flotteste og fineste familie. Det nevnte du veldig ofte. Du har vært en matriark, alle viktige avgjørelser og den reelle makten lå hos deg. Og løsningene lå også hos deg. Det finnes ingen grenser for hvor langt du kunne strekke deg for familien, særlig ved angrep utenfra. Du gjorde hva som helst for oss, uansett hva vi hadde gjort, og det er helt utrolig hva du har fått til. Du klarte det umulige, gang på gang. Det var alltid en løsning. Når vi hadde forsøkt alt, og gitt opp, ringte vi til deg.

Selv i dine vanskeligste tider i livet, med slag som må ha vært aller tyngst for deg, så trøstet du oss. Tapet av to barn på få år må ha vært uutholdelig, men du hadde styrken til å stå i det, alltid like sikker i din Gudstro. Du skulle møte dem igjen. For pappa var du alt, du må ha følt deg alene da han gikk bort. Men du skulle møte han igjen

Ingen kan fylle dine sko, gode og sterke mamma. Takk for alt du har gjort for oss. Du har vært alt, selve sjelen i Brekka-familien. Du etterlater et voldsomt tomrom. Men i himmelen, der er det fest! Og uendelig mye fin musikk.

Jeg kommer til å savne deg like mye hver dag så lenge jeg lever. Og snakke om deg og tenke på deg med stolthet og glede. Du er egentlig ikke så langt borte.

Fred og kjærlighet over ditt minne, gode og snille mamma.

Fra Gunborg

# Billy Graham

## Guds Ambassadør

Da Billy Graham var 92 år gammel slet han med Parkinsons sykdom. I januar, en måned før hans 93-årsdag, inviterte ledere i Charlotte, North Carolina, favorittsønnen Billy Graham til en lunsj til ære for ham.

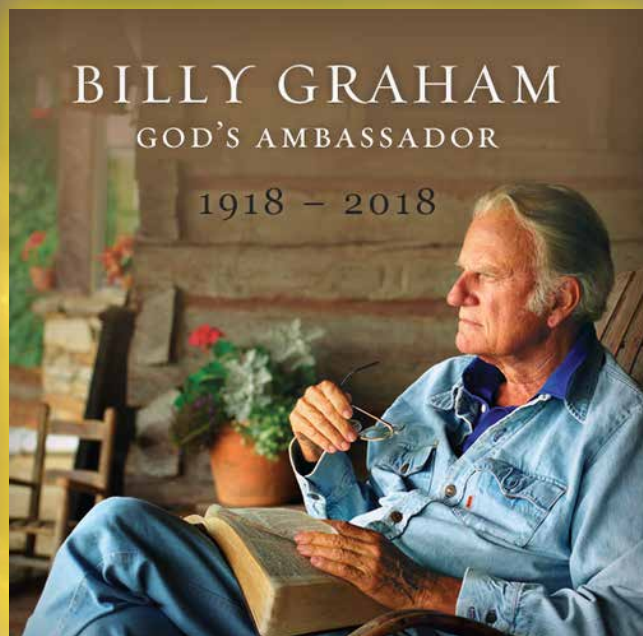
Billy nølte først med å akseptere invitasjonen på grunn av hans kamp med Parkinsons sykdom. Men Charlotte-lederne sa: 'Vi forventer ikke en stor adresse. Bare kom og la oss hedre deg. Så han gikk med på det.

Etter at fantastiske ting ble sagt om ham, gikk Dr. Graham til podiet, så på publikum og sa:

"Jeg minner i dag om Albert Einstein, den store fysikeren som denne måneden har blitt hedret av Time magazine som århundrets mann. Einstein reiste en gang fra Princeton på et tog, da konduktøren kom ned gangen og klippet billettene til hver passasjer. Da han kom til Einstein tok Einstein i vestlomma si. Han fant ikke billetten sin, så han tok i bukselommene sine.

Den var ikke der. Han så i kofferten sin, men kunne ikke finne den. Så kikket han i setet ved siden av seg. Han kunne fortsatt ikke finne den.

"Konduktøren sa: "Dr. Einstein, jeg vet hvem du er." Vi vet alle hvem du er. Jeg er sikker på at du kjøpte billett. Ikke tenk på det." Einstein nikket takknemlig. Konduktøren fortsatte nedover gangen og klippet billetter. Da han var klar til å gå til neste bil, snudde han seg og så den store fysikeren nede på hendene og knærne mens han så etter billetten sin under setet.



"Konduktøren skyndte seg tilbake og sa: 'Dr. Einstein, dr. Einstein, slapp av, jeg vet hvem du er; ikke noe problem. Du trenger ikke billett. Jeg er sikker på at du kjøpte en.' Einstein så på ham og sa: "Unge mann, jeg vet også hvem jeg er. Det jeg ikke vet er hvor jeg skal." Etter å ha sagt at Billy Graham fortsatte: "Ser du dressen jeg har på meg? Det er en splitter ny dress.

Barna mine, og barnebarna mine forteller meg at jeg har ikke passet så godt på meg selv på mine eldre dager. Jeg pleide å være litt mer pertentlig. Så gikk jeg ut og kjøpte ny dress til denne lunsjen og enda en anledning. Vet du hva den anledningen er? Dette er drakten jeg skal begraves i. Men når du hører at jeg er død, vil jeg ikke at du umiddelbart skal huske drakten jeg har på meg. Jeg vil at du skal huske dette:

"Jeg vet ikke bare hvem jeg er. Jeg vet også hvor jeg skal."

Sannheten er at vi alle er på et tog på vei mot evigheten. Mange er som Albert Einstein på det toget, de skal et sted men de vet ikke hvor de skal. Hvor skal dere? Er det himmelen eller er det helvete? Jesus sa: "Jeg er veien, sannheten og livet. Ingen kommer til Faderen unntatt gjennom meg." (Johannes 14:6) Jesus er den eneste veien til himmelen! Hvis du aldri har akseptert Jesus i livet ditt, be med meg ...

Kilde: FaceBook

**Kjære Jesus, kom inn i livet mitt. Tilgi meg mine synder. Fyll meg med din hellige ånd og din kjærlighet. Jeg tror du døde for mine synder og sto opp igjen slik at jeg kunne være i himmelen med deg for alltid en dag. Takk for at du gjorde meg til en del av familien din. I Jesu navn ber jeg ... 🙏 Amen 🙏**



# Andakten

Geir Styve, Sokneprest i Norheim menighet

Johannes 15,

**9 Som Far har elsket meg, har jeg elsket dere. Bli i min kjærlighet!**

**10 Hvis dere holder mine bud, blir dere i min kjærlighet, slik jeg har holdt min Fars bud og blir i hans kjærlighet.**

**11 Dette har jeg sagt dere for at min glede kan være i dere og deres glede kan bli fullkommen.**

**12 Og dette er mitt bud: Dere skal elske hverandre som jeg har elsket dere.**

## Elsker du dine medarbeidere?

Det fortelles om Moder Teresa at hun en gang var invitert til å tale på en konferanse for næringslivsledere. Det sier seg selv, at når en person som nærmest er et levende ikon står på plakaten, så er forventningene høye. De er skyhøye. Noen ganger har jeg selv opplevd å være til stede der en person som har en høy stjerne skal bidra. Da har jeg følt det på kroppen. Stemningen er nærmest elektrisk.

Nå ble det ingen lang tale på Moder Teresa. Talen må ha vært den korteste noensinne. Forundringen var stor da hun nøyde seg med å formidle en enkelt setning. Det gjorde hun i form at et spørsmål, og spørsmålet lød: *Elsker du dine medarbeidere?* Budskapet må ha sendt sjokkbølger over forsamlingen av drakt- og dressklede deltakere med et plettfritt og ulastelig ytre. Det korte men kraftfulle budskapet trengte gjennom striglede fasader og nådde til det innerste.

Og det ble husket. Alle som var til stede, kunne ganske sikkert gjengi hennes budskap ord for ord i sin helhet. Det skjer ikke etter mine prekeners!

Nå talte ikke Jesus spesielt til næringslivsledere. Han siktet videre. Han tenkte større. Han ville noe mer. Han en gang sa: *Dere skal elske hverandre som jeg har elsket dere.* Det var også et budskap som nådde inn. Det var et budskap som ble husket. Det var et budskap som ble formidlet videre og videre til stadig

nye. Budskapet han kom med fikk en formidabel langtidseffekt. Paulus skrev om det til sine venner i Roma. Da brukte han ordene: *Guds kjærlighet er utøst i våre hjerter.* Enda mer kjent er ordene han skrev til sine venner i Korint: *Størst av dem er kjærligheten.* Og Johannes som skrev ned disse ordene ble aldri ferdig med dem. Han skrev om dem i sine brev og det sies at han gjentok dem hver søndag i kirken.

Det ligger en voldsom kraft i kjærligheten. Vi kan ikke se den, men den er en kraft som er sterkere enn stål

og betong og varigere og mer verdifullt enn gull og diamanter. Kjærligheten gir oss nye krefter. Kjærligheten gir oss krefter vi ikke trodde vi hadde. Vi glemmer at det har blitt for tungt å løfte handleposene når et barnebarn strekker armene mot oss og vil bli løftet opp.

Nå kan vi føle på at kjærligheten kan kjennes noen nummer

for stor for oss. Måler vi oss mot en Moder Teresa eller Jesus selv, kan vi tynges av å ikke strekke til. Det blir liksom for store sko å fylle. Da må vi få med oss disse ordene fra Moder Teresa som også sa: *Ikke alle kan gjøre store ting. Men vi kan gjøre små ting med stor kjærlighet.*





## ***Du er høyt elsket!***

**“Jeg ber om at de alle må være ett, slik som Du, Far, er i Meg og Jeg i Deg, at også de må være ett i Oss, for at verden skal tro at Du har utsendt Meg. Og den herlighet som Du gav Meg, har Jeg gitt dem, så de skal være ett, slik som Vi er ett: Jeg i dem og Du i Meg, for at de kan bli gjort fullkomment til ett, og for at verden kan forstå at Du har utsendt Meg, og at Du har elsket dem, slik som Du har elsket Meg” ( Joh 17:21-23 ).**

Jesus sier til Faderen: “Du har elsket dem, slik som Du har elsket Meg” ( Joh.17:23 ).

Guds Ord lærer oss at Faderen elsket Sønnen og at de hadde et fullkomment fellesskap. Men det fantastiske er at den samme kjærligheten, som Faderen hadde til Jesus, har Han til deg! Når du har tatt imot Jesus, har du blitt et Guds barn ( Joh.1:12 ).

Og er du Guds barn, ja da er du enten en sønn eller datter av Gud. Jesus er Guds Sønn, men Gud har nå ikke bare en Sønn, men Han har fått mange sønner og døtre. Du har blitt en av dem!

“Og Jeg vil være Far for dere, og dere skal være Mine sønner og døtre, sier Herren, Den Allmektige”. ( 2. Kor.6:18 ).

Du er elsket av Faderen og Guds Ord sier at Han elsket oss mens vi ennå var syndere. Hvor mye mer nå når vi har kommet inn i familien og blitt Hans barn. Far i himmelen elsker deg like høyt som Han elsket Jesus

Jesus selv sier, “Du har elsket dem, slik som Du har elsket Meg” ( Joh.17:23 ).

Du er elsket av Faderen og Han ønsker å ha det samme fellesskapet med deg, som Han hadde med sin Sønn Jesus Kristus. Det finnes ingen ting, som kan skille deg fra Guds kjærlighet, uansett hvilke omstendigheter du møter på i livet ( Se Rom.8:35-39 ).

Som foreldre elsker vi jo ikke barna våre på grunnlag av hvor vidt de lykkes eller mislykkes i livet, men fordi de er våre barn. Hvor mye mer elsker da ikke Gud Sine barn. Hans kjærlighet er konstant.

Og når du får se at du er elsket betingelsesløst av Faderen, så vil det gi deg en solid grunnvoll, som vil produsere trygghet og frimodighet i ditt kristne liv. Du vil alltid vite at Gud er for deg i alle livets situasjoner og det vil gjøre deg til en overvinner!

Du er elsket, rettferdiggjort, akseptert og godtatt av din Far i himmelen i Kristus Jesus. Han elsker alle Sine barn like høyt. Og Han elsker deg like høyt som Han elsket Jesus.

Skulle du tvile på hvor mye du er verd, så se på korset. Se den pris Jesus måtte betale for å frelse deg og få deg tilbake til fellesskapet med Faderen. Ønsker deg en velsignet dag!( Trosføde & Daglige Andakter )

*Kilde: [www.follow-jesus.blog](http://www.follow-jesus.blog)*

**Politiet bekymret etter ny funksjon på Snapchat:**

# – Snakk med barna



*KAN MISBRUKES: Både politiet og datatilsynet frykter Snapchats nye funksjon kan misbrukes av kriminelle. FOTO: NTB*

**Den nye Snapchat-funksjonen gjør at venner kan se hverandres bevegelser gjennom siste døgn. Politiet ser på funksjonen som problematisk.**

**Karoline Elgesem**

**SAMFUNN:** Samtidig som det sosiale mediet Snapchat har tatt over tronen som mest brukte sosiale medium blant ungdom, har appen introdusert en ny funksjon som lar deg se dine venners bevegelser de siste 24 timene. For å få tilgang til funksjonaliteten må man kjøpe et abonnement på Snapchat Plus.

## – Mer overvåking

Ifølge digital rådgiver i Datatilsynet, Trine Smedbold, er noe av det mest problematiske med den nye funksjonen at man ikke vet hvem som følger med.

– Man kan velge hvem man vil dele kartposisjonen med på Snapchat, men man får ikke beskjed om hvem som har skaffet seg et pluss-abonnement. Og det kan skape en usikkerhet om hvem det er som følger med, sier Smedbold til Barnevakten.no.

Hun mener funksjonen kan føre til mer overvåking og gi såkalte venner en innsikt over dine bevegelser i løpet av et døgn som kan være uheldig.

– På den måten får andre innsikt i hvor man bor, hvor man går på skole og hvilken vei man går for å komme dit. Det sier noe om hvilke vaner man har, hvilke steder man pleier å besøke og mer. Det er tross alt ganske inngripende i en persons privatliv, sier Smedbold.

## – Problematiske

Jostein Dammyr, politioverbetjent i nettpatruljen i Øst politidistrikt, ser mange problematiske sider med den nye funksjonen.

– Snapmap er jo allerede problematisk. Veldig mange barn og unge kan være litt ukritiske til hvem de legger til som venn på Snapchat. Hvis disse personene ikke vil barnet vel og kan se hvor de kan møte på dette barnet i det daglige, er det problematisk.

– En annen ting er jo privatlivet til ungdommer og folk generelt. Jeg tror jo ikke nødvendigvis alle er klar over at de har den funksjonen på. Dette er informasjon de deler med andre kanskje uten å være klar over det. Jeg ser for meg at det kan bli en helt ny verden av problematikk.

## – Snakk med barna!

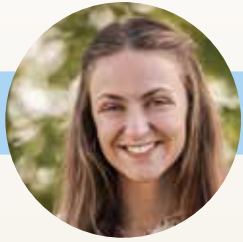
Foreløpig har ikke nettpatruljen noen plan for hva de skal gjøre med den nye funksjonaliteten, men de har en klar oppfordring til foreldre:

– De må snakke med barna sine om denne løsningen så de kan ta et aktivt valg rundt om de skal ha funksjonen påskrudd eller ikke.

– Funksjonen er jo ikke straffbar i seg selv, men ser vi at dette blir brukt på uheldig måte til noe straffbart er det mer aktuelt for oss å gå ut og advare.

Politiet kommer til å sette seg inn i funksjonen og vurdere om de vil gå ut med informasjon.

*Kilde: Romerikets Blad*



## Leder DHB Ung

ESTER MJØS ENES

Dette året har igjen vist oss at det å drive rusforebyggende arbeid er både viktig og gøy! Å drive rusforebyggende arbeid handler om å gi barn og ungdom et alternativ, og nettopp dette fikk jeg være med å se under Øygaardssong i september. Øygaardssong er et arrangement for alle aldre og der deler av helgen er satt av spesielt for barn og ungdommer. Blant annet var det konsert med Lisa Børud på fredagskvelden og det var virkelig en fest!

Jeg ønsker å berømme frivillige aktører og menigheter som gang på gang jobber med å inkludere barn og ungdom ved å lage fellesskap og alternativer for dem. Dette er en del av nøkkelen til rusforebyggende arbeid og har stor betydning.

Det å stå på stand for DHB Ung gir mulighet for gode samtaler og det viser at vi fortsatt er en organisasjon med betydning. Dette er arbeid DHB Ung kommer til å fortsette å jobbe med i året som kommer.

DHB Ung ønsker alle en velsignet julehøytid og ønsker å minne alle på at julen kan være en vanskelig tid for mange, også for barn og ungdom. Ta dette med dere inn i julen og vær oppmerksomme på om det er noen som trenger dere litt ekstra i denne tiden.

Vi ser frem til et nytt år og ønsker dere alt godt!

Øygaardssong  
PRESENTERER

LISA BØRUD  
MED BAND

HJELTEFJORDEN ARENA | FRE 16 SEP | 22:00

KONSERTBILETT 250,- VIA CHECKIN.NO

BIT.LV/OYGARDSSONG @OYGARDSSONG

*"Good friends are like stars.  
You don't always see them,  
But you know they're always there."*

- Unknown

**VÆR EN DEL  
AV ET  
POSITIVT  
MILJØ**

**Vær sosial men rusfri!**



Våg å si nei!

Velg rett!

Gode vaner,  
venner og valg!

# Barnesider fra 6-12 År



**RUSFRI**  
**DHB** **UNG**  
**VERDEN**  
Lever rusfritt fordi vi vil!



**God Jul og Godt Nytt År**

## Hei!

Ønsker deg en koselig jul sammen med familien, og alt godt for det nye året. Takk for at du leser bladet til Det Hvite Bånd. Vi elsker alle barn og ønsker deres beste. Rus er farlig så vær smart og ikke start. Vi vil også hjelpe deg til å stå imot press fra andre. Håper du liker de mange aktivitetene i dette nummeret.

En julekrybbe hjelper oss å huske at **JUL ER JESUS**, han er bursdagsbarnet og hovedpersonen.

♥ Juleklem fra tante M





# Lussekatter

## Ingredienser for 20 Lussekatter:

150 g TINE® Meierismør  
5 dl TINE® Helmelk 3,5 % fett  
50 g gjær  
1 g safran (evt. 1/2 ts gurkemeie)  
150 g sukker  
½ ts salt  
2 ts kardemomme  
13 dl hvetemel (ca.)

## Pensling og pynt:

1 stk sammenvispet egg  
1 dl rosiner



## Slik gjør du det:

**1**  
Smelt smør og tilsett melk. Ha i safran og sett til side. Smuldre gjær i en bakebolle og rør ut i litt av den lunkne melkeblanding. Bland i resten av væsken.

### Tips

Safran kan erstattes med gurkemeie for fargens skyld. Bruk gjerne begge deler slik at lussekattene blir ekstra gule og fine. For smakens skyld er et godt tips å tilsette litt kardemomme også.

### 2

Rør i mel, kardemomme, salt og sukker. Bruk en kjøkkenmaskin med eltekrok om du har det. La deigen heve under et klede eller plast på et lunt sted til den er dobbel størrelse, ca. 30 minutter.

### Tips

Ha eventuelt i mer mel til deigen er passe fast og slipper bollen.

### 3

Strø litt mel på bordet, elt deigen godt. Del deigen i biter og trill dem til lange fingertykke pølser. Del i ca. 20 biter. Form ulike lussekatter, bare fantasien setter grenser.

### 4

Legg de ferdig formede lussekattene på stekeplate med bakepapir, og la dem heve under et klede eller plast på et lunt sted i minst 15 minutter. Sett stekeovnen på 250 °C.

### 5

Pensle lussekatter med sammenvispet egg og pynt med rosiner. Stek midt i ovnen i 5 - 8 minutter til de blir gygne. La dem avkjøles litt på rist før servering. De smaker aller best litt lunkne.

### Tips

Bruk litt ekstra mel om deigen er for seig.

Hjelp nissen å komme fram til juletreet.



## Finn 10 feil

**HAPPY  
BIRTHDAY  
TO YOU!**

—WISHING YOU LOTS OF LOVE AND HAPPINESS—

Januar - februar - mars



**Hei Mitt navn er  
Rusfri Rev**

Jeg sier «nei» til alt som er skadelig for meg.

Når noen vil at du skal prøve ting som du er redd for, bare si «NEI» som meg.

Det er godt å ha voksne rundt seg til å snakke med om alt.

VI SNAKKES!  
Hilsen Rusfri Rev



Illustrasjon av Pål Einar Lundstrøm



# Du er verdifull Si nei til rus!



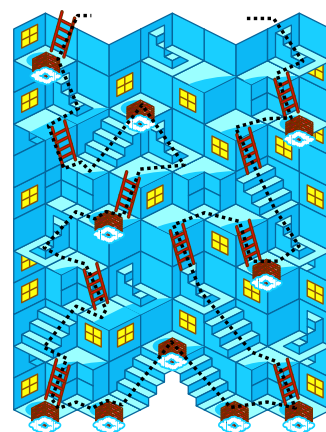
## TASK:

Help Santa deliver presents through the chimneys (don't miss any!).

Use stairs, ladders, and, for the Santa's safeness, don't let him jump or climb up the walls!



## ANSWER (rotated):



RUSFRI  
**DHB** UNG  
VERDEN

UNGDOM OVER 13 ÅR

**Lever rusfritt fordi vi vil!**

THERE IS FREEDOM & POWER IN CHOOSING TO LIVE DRUG FREE



## Virgin Mohito

**Ingredienser**  
0,5 lime, saften av , i båter  
0,5 ts brunt sukker  
3 frisk mynte  
isbiter  
sprite  
Slik gjør du

**1**  
Ha presset limejuice, brunt sukker og frisk mynte i et glass. Klem myntebladene litt i hånden for å få frem aromaen, og ha gjerne med stilkene på mynten, disse inneholder mye smak.

**2**  
Fyll opp med isbiter og Sprite. Rør en runde og server.





Samson Andreas Olsen

# Hvordan kan jeg tjene Gud?

**Gud vil meg godt- Han er der for meg når jeg trenger han. Ofte føler jeg at han gir meg så mye, men at jeg ikke gir noe igjen. Jeg synes det er viktig, men vanskelig, å vite hvordan jeg skal tjene Gud. Hva vil det egentlig si å tjene Gud? Heldigvis har jeg noen skikkelig gode venner som jeg har kunnet snakke med. Av og til diskuterer vi hva vi kan gjøre for å få en sterkere tro og misjonere ut til andre.**

For meg har essensen alltid handlet om å skape et forhold med Gud. Jeg liker å spørre Han om hjelp, men selv når jeg har det bra har det vært viktig for meg å kommunisere på en daglig basis. Det personlige forholdet mitt med Gud hjelper meg å tjene Han gjennom tanker og handlinger. Bønn lar troen min vise vei samtidig som jeg lærer å fokusere på hva som skjer i livet. Jeg ber om veiledning, fred og andre ting jeg har på hjertet. Før følte jeg at bønn var en flukt fra problemer, men etter tid har jeg forstått at det er en måte å få satt søkelys på min egen realitet.

En annen ting kompisen min og jeg diskuterte var Bibelen. Ingen av oss føler at vi leser nok i Bibelen, men det er viktig å bli kjent med den. Lesing av Bibelen er å tjene Gud, men bibelhistorier gir til og med tips på hvordan å tjene Gud ytterligere. Jeg tenker på hvordan

det reflekterer til mitt eget liv og etter hvert blir jeg bedre og bedre på å forstå hva tekstene prøver å si.

En siste ting som jeg har funnet svært hyggelig er å be med andre. Jeg spiller volleyball og tilbringer veldig mye tid med et lag på 16 stykk. Dag inn og dag ut trener vi og prøver å heve vårt sportslige nivå. Om helgene spiller vi kamper, og som et ritual ber vi sammen i garderoben før hver kamp. Jeg har ikke opplevd dette på tidligere lag jeg har vært del av, men det har vært utrolig givende. Ikke alle på laget er kristne. Vi går kjemper samme kamp og folk har det tungt med egne ting i ny og ne. Derfor har det vært så flott å kunne be med dem og for dem. Selv de som ikke er kristne har de satt stor pris på at noen bryr seg om dem på denne måten. En bønn går lang vei, både for de som tror og de som er usikker.



# *One pair of hands*

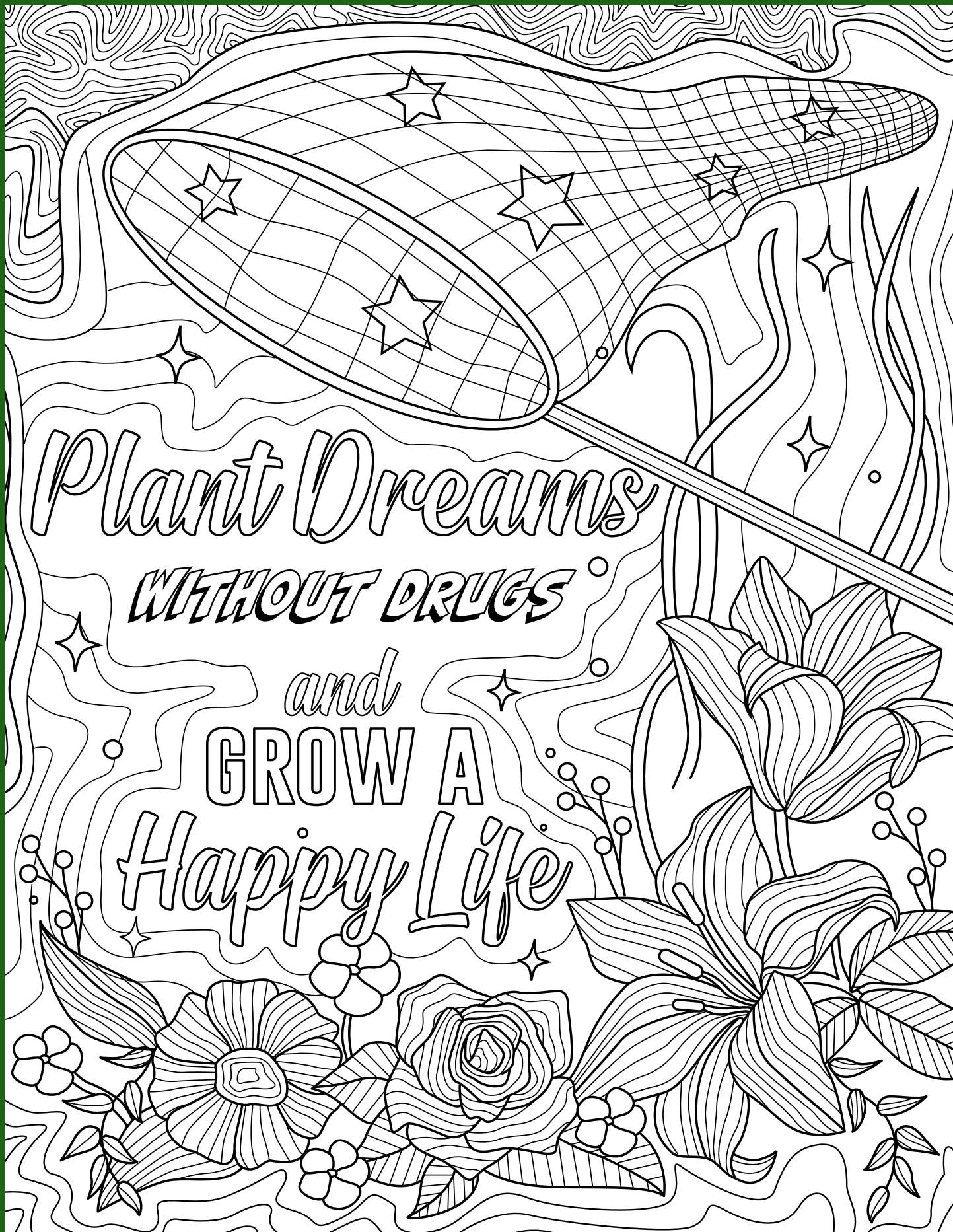
One pair of hands formed the mountains  
 One pair of hands formed the sea  
 One pair of hands made  
 the sun and the moon  
 Every bird every flower every tree  
 One pair of hands formed the valleys  
 The ocean the rivers and the sand  
 Those hands are so strong  
 so when life goes wrong  
 Put your faith into one pair of hands  
 ....

One pair of hands healed the sick  
 One pair of hands raised the dead  
 One pair of hands  
 calmed the raging storm  
 And thousands of people were fed  
 One pair of hands said I love you  
 And those hands were nailed to a tree  
 Those hands are so strong  
 so when life goes wrong  
 Put your faith into one pair of hands  
 ....

Those hands are so strong  
 so when life goes wrong  
 Put your faith into one pair of hands  
 Put your faith into one pair of hands

*Carroll Roberson*





**Ikke la rus ødelegge livet ditt.  
Du er verdifull** ❤️





# En samtale tuftet på nysgjerrighet

En kveld jeg og noen venner satt rundt høstbålet begynte vi å snakke om tro. Eller, vi snakket ikke direkte om tro, men om hvorfor vi aldri snakker om tro. Blant oss var vi to kristne og to ateister. Vi hadde kjent hverandre en stund, men nesten aldri snakket om troen vår eller livssynet vårt. Hverandres livssyn visste vi om, men hadde aldri snakket videre om det. Vi spurte hverandre om hvorfor vi ikke hadde gjort det?

Først formidlet jeg at jeg som kristen kanskje vegrer meg for å utbrodere om troen min i tilfelle noen skal føle at jeg prakter det på dem eller prøver å overtale dem om noe. Den andre kristne rundt bålet nevnte at hun var enig, men at hun gjerne kunne snakke om troen sin hvis folk spurte om den. Videre innrømmet hun at hun synes det er litt rart at ikke flere spør om troen hennes. «Syns ikke dere det er rart at vi tror? Lurer ikke dere på hvorfor vi gjør det? Hvorfor er det ingen som spør om troen min?!»

De som ikke var kristne rundt bålet fortalte at de gjerne kunne være nysgjerrige på troende og hva de tenker, men at de ofte var redd for å støte noen. De fryktet at fordømmene deres skulle bli avslørt eller at de skulle pirke borti noe som føltes for privat. Men de hevdet at de gjerne ville vite mer om det.

Vi kristne nevnte også at vi er nysgjerrig på hvorfor troende ikke tror og hvilke tanker de har gjort seg opp rundt temaer som meningen med livet, livet etter døden og Guds eksistens. Alle rundt bålet bestemte seg dermed for å ha en samtale om dette, der vi fikk lov å spørre om det vi ville, og vi understrekte at det skulle være en samtale tuftet på nysgjerrighet, og ikke nødvendigvis en ny episode av debatten på Dagsnytt 18 der man går i angrep på hverandre.

Det ble en fin samtale. Det var spennende og utfordrende å snakke med noen som var uenig med meg på disse områdene. Jeg har snakket mye om troen min med andre kristne, men ikke særlig med noen som har helt andre grunnlag for livssyn. Det var lærerikt å høre hvordan de tenkte om de samme tingene. Vi oppdaget at selv om tro kan føles veldig personlig så kunne det være fint å snakke om det og dele om det likevel. I samfunnet vårt er det muligens blitt vanlig å holde seg sammen med de man er mest enig i, eller unngå å snakke om temaer som kan skape uenighet. Jeg opplever at dette kan bli et ekkokammer som gjør at man glemmer at det fins andre som tenker annerledes enn seg selv. Samtalen vår ble en inngang til ny innsikt og forståelse, i tillegg til ny toleranse for noen som tenker ulikt som oss. Jeg håper jeg kan få lov til å ha flere slike samtaler og utvide forståelseshorisonten min enda mer i tiden som kommer.



# Fakta om Marijuana



tenåringar.

### Intens kvalme og oppkast.

Når folk bruker marijuana regelmessig over lang tid, risikerer dei å utvikle Cannabinoid hypertemesis syndrom. Det vil seia kvalme og oppkast som tek seg opp att og det kan og føre til dehydrering og bruk for akutt legehjelp.

### Rapporter om dødsfall i samanheng med vaping.

Mat og medisinadministrasjonen har gjort publikum merksam på hundrevis av rapportar om alvorleg sjukdom i lungene etter vaping. Det er ein ny trend der ein tek inn narkotika ved å inhalere det gjennom ei slags pipe. Dette inkluderer også ein god del dødsfall. Dei samarbeider med sjukdomskontroll og førebyggjning, (CDC) for å undersøkje årsaken til desse sjukdomane. Mange av dei mistenkte produkta som er testa i dei ulike statane eller av føderale helsefolk i USA, er identifisert som vapingprodukt. Desse inneheld THC, ein av hovedingrediensane i marijuana. Somme av pasientane sa at dei hadde brukt ein mix av THC og nikotin, og somme sa at dei berre hadde brukt nikotin i vapingsituasjonar. Ingen av rapportane inneheld berre ein substans, og det er uklart om sjukdomstilfella har samanheng med berre ein komponent. Før fleire detaljer er kjent, vil føderale helsemyndigheter åtvare mot all bruk av vaping. Dette gjeld produkt som blir kjøpt på gata og dei åtvarer mot å forandre på produkt dei har kjøpt i butikk. Dei ber også publikum og helsepersonell om å rapportere alle skadelege effektar som måtte dukke opp.

Helsemyndighetene har også lagt fram ei informasjonside som brukerar kan ha nytte av.

### Mentale verknader.

Langtidsbruk av marijuana kan føre til mental sjukdom hos somme menneske, det inkluderer:

- *Forbigående hallusinasjonar Forbigående paranoia*
- *Forverring av symptom hos schizofrene pasientar, ein alvorleg menta sjukdom med symptom som hallisunasjonar, paranoia og tankar på videvanke.*
- *Marijuanabruk kan også sjåast i samanheng med andre mentale problem. Mellom desse er depresjon, angst og sjølvordstankar hos*

### Har det nokon innverknad å inhalere dette som passiv ? Kan det bli tatt feil i ein narkotikatest?

Sjølv om ein mogele vis kan bli tatt i ein test om ein har inhalert luft med narkotika i, så er det usannsynleg. Studier syner at veldig lite THC vert frigjort i lufta når ein person bles ut lufta etter å ha inhalert marijuana. Undersøkjingar syner at om ikkje folk er i eit tett, lite rom og pustar inn røykjeluft i timevis passivt , kan dei ikkje bli tatt for narkotikabruk. Sjølv om litt THC blir funne i blodet, er det ikkje nok til at testen går imot deg.

### Kan du bli «høg av passiv påverknad?

På same måte er det usannsynleg at passiv marijuanarøyking vil gi andre i rommet ein rus. Studier har synt at folk som ikkje bruker marijuana, berre rapporterer milde symotom sjølv om dei har vore i rom med brukerar i timevis.

### Andre helseeffektar?

Meir forskning må til for å finne ut om passiv marijuanarøyking har same effektar om passiv nikotinrøyking. Ein nyleg studie av rotter indikerer at passiv marijuanarøyking har same effekt på hjarta og blodårer som passiv tobakksrøyking har. Men det er ikkje til fulle prova at det same gjeld for menneske. Det dei veit at gift og tjære funne i marijuanarøyk kan skade sårbare menneske som barn og folk med astma.

### Kva slags innverknad har marijuana på eit menneske?

Samanlikna med dei som ikkje bruker det, rapporterer dei som bruker det ofte og mykje dette:

- *Mindre livsglede.*
- *Dårlegare mental helse.*
- *Dårlegare fysisk helse*
- *Fleire mellommenneskelege problem*

Folk fortel og om mindre suksess akademisk og karrieremessig. Til dømes kan marijuanabruk vera samanfaland med dropp ut av skulen. Det er og ofte samanfalande med fråvær frå jobb, med ulykker og skader.

## Julehelsing

Ikkje før er sommaren over og hausten gjer sitt inntog , så byrjar vi å tenkje på jula. I den eine enden av året har vi sommaren med sin venleik og si glede. I den andre enden er det jula vi gler oss til. Då er det lys og varme inne sjølv om utetemperaturen kan vera temmeleg kald.

Det som varmer oss i jula er den kjærleiken som Gud syner oss med at han sende Son sin hit til oss. Det er eit utruleg grep Guddommen tok for å redde oss frå synd og undergang. Eit lite barn i ein fattig stall. Det er oss varmt og nært og kjær. Best blir jula om vi feirer den i edru tilstand både for vaksne og ikkje minst for barn. Rettig god jul og eit velsigna nytt år



*Denne historien minner oss om at ikke alle har like enkle dager, heller ikke i julen. Ønsker at det kan få oss til å løfte blikket og se om det er noen som trenger en oppmuntring i vårt nærmiljø. Det skal ikke alltid så mye til og kjærlighet og omsorg koster ingen ting å dele. Det er også tid for meg å ønske dere alle en velsignet julehøytid og alt godt for det nye året.*

*Helsing Helga*

### En liten julehistorie...

Utenfor kjøpesenteret sto en liten gutt, han var pent kledd, men øynene var veldig triste. Folk løp inn og ut av forskjellige butikker og kjøpte julegaver. Varm luft møtte kald luft, gutten frøs, ansiktet hans var blekt, han turte ikke gå innenfor.

Han sto der og sang «Deilig er jorden, herlig er Guds himmel». Han var en fattig gutt, moren hans hadde ikke jobb, og faren var alkoholiker. Han sto der for å samle inn penger til mat og gaver til familien. Capsen hans lå foran ham, den var full av skinnende mynter og sedler.

Hans barnslige stemme gikk rett til hjertet mitt. Han bøyd seg ned for å plukke pengene, folk var snille og ga mye i juletider. Han så på meg, jeg smilte og jeg blunket til ham. Du vet; «Et smil koster ingenting, og det kan åpne hjerter og en hel verden».

Jeg hadde kjøpt mye mat, for vi skulle ha hele familien på middag 3. juledag. Jeg ga ham 4 poser med mat, og litt penger. Jeg har aldri følt meg så rik i hele mitt liv. Fattige mennesker finner du over hele verden.

Du kan gjøre dagene deres litt bedre. Det trenger ikke å koste så mye, bare et smil og noen fine ord. «Livet gir deg alltid en ny sjanse, det heter i morgen».

Janes foreldre hadde en god venninne, hun er 82 og lever i dag. Hun har et godt hjerte for å hjelpe og trøste andre, hun har selv hatt sine problemer, men hun går rundt på sykehjem og snakker med ensomme syke mennesker.

I år er det 35 året hun er alene Julaften, men hun koser seg sammen med sine katter. «Jeg er aldri ensom Knut, jeg har jo Jesus», også smiler hun fornøyd.

Hun har ikke mange penger, men klager ikke. Noen der oppe i himmelen har visket meg noe i øret:»Knut, gi henne noen penger, det vil glede både henne og deg». Gud er god, hver gang har mine gaver kommet i rett tid, ikke tilfeldig, Han glemmer aldri sine.

Hver ganger jeg sender henne penger får jeg masse takk tilbake, med hjerter og smil. Hun heter en sann Herrens Disippel, hun kaller meg lillebror.

Det har jeg fått erfare gjennom livet, spesielt i Julen. Det å gi, gir meg mye mer glede enn å få. Det er ikke noe galt i det å få gaver, det bringer også glede.

Lykke kan nok ikke måles i penger, det er ditt Hjertespråk som teller.

Det er mellom 50 og 70 tusen mennesker i Oslo som sitter alene Julaften, vi er heldige som har hverandre.





## **Avdeling Famile**

BRITA NILSSEN

# **Hva gir vi videre?**

De valg vi tar i livet er viktige, ikke bare for oss selv, men også for de personer vi har nære relasjoner med. Konsekvensen av våre valg får følger for oss som tar valget, men og for våre etterkommere.

Vi som er den eldre generasjon, vil så gjerne gi videre av våre erfaringer, videreføre tradisjoner og skikker. Vi ønsker å fortelle om gode vaner og gode holdninger, til beste for dem selv og for et bedre samfunn.

Misbruk av alkohol og rusmidler, er ikke en tradisjon verdig å videreføres.

### **DEN LOVLIGE GIFTEN**

I bladet ASFALT, no 5, skriver Harald Birkevold om alkohol.

**”Den eneste grunnen til at alkohol er lovlig å omsette, er kultur. Alkoholen har vært med oss i mer enn 1000 år, kanskje enda lenger. Hadde noen oppdaget fremstilling av alkohol i dag, ville det aldri i verden blitt lovlig å verken fremstille eller selge det. Til det er alkohol altfor farlig. Fulle folk er farlige, for seg selv og for andre. Dette er noe alle vet.”** Videre skriver han til slutt; **”Jeg gjentar; hadde ikke alkoholen vært med oss så lenge, ville den aldri i verden vært tillatt. Løftet til meg selv er litt flere hvite dager. Ganske mange flere.”**

Det går mot jul og juleforberedelser i både bygd og by. Dessverre er ”den lovlige giften” med på de fleste handlelister i ganske så mange husstander i vårt lille land. Det er jo kultur og det er tradisjon i familien med alkohol konsum i julefeiringen. Slik tenker og sier de fleste. Men det skal ikke mange glass alkohol til før barna registrerer forandret adferd hos sine foreldre. For noen år tilbake skrev en ung jente om engstelse og uro for alkoholen som ødela julen for henne. Hun grudde seg til jul. Vi har oppfordret til hvite dager i julen tidligere, og vil gjøre det igjen.

En far eller mor som drikker og er blitt avhengig av alkohol, ødelegger sitt eget liv, sin helse og sitt sosiale liv. Men barna i en slik familie blir også ødelagt og utsatt for vold, skam, angst og uro. De blir stigmatisert både i skolemiljø og i venneflokken.

**Vi oppfordrer til ”Hvite dager” slik at både store og små får en GOD julefeiring med Jesus i sentrum.**

*Hilsen Brita Nilssen*

## **Det Hvite Bånd støtter «Hvit jul» kampanjen**



Hvit jul er en kampanje som drives i samarbeid mellom Juba, Juvente og IOGT i Norge. Hvite dager er et mye brukt begrep for alkoholfrie dager. Det er derfor vi snakker om en Hvit jul. Kampanjens mål er å få flere voksne til å drikke

alkoholfritt i julen, slik at flere barn og unge får feire jul med trygge og nærværende voksne.

**Skriv under på at du ikke vil drikke alkohol når du er sammen med barn i julehelgen.**



# Kva vil du eg skal gjera for deg?

I Bibelen kan me lesa om ulike mennesker som møtte Jesus og vart stillt spørsmålet «kva vil du eg skal gjera for deg?» Jesus visste nok kva svar han kom til å få, men ville likevel at dei sjølv skulle setja ord på behova sine.

25 år tilbake i tid vart eg sjølv stillt overfor dette spørsmålet. På den tid var eg i ein tung livsfase og ved eit vegskilje der eg av ulike grunnar reflekterte meir og meir over meininga med livet.

Ei regntung kveldsstund, utforbi huset vårt, ropa eg til Gud. «Om du finnes må du visa deg for meg!» Det var fortvilninga og tomheten som dreiv meg.

Lite visste eg at svaret skulle koma ei tidleg morgonstund ikkje så lenge etter. Det ringde forsiktig på døra vår. Ei for meg ukjend dame stod utanfor då eg opna opp. Det viste seg at ho var nyinnflytta i nabolaget vårt. Eg kunne tydeleg sjå at det som låg ho på hjarta kosta henne mykje å bæra fram, tilbakehalden som ho var av natur.

«Eg kjem i eit spesielt ærend,» innleia ho samtalen sin med. Det er nemleg Gud som har sendt meg opp til deg.

Gjennom bønestundene sine den siste tida viste det seg at ho fleire gonger var vorte minna om å oppsøkja meg. Oppdraget hennar var å spørja meg frå Jesus om det var noko han kunne gjera for meg?

Der og då var eg mållaus. Kunne dette besøket vera tilfeldig? Svaret eg kom fram til var nei. Dette var ikkje tilfeldig.

Be så skal du få ,står det i Bibelen. Gud svarar på våre bønner og rop.

For meg vart dette inngangen til frelsa. Lat dette vera ei påminning om at Gud høyrer bøn. Ver frimodig om du vert minna om å oppsøkja mennesker.

Det finnes mange rundt oss som går med det same



ropet som eg hadde i hjarta mitt. Du og eg kan vera sendebudet Gud ynskjer å bruka.

Advent og julehøgtida er gjerne den tida på året der mennesker er mest opne og lettast å nå med evangeliet og den gode samtalen. Kanskje er det tida vår mennesker har mest behov for, og ynskjer seg aller mest. Mennesker er ei gåve til andre. Ved å tilbringa tid med våre medmennesker føler dei seg sett og betydningsfulle.

«Den største glede me kan ha, er å gjera andre glad.» Den fullkomne gleda finn me i Jesus Kristus. Berre han kan tilfredsstilla lengten og behova som er lagt ned i hjarta våre. Be Herren visa deg kven som treng ei oppmuntring. Ditt besøk eller møtepunkt kan vera avgjerande for vegen vidare for personen du oppsøker.

Me har så lett for å pakka Jesus inn i staden for ut. Tenk at der me set vår foten, der er Jesus. Han bur i hjarta våre. Våg å ta ordet Jesus i din munn. Mennesker i alle samfunnslag lengtar og treng frelse, dei veit det berre ikkje enno. Bøn vil alltid opna opp dører for å nå mennesker for Jesus.

Innfor Gud er me alle like. Det er lett å leggja merke til dei av oss som slit mest med liva sine, smerten og byrdene kan ofte lesast i andleta deira. Gje eit smil og eit venleghand blick, strekk ut ei hjelpande hand.

«Kva vil du eg skal gjer for deg ?» spør Jesus. Det er det største og viktigaste spørsmålet å stilla.

Lat det ikkje vera ugjort! Berre JESUS kan setja mennesker fri og gje dei del i det evige livet. Frelsa er den største av alle gåver.

God og fredfull julehøgtid.



## Husk 12 bønner!

Det er alltid noen som ber rundt hele verden



# Ingen ting kan skille oss fra Guds kjærlighet

Teksten er hentet fra Romerbrevet 8: 35 og ut kapittelet. «Hvem kan skille oss fra Kristi kjærlighet? Nåde, angst, forfølgelse, sult, nakenhet, fare eller sverd? For jeg er viss på at verken død eller liv, verken det som nå er eller det som kommer, eller noen makt, verken det som er i det høye eller dype, eller noen annen skapning, skal kunne skille oss fra Guds kjærlighet i Kristus Jesus, vår Herre.» Jeg hoppet over noen linjer der det skrives om oss som slaktesauer. Heldigvis står det i vers 37 at vi vinner mer enn seier ved Ham som elsker oss.

Når jeg leste dette for et par uker siden, så fikk jeg et bilde på at kjærligheten er nærmere oss enn noe annet. Noen ganger kan det kjennes ut som angsten tar helt overhånd og den kan bli overveldig. Likevel kommer angsten utenpå kjærligheten. Det står jo at angsten ikke kan skille oss fra Guds kjærlighet. Hvis den lå mellom kjærligheten og oss, så ville den jo skille oss fra kjærligheten. Jeg håper du kan se dette for deg. Dette gjelder jo også alle andre problem som er nevnt i det 8.kapittel. Det står ikke at de ikke eksisterer, men de skiller oss ikke fra Guds kjærlighet. Jeg tror dette også er et poeng. En del kristne er så opptatt av å bekjenne positivt så de nekter for virkeligheten. Jeg har møtt mennesker som tydelig er lei seg, men når jeg spør om hvordan de har det, så får jeg til svar: «Det er seier, det er alltid seier, halleluja.» De sier dette med et stort smil og skjuler tårene til de kommer hjem for seg selv. Romerbrevet 8 beskriver mange ulike problem, men poengterer at de ikke kan skille oss fra Guds kjærlighet.

Gud elsker oss alltid og det er ikke avhengig av omstendigheter.

Når Adam og Eva måtte forlate Paradiset, så fikk djevelen makt over jorden. Derfor lever vi i en verden med mange problem og det virker som om det blir verre istedenfor bedre. Vi kristne tilhører et annet rike, Guds rike og vi vil at det skal gjennomsyre både oss og vår omverden. mer og mer. Vi er Guds barn og Bibelen er full av løfter for Sine barn. Gud elsker oss så høyt at Han sendte Sin egen Sønn slik at ingen behøver å gå fortaapt, men ha evig liv. Jeg skriver behøver da det er et fritt valg. Gud tvinger ingen til å ta imot Jesus som sin Frelser. Gud ofret Sin Sønn. Jesus ofret Sitt liv. Han var villig til å gå i døden for at du og jeg skulle leve, leve evig. Jesus betalte prisen for alle mine og dine synder.

Når vi forstår at vi trenger en Frelser, så kan vi ta imot Ham og vi blir født på ny. Vi får en ånd som er full av Herren. Med andre ord, perfekt. Jeg anbefaler deg å identifisere deg mer og mer med din ånd og ikke det som plager deg i sjelen.

Jeg vil at du leser Matteus 22: 34-40. Jeg har som

overskrift: «De to store bud.» Det står ikke de ti, men to. Det første er: «Du skal elske Herren din Gud av hele ditt hjerte og av all din sjel og av all din forstand.» Det andre er: «Du skal elske din neste som deg selv.» I og med at Han har elsket oss først, så kan vi bruke Hans kjærlighet til å elske både Herren, oss selv og andre. Det å elske oss selv er ikke noe egoistisk, men nødvendig for at vi skal elske andre. Hvis vi ikke elsker oss selv, så tar vi ikke imot Guds kjærlighet til oss.

Det står i salme 23 at bare godhet og miskunnhet skal etter jage oss, men vi må jo stanse slik at vi kan ta imot den. Herren lengter etter å velsigne oss og vi trenger å få større åpenbaring om Hans godhet. Tar du imot Hans kjærlighet?

Hvis svaret ditt er nei, så spør jeg om hvorfor. Kanskje har det å gjøre med forkastelse fra barndommen. Du synes kanskje det er vanskelig å tro på at du er elsket og elsket helt ubetinget. Du ser kanskje på dine egne feil og det du ikke har fått til og tenker at jeg fortjener vel ikke å bli elsket. Nei, ingen av oss fortjener Guds kjærlighet, men vi får den av ren og skjær nåde. Kanskje har du blitt såret og har gjemt deg inne bak noen beskyttelses murer. Du vil ikke bli såret igjen. Jeg kan forsikre deg om at Gud kommer aldri til å såre deg.

Mennesker kan, men ikke Herren. Gud kommer til å fortsette å elske deg uavhengig av dine tanker og følelser, men Han blir lei seg når du ikke kan glede deg over Hans ubetingede kjærlighet. Be Ham om hjelp til å forstå hvor høyt Han elsker deg. Jeg har lyst til å dele det andre verset i salme 102 med deg: «Herre, hør min bønn, la mitt rop nå fram til deg! Skjul ikke ansiktet nå jeg er i nød. Vend øret til meg, skynd deg, svar når jeg roper!» Dette er Hans Ord, men vi må tro det. Jeg kan forsikre deg om at Herren ikke lyver. Du kan derfor ta Hans Ord på alvor.

Nå er ikke kjærligheten noe som bare kommer utenfra, men den er noe vi har fått inne i oss. Det står i Romerbrevet 5:5 at Guds kjærlighet er utøst i våre hjerter ved Den Hellige Ånd som Han har gitt oss. Dersom du er født på ny, har du masser av kjærlighet i din Ånd. Denne kjærligheten skulle virke oppad, inn-

ad og utad. Forstår du hva jeg mener med det? Jeg mener at vi kan elske Herren, oss selv og andre. Når kjærligheten er i oss, så kan vi jo velge om vi vil bruke den eller ei. Han har ikke bare gitt oss noen få dråper, men har utøst den. Da må det være mye.

Hvilken situasjon befinner du deg i akkurat nå? Kanskje har du store økonomiske bekymringer, helsemessige problem eller ligger i skilsmisse. Det kan hende du nylig mistet en du var glad i og du lever i sorg, men det kan også hende at du har det veldig bra og at alt fungerer som det skal for deg. Uansett så kan du skyve ditt problem litt ifra deg og sette kjærligheten fra Herren først. Det er nemlig ingen ting som kan komme mellom deg og kjærligheten. Jeg kjenner at jeg må gjenta dette slik at det skal bli åpenbart i ditt liv.

Paulus hadde en bønn for Efeserne og denne bønnen er også min bønn for deg og meg. Den tas fra Efeserbrevet 3:17- 21. «Må Kristus ved troen bo i deres hjerter og dere stå rotfestet og grunnfestet i kjærlighet. Må dere sammen med alle de hellige bli i stand til å fatte bredden og lengden, høyden og dybden, ja, kjenne Kristi kjærlighet, som overgår all kunnskap. Må dere bli fylt av hele Guds fylde! Han som virker i oss med sin kraft og kan gi dere uendelig mye mer enn det vi ber om og forstår, ham være æren i kirken

og i Kristus Jesus gjennom alle slekter og evigheter! Amen.» Vi trenger åndelig åpenbaring for å forstå Guds kjærlighet til oss. Vi kan begynne med å takke Ham for alt Han har gjort for oss. Da ser vi mer og mer av Hans godhet og kjærlighet. Jeg tror at om vi forsto mer av Hans kjærlighet, så ville det bli lettere for oss å ta imot helbredelse. Det er jo en del av Hans kjærlighet til oss.

Jesus har tatt vår synd, brutt forbannelser, straffen lå på Ham og i Hans sår har vi fått legedom. Jesus beseiret djevelen og gitt oss autoritet ved å bruke Hans navn.

**TA IMOT HANS KJÆRLIGHET OG LA DEN VÆRE AKTIV I DITT LIV!**

kilde: [norskemotherelse.org](http://norskemotherelse.org)



## Invitasjon til Himmelen

### Pappa

Ein liten gutt me auge blå spør pappa, det e noe som eg lure på.  
Pappa smile blidt og seie, spør meg og eg ska fortella deg. Gutten løfte blikket sitt, stemmen hans den skjelve litt. Pappa skal ikkje du bli med te himmelen?

Kor: Han seie pappa, bli me meg te himmelen. Ska eg reiose der du bli igjen? Kjære pappa du må tru, at hos Jesus kan vi bu, om bare du blir me meg til himmelen.

Pappa står der ble så rar og gutten får ikkje noe svar.  
Han seie te sin sønn, legg deg nå og be din aftenbønn. Men i ei dørsprekk han ser, gutten sin så stille ber, la og pappa komme te himmelen.

av Inge Røysland



# Studenter som ikke drikker alkohol faller utenfor fellesskapet



Studentene på BI gleder seg til å bli bedre kjent. Alkohol er godt innarbeidet i kulturen vår, og i en del settinger er vin, øl og drinker tett knyttet sammen med det sosiale samværet. For mange kan dette gjøre det vanskelig å velge alkoholfritt.

I en befolkningsundersøkelse gjennomført av Ipsos for Blå Kors i 2021 skiller den unge delen av befolkningen seg ut når det gjelder opplevelse av drikkepress.

Over halvparten er enig i at de som ikke drikker blir utelatt fra sosiale sammenhenger. 55 prosent mener det er mer akseptert å være beruset enn å takke nei til alkohol på fest, og en av fire sier at de får spørsmål hvis de ikke drikker alkohol.

Over halvparten av studenter oppgir at de synes det drikkes for mye alkohol under fadderukene. 1 av 4 oppgir alkoholbruk som grunn til å ikke delta. Dette må du vite om drikkepress  
En inngangsbillett til fellesskapet

Videre svarer 44 prosent, nesten halvparten, at de synes det er ubehagelig å takke nei til alkohol, og 1 av 3 forteller at de har takket ja til alkohol på fest for å slippe å forklare hvorfor de ikke drikker.

## **Viktig å forbygge ensomhet**

– Ensomhet er et større problem blant studenter som ikke drikker alkohol. Ved å skape større toleranse for hva andre drikker, kan man bidra til inkludering.

– Hva du har i glasset, skal ikke ha noe å si for fellesskapet, og det skal ikke være inngangsbilletten til en fin studietid, sier Hanne Backe-Hansen, rådgiver i Blå Kors.

Hun legger til at studenter er i en spesielt sårbar situasjon siden mange flytter hjemmefra for første gang og bosetter seg på et nytt sted. Da er det å forebygge ensomhet ekstra viktig. Særlig når man vet at studenter som føler seg ensomme er mer utsatt for psykisk uhelse, sliter mer og dropper oftere ut enn andre studenter.

Maren Dahle er faddersjefkoordinator ved Universitetet i Oslo, og jobber med å utvikle opplæringen til fadderne. Hun forteller at drikkepress og grensesetting er noen av temaene som vektlegges i denne opplæringen.

– På UiO jobber vi for at alle våre arrangementer skal være alkoholfokusfrie. Det betyr at de nye studentene skal bli kjent med hverandre, ha det gøy og få en fin opplevelse uten fokus på alkohol, sier hun.

Alle skal kunne være med, og universitetet ønsker ikke at det skal være noe skille mellom dem som skal drikke og dem som ikke drikker alkohol.

– Vårt fokus er å få til gode arrangementer som alle vil være med på. For øvrig er de fleste arrangementene på dagtid alkoholfrie, sier Maren Dahle, faddersjefkoordinator ved Universitetet i Oslo.

Som et ledd i opplæringen har faddersjefene fått tilbud om å delta på lykkepromillekurs. Også der snakkes det om drikkepress, grenser og hvor mye man kan drikke før det bikke over.

– Det kan være nyttig å delta på dette kurset, der de kan diskutere med folk fra hele landet, sier Dahle, og legger til at den første uken med fadderaktiviteter er viktig for mange studenter.

– Dette er jo det første møtet med universitetet, medstudenter og faddere. Den første tiden som student kan være skummel og vanskelig, og en god opplevelse er viktig for at man skal ha lyst til å fortsette. Det betyr mye å se kjente fjes på første forelesning og å ha noen å spise lunsj med når hverdagen begynner, sier hun.



*Møtet med norsk drikkekultur kan gi noen utenlandske studenter bakoversveis.*





### Vanskelig å takke nei

Backe-Hansen mener det er viktig å snakke om drikkepress både blant studenter, men særlig i samfunnet generelt. Hun forteller at mange svarer kategorisk nei hvis man spør om det er drikkepress i deres omgangskrets, men samtidig sier de samme personene at man får spørsmål dersom man takker nei til alkohol i settinger der det er forventet at man drikker.

– I fadderukene er det enorm forventning til tilstedeværelse av alkohol, og ved å takke nei til alkohol føler nok mange at de samtidig takker nei til et sosialt fellesskap.

### Unormalt å ikke drikke alkohol

– Det oppfattes rett og slett som annerledes og litt unormalt å ikke drikke alkohol, og mange blir til og med overrasket når noen ikke skal drikke, sier hun.

Derfor er det viktig at vi forsetter å heie fram det viktige arbeidet som det jobbes med rundt om kring i alle fadderorganisasjonene, sier hun, og peker det viktige arbeidet som gjøres i studentorganisasjonene.

Ikke vær en maser! La folk få drikke det de vil i fadderuka.

### Tips til festen

Ikke still så mange spørsmål når noen velger bort alkohol. Det er kjedelig for alle hvis valg av drikke skal være i fokus i alle samtaler.

Vær bevisst på at for noen er alkohol vanskelig. Det kan være mange grunner til at folk velger alkoholfritt.

Ta det som en selvfølge at noen drikker alkoholfritt. Noen vil kun ha alkoholfritt, mens andre vil ha det i tillegg til alkoholholdig drikke.

Vis hensyn. Ikke mas hvis noen takker nei til alkohol.

Ha flere valgmuligheter tilgjengelig både for dem som drikker alkohol og for dem som drikker alkoholfritt.

Lov å tulle med fordommene.

Hun tror veldig mange har fordommer til de som ikke drikker. De tenker at det enten handler om religiøse grunner eller alkoholproblematikk, og det oppfattes for mange som veldig tabubelagt å ikke drikke alkohol.

Årsakene til at man ikke drikker kan imidlertid være mange.

Hun mener det er viktig å snakke om drikkepress på en naturlig måte, og legger til at det også at det bør være lov til å tulle litt mer med fordommene vi har til de som ikke drikker og forventningene til alkoholens tilstedeværelse.

### Møte med norsk drikkekultur

Kanskje kommer man fra en kultur der det drikkes lite, kan den norske drikkekulturen i en norsk fadderuke oppleves veldig annerledes. Det er nok en del utenlandske studenter som føler at det drikkes hele tiden, og det kan ta tid å skjønne at det er greit å velge annet enn alkohol.

**Det burde bli like naturlig å velge alkoholfritt som å velge alkohol, men slik er det dessverre ikke i dag. Backe-Hansen peker på at det for eksempel ofte må tydeliggjøres hver gang noe er alkoholfritt.**

– Det settes nærmest opp en varseltrekant hver gang noe er alkoholfritt, sier hun.

– Det er en tendens til at man ofte segmenterer ut fra hva folk har i glasset, og vi jobber for å utfordre akkurat dette og skape mer bevissthet rundt dette i samfunnet. Det ideelle er at man inkluderer alle på alle slags arrangement, og at det blir helt unaturlig å spørre hva andre har i glasset sitt. Det burde ikke ha betydning, avslutter hun.

Kilde: blakors.no

## 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:



NATIONAL YOUTH TEMPERANCE COUNCIL  
PROGRAM

IGNITE YOUR FLAME  
FOR GOD & YTC



«La Guds  
nådegave  
i deg  
flamme  
opp på  
nytt!»

2. Tim. 1:6

USA

Harold Quinter



Sør Korea



Kambodsja



India

VÆR OPPMUNTRET



Til tross for pandemien de siste tre år, har Verdens Hvite Bånd hatt beundringsverdig utvikling rundt om i verden. India har startet 7 nye foreninger. Et menneske kan gjøre en stor forskjell! Feltarbeideren for Koreanske misjonærer har etablert Det Hvite Bånd i 17 land. Den siste er Togo i Vest Afrika. I tillegg til avholdsbudskap så viser de filmen



Mumbai, India



Vanuatu, et land i den sørlige del av Stillehavet. For å samles til landsmøte må de reise i små båter.



India, tegnekonkurranse



India

«Jesus» i fattige områder av India. Fremgangen i Verden skydes godt lederskap med stort hjerte for alle mennesker. Mennesker blir oppmunteret til ikke å være redde for framtiden, men til å stole på Gud. Dett er fordi når du lar lyset i Guds ord skinne på deg og din situasjon kan ikke mørke tanker, frykt og onde forestillinger fortsette å bli i sinnet ditt. Arbeid før natten kommer. *For Gud heim og alle folk!*



Flagget til Togo

*Kjærlig hilsen, Margaret Østenstad, Verdens President, WWCTU.*



Verdens Hvite Bånd opererer under mottoet:  
**Du er født til å bli elsket!**



Mumbai, India



Vanuatu



Vanuatu, Har nylig holdt deres andre landsmøte.

God Jul  
och  
Gott Nytt År

I år ble den planlagte ledersamlingen i oktober dessverre avlyst på grunn for få påmeldte. Landsstyret vil avholde sitt styremøte som planlagt. En viktig oppgave som nå står for tur her sentralt, er årets søknad til Helsedirektoratet. Denne støtten er utslagsgivende for arbeidet vårt. Det er viktig å opprettholde- og øke medlemsmassen, da støtten vi får fra helsedirektoratet er i forhold til medlemsmasse og arbeidet vårt.

Snart er tiden inne for kretser og foreninger til å kunne søke om økonomisk støtte til arbeid/prosjekt som dere har planlagt eller allerede er i gang med. Søknadsfrist er 1.mars 2023. Hvis man er usikker på

hva man kan søke støtte til er det bare å ta kontakt med landskontoret. Det er veldig hyggelige når medlemmer henvender seg til landskontoret med sine planer og ideer. Gi også beskjed til kontoret dersom dere ønsker at et medlem fra styret skal delta på årsmøte for kretsen eller til en jubileumsmarkering. Så minner jeg om at det er viktig å huske på å gi beskjed om adresseforandringer ved flytting.

**Ønsker alle i Det Hvite Bånd en riktig god jul og et velsignet nyttår!**

Vigdis Goldin, sekretær

## ARENDALSUKA 2022

I uke 33 var det igjen duket for Arendalsuka. Her møtes frivillige organisasjoner, politiske partier og andre som ønsker å gjøre en forskjell. "Arendalsuka er en demokratisk møteplass for alle som er engasjert i samfunnet vi lever i. Dette er arrangementet for deg som vil være med å lytte til, debattere og løse dagens og morgendagens samfunnsutfordringer. Rundt 1000 arrangementer og 200 stands fyller Arendal sentrum i fem dager i august hvert år."

Det Hvite Bånd var tilstede og profilerte vårt arbeid. Landsleder stod på stand både torsdag og fredag, sekretær i DHB var med en av dagene. Her ble vi møtt av hyggelige forbipasserende og mange kjente litt til vår organisasjon og var glade for å se oss. Vi fikk snakket med en del ungdom som var overraskende positive til det vi hadde å formidle. Vi delte ut DHB bladet og ulike brosjyrer m.m. Den største oppmuntringen og gleden for oss, var att de unge var mest positive i møte med oss. De er vår fremtid.

Hilsen Oddrun og Vigdis





# Det Hvite Bånd - en rusfri verden

«for Gud, heim og alle folk»

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.

## Hjertelig takk!

Hjertelig takk for gaver som er gitt til Det Hvite Bånd sitt arbeid og til Brønn, det fortsatt et viktig arbeid begge deler.

Nå er høsten her og tiden går fort fram mot jul og et nytt år, og jeg vil minne om at godkjent og revidert årsregnskap skal sendes inn til frivillighet Norge for de foreninger som er medlem der.

Jeg vil også minne om søknaden om Olafiamiddler, selv om det er noen måneder til de blir delt ut, det blir i mars 2023.



Jeg vil ønske dere alle en god og velsignet jul.

Beste hilsen  
Marit Langeland, Kasserer.



### Gaver Brønn

Privatperson ..... kr 2.000,-

### Gaver Det Hvite Bånd

Privatperson..... kr 500,-

Privatperson..... kr 500,-

Bjørvin Krets..... kr 20.000,-

Privatperson..... kr 750,-

**Styret har vedtatt at gaver til ulike formål fra privatpersoner ikke skal lenger opplyses med navn i bladet, men alle givere får en personlig takk.**

### Nye medlemmer

Magny Pedersen (Haugesund), vervet av Bjørg Østevik.



*Hjertelig velkommen*



**Vil du bli medlem? Ta kontakt med landskontoret på telefon: 23 21 45 37**

## Landsstyret:

### LANDSLEDER:

Oddrun Småbrekke  
Mob. 474 41 395  
oddrun\_lars@yahoo.no

### NESTLEDER:

Torgunn Søyland Skoglund  
Mob. 48 19 70 45  
torgunnskoglund@live.no

### BARN OG JUNIORLEDER:

Ester Mjøs Enes  
Mob: 955 20 191.  
ester.mjos@gmail.com

### STYREMEDLEMMER:

Kasserer: Marit Langeland  
Mob. 471 78 951  
marit@realco.no

Tone Sjelmo Viken.  
Mob: 412 01 688  
toneviken@gmail.com

Aslaug Elin Kleven  
Mob: 976 59 020  
aekleven@yahoo.no

Oddny Liv Skårland  
Mob: 48 22 14 88  
oddny.skaarland@gmail.com

# Juleevangeliet

1 Og det skjedde i de dager at det gikk ut et bud fra keiser Augustus at all verden skulle skrives inn i manntall.

2 Dette var den første innskrivning, i den tid Kvirinius var landshøvding i Syria.

3 Og alle gikk for å la seg innskrive, hver til sin by.

4 Også Josef dro opp fra Galilea, fra byen Nasaret, til Judea, til Davids by, som heter Betlehem, fordi han var av Davids hus og ætt,

5 for å la seg innskrive sammen med Maria, sin forlovede, som var med barn.

6 Men det skjedde mens de var der, da kom tiden da hun skulle føde.

7 Og hun fødte sin sønn, den førstefødte. Hun svøpte ham og la ham i en krybbe, fordi det ikke var rom for dem i herberget.

8 Det var noen gjeterere der på stedet som var ute på marken og holdt nattevakt over flokken sin.

9 Og se, en Herrens engel sto hos dem, og Herrens herlighet lyste om dem. Og de ble meget forferdet. 10 Men engelen sa til dem: Frykt ikke! For se, jeg forkynner dere en stor glede – en glede for alt folket. 11 I dag er det født dere en frelser, som er Messias, Herren – i Davids by.

12 Og dette skal dere ha til tegn: Dere skal finne et barn som er svøpt og ligger i en krybbe.

13 Og med ett var det sammen med engelen en himmelsk hærs-kare, som lovpriste Gud og sa:

14 Ære være Gud i det høyeste, og fred på jorden, i mennesker Guds velbehag.

15 Og det skjedde, da englene var fart opp fra dem til himmelen, da sa gjeterne til hverandre: La oss nå gå rett til Betlehem og se dette som har skjedd, det som Herren har kunngjort oss.

16 De skyndte seg av sted, og de fant både Maria og Josef, og barnet som lå i krybben.

17 Da de hadde sett det, fortalte de om det ordet som var talt til dem om dette barnet.

18 Og alle som hørte det, undret seg over det som ble sagt dem av gjeterne.

19 Men Maria tok vare på alle disse ordene og grunnet på dem i sitt hjerte.

20 Gjeterne vendte så tilbake, og de priste og lovet Gud for alt det de hadde hørt og sett, slik det var blitt sagt dem.

Lukas 2:1-20

# Julen er Jesus!

*Stans og legg merke til Guds under! Job 37:14*

Nå er da endelig julen kommet. Men stå nå stille i kveld og gi akt på Guds under. For barnet i krybben er Guds under, og før du har gitt akt på ham har du ikke opplevd jul. – Jul blir så lett utadventhet, rastløshet og uro. Det er så meget som sprer sinn og tanke. Det var ikke bare den første julekvelden at det ikke var rom for Jesus noe sted.

**Stans! Stå stille!** For det forjagede menneske, det selvopptatte hjerte, den hvileløse tanke ser ikke Guds under. Det ser kun inn i et dyp av ufred og angst, av håpløs avmakt og stengte dører.

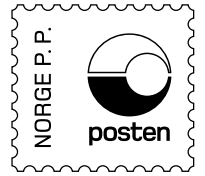
På kne ved krybben ser du Guds under. Du ser din synd, at den er stor i tanker, gjerninger og ord. Dine øyne åpnes, og du ser deg selv.

På kne ved krybben lærer du Guds hjerte å kjenne. Det brenner av grenseløs kjærlighet til det fortapte, han steg ned for å frelse det sønderbrutte og reise opp det sønderknuste. Du får se at denne kjærlighet gjelder deg.

**Se Guds under:** Du har ikke utvalgt ham, men han har utvalgt deg. Under over under!

Hentet fra andaktsboken «Stille stunder på veien hjem»  
av Hans Edvard Wisløff (1902-1969)





*Et barn er født i Betlehem, i Betlehem  
ti gleder seg Jerusalem. Halleluja, halleluja!*

